中華大典

工業典

食品工業分典

上架建議：中國史

ISBN 978-7-5325-7376-9

定價：880.00 元（全二册）

易文網：www.ewen.co

食品烹飪總部

圖書在版編目(CIP)數據

中華大典·工業典·食品工業分典 /《中華大典》工作委員會,《中華大典》編纂委員會編. —上海：上海古籍出版社，2015.12
ISBN 978-7-5325-7376-9

Ⅰ.①中… Ⅱ.①中… ②中… Ⅲ.①百科全書—中國②食品工業—工業史—中國 Ⅳ.①Z227②F426.82

中國版本圖書館 CIP 數據核字(2014)第 183551 號

ISBN 978-7-5325-7376-9
9 787532 573769 >

中華大典·工業典·食品工業分典(全二册)

編纂：《中華大典》工作委員會
《中華大典》編纂委員會
出版：上海世紀出版股份有限公司
上海古籍出版社
(上海瑞金二路二七二號 郵政編碼 二〇〇〇二〇)
(1)網址：www.guji.com.cn
(2)E-mail：guji1@guji.com.cn
(3)易文網網址：www.ewen.co
印刷：中華商務聯合印刷有限公司
發行：上海世紀出版股份有限公司發行中心
上海古籍出版社
開本：七八七×一〇九二毫米 十六開
印張：一一八·七五 字數：三六四〇千字
二〇一五年十二月第一版 二〇一五年十二月第一次印刷

ISBN 978-7-5325-7376-9/Z·437
定價：八八〇圓

目録

穀食部……八八九
題解……八八九
綜述……八八九
傳記……八八九
紀事……八九一
著録……九八九
藝文……一〇五七
雜録……一〇七四
肉食部……一〇八一
題解……一〇八一
綜述……一〇八五
傳記……一一五二
紀事……一一五四
著録……一二一六
藝文……一二一六
雜録……一二二二
水産部……一二二七
題解……一二二七
綜述……一二二七
傳記……一二二七
紀事……一二三一
著録……一二三一
藝文……一二三一
雜録……一二三一
蔬食部……一三三一
題解……一三三一
綜述……一三三二
傳記……一四一二
紀事……一四一三
著録……一四六一
藝文……一四七九
雜録……一四八三
花草果木部……一四八三
題解……一四八三
綜述……一四八三
紀事……一五六七
著録……一六一七
藝文……一六二八
雜録……一六三七
綜合食品部……一六四一
題解……一六四一
綜述……一六四二
傳記……一七四二
紀事……一七五二
著録……一七七六
藝文……一七八四
雜録……一七九六

《食品烹飪總部》提要

《食品工業分典・食品烹飪總部》收録有關穀類、畜禽肉蛋、水産、蔬菜、花草果木等烹飪加工的相關文獻資料。

「民人以食爲天」，穀食是人類生存的基本生活資料。穀産地廣，種類衆多，穀類原糧經加工後，成爲熟食品加工的基本原料。谷類經烹飪加工後，製作出各種食品，僅飯、粥、餅、糕、粽等，因原料、製作不同，品種花樣繁多。杜甫《槐葉冷淘》詩中所描繪的「槐葉冷淘」飯，就是將槐葉汁與麪相融合，也即詩中所謂「汁滓宛相俱」。林洪《山家清供》卷上所載的「蟠桃飯」，是春大麥或雜小豆爲飯，調以漿水，甘酸浮滑。聲稱能駐顔變白發的「青精飯」，則是夏至日，用南燭草即烏草嫩葉染糯作烏飯。今俗以四月八日造以供佛，因相饋送。「王母飯」則是偏鏤卵脂蓋飯面，裝雜味。

粥種類繁多，依據製作原料的不同，名稱各異。據文獻記載，通常有白米粥、緑豆粥、南瓜粥、楊花粥、梅粥、茶薤粥、肉粥、河祇粥、真君粥、紅豆粥、紅糟粥、朱砂粥、地黄粥以及各種菜粥。石崇所作豆粥，實則爲白粥中投以熟豆，並擣韭根雜以麥苗投入。十一月冬至日，作赤豆粥。每年臘月八日煮八寶粥，流傳至今，則成爲傳統的重要習俗。文獻中有關餅的記載，更是不勝枚舉。溲麪而蒸則爲餅，溲米而蒸則爲餌。餅種類衆多，因製作方式、形狀不同，名稱各異。水瀹而食者皆爲湯餅，有蝴蝶麪、水滑麪、托掌麪、切麪、掛麪、餺飥、餛飩、合餎、撥魚、冷陶、禿禿麻失等，而水滑麪、切麪、掛麪亦名索餅。據《膳夫經手録》記載，不飥形狀多樣，有薄展而細粟者，有帶而長者，有方而葉者，有厚而切者，有側粥者，有切麪筋、夾粥、蓴粥、劈粥之徒，其名甚多，皆不飥之類。籠蒸而食者皆爲籠餅，亦曰炊餅，有饅頭、包子、兜子、薄持、起溲、牢九、畢羅、蒸卷等。爐熟而食者皆爲胡餅，有燒餅、麻餅、薄脆、酥餅、髓餅、火燒之類。

唐時以小食爲點心。糕點花樣繁多。北宋時，東京有用油麪糖蜜造笑靨兒，謂之果食花樣。每逢四月，用榆錢、麪和糖製作榆錢糕。採百花和米擣碎，蒸百花糕。《南宋市肆記》所載的糕有糖糕、蜜糕、栗糕、粟糕、麥糕、豆糕、花糕、糍糕、雪糕、小甑糕等，另外還有廣寒糕、大耐糕、蓬糕等。而尤以八月十五製月餅、食月餅流傳至今，成爲中華民族傳統的重要習俗。

糭亦爲角黍，五月五日午時，楚人以竹筒貯米祭屈原，名筒糭。後四方相傳，皆爲節物。名稱甚多，形制不一，有角糭、錐糭、艾糭、筒糭、秤鎚糭、九子糭等。端午製粽、食粽，亦成爲傳統節慶與重要習俗。

因地域有別，風俗各異。南方喜食米，北方喜食麪，穀食品製作具有鮮明的地域特色。白薄而軟。同州元和貢石鏊餅。并州世俗，每至清明，用麥或秫製作陵糕。契丹人正旦，用糯飯和白羊髓爲餅。今陝西以黃米爲粉，蒸棗糕，稱黃兒，用蕎麥麪製作，稱黑兒。西北邊地也用米作糕，《六研齋三筆》卷二載「高昌國有半邏凍米糕」，是在臘月用四春白糯米注水冰凍，至春暖冰融取出，磨粉炊糕。東北地區則有「飛石黑阿峰」，即黏穀米糕，色黃如玉，味膩如脂。台灣北路諸羅番飲食，將米漬水中經宿，雞鳴蒸熟。或將糯米蒸熟，舂爲餅餌，名都都。吐蕃部民的一種飲食曰糌粑，將麥黍炒爲麪，食時，炒麪和入濃茶、酥酪，指搦而食之。琉球國風俗，三月三日，作艾糕相餉遺。十二月初八日作糯米糕，糭葉包裹三四層，和葉蒸食，相餉，名曰鬼餅。雲南大理人作稻餅若蝶翅，呼爲耳塊。

畜禽肉蛋與水產品也均爲食品的重要原料，經烹飪加工後，成爲各種美味佳肴。

畜禽肉蛋品類繁多，地域不同，風尚各異，其加工方法各有特色。肉食品製作源遠流長，成書於北魏後期的《齊民要術》匯集了眾多畜禽肉蛋製作方法，可視爲飲食開山之著。諸多文獻，如《初學記·服食部》、《雲仙雜記》、《武林舊事》、《多能鄙事》、《竹嶼山房雜部》、《醒園録》、《隨園食單》等，皆記載了製作方法。著名的東坡肉就是選用黃州好豬肉，「慢著火，少著水，火候足時他自美」。火腿的製作，其實是煙熏而非用火，據《浪跡三談》卷五載：「所醃之鹽必台鹽，所薰之煙必松煙。」又有一種名風蹄，不用鹽漬，名曰淡腿。周邊民族地區肉食製作，具有鮮明的民族特色。高句麗飲食羊豕，則包以蒿而燔之。《酉陽雜俎·境異》記載：「阿薩部多獵蟲鹿，剖其肉重疊之，以石壓瀝汁。」嶺南地區食蜈蚣，取其肉曝爲脯。百越人以蝦蟇爲上味，先於釜中置小羊，候湯佛，蝦蟇皆抱羊而熟，謂之抱羊羹。雲南地區麼些民，畜馬牛羊及琵琶豬，冬日屠豕去骨足醃，令如琵琶形。由於烹製方法不一，口感不同，顯示了烹飪技藝的獨特。製作卵食方法甚多，不一一列舉，其中淹漬蛋品方法，流傳至今。《齊民要術》有鹹杭子法，用杭木皮擣碎淹漬。《輟耕録》卷七載有用米湯和入鹽、草灰以團鴨卵，謂曰鹹杭子。《稗史彙編·飲食門》載有吳地用虎杖根打碎，水漬，和灰鹽，製作鹹卵的方法。《醒園録》卷下則載有醃鹽蛋、變蛋、醬雞蛋、白煮蛋、蛋捲乳蛋、做大蛋等法。

水產品也是食品的重要原料，種類繁多。《齊民要術》、《嶺表録異》、《晴川蟹録》、《江南魚鮮品》、《海錯百一録》、《隨園食

單》等諸多文獻，均載有眾多水產品的烹製方法。因物種習性有別，其烹飪加工也各具特色。古時燕人「膾魚方寸切」，南人魚膾，以細縷金橙拌之，號爲金鏤玉膾。廣州邊海人捕得大烏賊魚，煠熟，以薑醋食之，或入鹽渾醃爲乾，搥如脯，皆是美味。南人善烹蝦，用濃醬醋先潑活蝦，蓋似生菜，以熱釜覆其上。《清異録》所載縷子膾，則用鯽魚肉、鯉魚子，以碧筒或菊苗爲胎骨。蚌蛤之類，廣人多燒以薦酒，俗呼爲天漿炙。吳越有一種玲瓏牡丹鮓，以魚葉鬬成牡丹狀，既熟出盎中，微紅如初開牡丹。吳興地區深秋時，湖上人作裹鮓，小魚加香料、米粉，荷葉包裹，熱過可食，名「荷葉鮓」。閩人常食的土筍凍實爲沙噀，可雜五辣煮而食之。鮑魚出膠州，生海水中亂石上，鮮鮑魚就火上炙嗽，鮮美異常。桐城麥魚，形似麥粒，可糟食。岳州人喜食鯇魚子，將其瀹以皂角水，少許鹽漬之，即味甘美。台灣北路諸羅番，小魚熟食，大魚則醃食，就魚口納鹽，藏甕中，俟年餘生食。南路鳳山傀儡番喜食大龜，用火炙熟，刀劈啖之。古代政治家將烹魚的技藝賦於深刻的哲理。《老子》曰：「治大國若烹小鮮。」即烹小魚不去腸，不去鱗，不敢撓，恐其糜。這是將魚的烹製方法與治國理念有機地結合，以其喻意不擾民，與民休養生息。

各地所出水產品不僅可烹製成各種美味佳肴，還可醃製成醬。武陽小魚大如針，號一斤千頭，蜀人製爲醬。沿海地區貧民網捕海魚，曬乾爲食。溜山洋國人網捕溜洋大魚，作塊曬乾以代糧食。還可酒糟糖製，酒蟹須十二月間作於酒甕間。淮南人藏鹽酒蟹，以皂莢半挺置其中，則可經歲不沙。而糖蟹則九月中，取母活蟹浸冷薄飴中一宿，取出後，再放入煮極鹹蓼湯中，裝甕，泥封二十日。水生植物如石花菜，以沸湯泡去砂屑，沃以薑醋，食之甚脆。聞名遐邇的燕窩，爲海錯上珍，有烏、白、紅三色。海粉是海魚口吐之物，以其形似粉，故曰海粉。此二物亦爲水產中珍品。

蔬菜與花草果木等植物，也均爲重要的食材，民眾賴以生存的必需品。《急就篇》卷二謂「園菜果蓏助米糧」，言蔬菜瓜果，貧者食之，以免饑饉。據《吳興山墟名》所載，昔吳王於山中種蔬，爲軍人冬食之備。野蔬中的薺菜、椿芽更是美味佳品。甚至車前子、夏枯草、馬蘭頭、天門冬、稀薟、麥門冬、馬齒莧等諸多野蔬，在災荒年月，也起了救命渡荒的作用。因自然地理環境不同，以及春夏秋冬四季變化，各地蔬菜瓜果草木品種甚多，其加工烹飪方法各異。韶州菜有蕪菁，郡人採之爲葅，脆而且甘。廣州人以巨菜爲鹹葅，埋地中有三十年者，遺尚親賓，以相餉遺。山東人，鄉里食味，好以醬漬瓜啗，謂之瓜蘸。東坡在黃州作菜羹，號爲「東坡羹」。立春日作五辛盤，清明作五辛盤，「五辛得青韭」。豆腐的製作始於淮南王劉安，各種豆皆可爲之。《御定駢字類編·草木門·豆》記載了具體造法：「水浸磑碎，濾渣煎成，以鹽鹵汁或山礬葉，或酸漿醋澱就釜收

之，也有入缸内，以石膏末收者。」南宋末，佚名的民間女廚師吴氏《中饋録》記載了諸多菜品，如配鹽瓜菽、糖蒸茄、釀瓜、蒜瓜、三煮瓜、蒜苗乾、藏芥、芥辣等，並詳細地介紹了烹飪製作方法。

瓜果種類衆多，是製作茶食與糖蜜煎釀的主要食材。諸多文獻中均記載了製作各種糖蜜煎釀食品的方法。陶穀《清異録》上卷載：「一時之果，品類幾何，惟假蜂、蔗、川糖、白鹽、藥物煎釀曝糝，各隨所宜。」雲英麨、蓬糕、爽團、梅煎、櫻桃煎、麥門冬煎、橙玉生、酥黄獨、梅花脯、地黄煎、金櫻子煎、金髓煎、茯苓煎、補骨脂煎、五味子煎、薄荷煎、蜜煎冬瓜、蜜煎果子、蜜煎薑、蜜煎杏、梨、橙、山栗、橄欖、梅、枸杞、藕、木瓜等各類果實爲食材進行加工。重九日，又以蘇子微漬梅滷，雜和蔗霜梨橙玉榴小顆，名曰「春蘭秋菊」。紅鹽草果則是取生草荳蔻入梅汁鹽漬，令色紅，暴乾以薦酒。用鹽梅汁浸佛桑花入荔枝，則爲「紅鹽荔枝」。熟炊山藥，片切，漬以生蜜、瓊珠、荔枝、圓眼肉，煮以清泉，則爲「玉延」。「西瓜糕」，則是庖丁於暑月，用西瓜和米粉糖蜜爲餌，切塊堆盤若撒耶犀。《東京夢華録》所載「花瓜」，則以瓜雕刻成花樣，謂之花瓜。還有「雕梅」，心靈手巧的婦女者，用小刀在青梅上刻畫各種花樣綫條，去核，完整無損，提起則玲瓏交結，合之則依然一梅，亦珍品之最巧者。

我國自古以來就有食花的傳統，諸多花卉既可賞心悦目，陶怡性情，又可入食入藥，是食用佳品。菊花取莖紫氣香而味甘者，採葉煠食，或作羹皆可。金銀花，又名忍冬、金釵股、老翁鬚，可採花煠熟，油鹽調食。簷蔔煎，即採大瓣梔子花，以湯淖過，少乾，用甘草水稀麪，拖油而煎。桂花餅，據《竹嶼山房雜部·養生部六》所載就有三種製法，皆用桂花去蒂或鮮花製作。建寧人家以蜜漬蘭花，冬月點茶，芳香如初摘。《西石梁農圃便覽》所載「狀元紅」、「玫瑰糖」，皆是用玫瑰花製作。而山丹花大開者，摘瓣蒸晒，即紅花菜。玉簪花瓣拖麪，香油煠過，入少白糖，香清味美。地處東北邊陲的女真族也食花，並將花食作爲待賓的佳肴。《滿洲源流考·國俗》就記載了女真人多採白芍藥花芽爲菜，施麪拖油煎，是待賓的珍肴。文獻記載中還有蜜漬梅花、湯綻梅、酥煎牡丹、牡丹生菜等等，亦均是以花爲原料製作的名食佳肴。

總之，通過文獻記載，承襲相傳，諸多菜品與烹飪方法，得以世代流傳，既豐富了人們的飲食生活，又使飲食文化發揚光大，成爲中華民族傳統文化的重要組成部分。

本總部下設穀食、肉食、水產、蔬食、花草果木、綜合食品六部，收録有關各種食品品名、具體的烹製方法。對於雜糅混合，難以取舍的各種食品資料，則收録入《綜合食品部》。

目録

穀食部……八八九
題解……八八九
綜述……八八九
傳記……八八九
紀事……八九一
著録……九八九
藝文……一〇五七
雜録……一〇七四
肉食部……一〇八一
題解……一〇八一
綜述……一〇八五
傳記……一一五二
紀事……一一五四
著録……一二一六
藝文……一二一六
雜録……一二二二
水産部……一二二七
題解……一二二七
綜述……一二二七
傳記……一二二七
紀事……一二三一
著録……一二三一
藝文……一二三一
雜録……一二三一
蔬食部……一三三一
題解……一三三一
綜述……一三三二
傳記……一四一二
紀事……一四一三
著録……一四六一
藝文……一四七九
雜録……一四八三
花草果木部……一四八三
題解……一四八三
綜述……一四八三
紀事……一五六七
著録……一六一七
藝文……一六二八
雜録……一六三七
綜合食品部……一六四一
題解……一六四一
綜述……一六四二
傳記……一七四二
紀事……一七五二
著録……一七七六
藝文……一七八四
雜録……一七九六

穀食部

題解

許慎《説文解字》卷五下　鉼，餅也。从食，并聲。必郢切。

許慎《説文解字》卷五下　餈，稻餅也。从食，次聲。疾資切。

許慎《説文解字》卷五下　饘，糜也。从食，亶聲。周謂之饘，宋謂之餬。諸延切。

許慎《説文解字》卷五下　餬，寒粥，末稻米投寒水中，育育然也。

許慎《説文解字》卷七下　糗，熬米麥也。从米，臭聲。去九切。

許慎《説文解字》卷七上　糜，糂也。从米，麻聲。靡爲切。

許慎《説文解字》卷七上　糞，炊米者謂之糞。从米，辟聲。博尼切。

許慎《説文解字》卷七上　糂，以米和羹也。一曰粒也。从米，甚聲。桑感切。

許慎《説文解字》卷七上　糪，漬米也。从米，睪聲。施隻切。

許慎《説文解字》卷七上　糜，牙米也。从米，辥聲。魚列切。

許慎《説文解字》卷七上　糕，蓋葉裹米也。从米，叟聲。作弄切。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》　餅，并也，溲麪使合并也。胡餅作之，大漫沍物也。《楚辭》：如貪餌而近死。《莊子》：任公子爲巨鉤五十犗以爲餌。《大戴禮》：鷹隼魚鱉，所以得之者餌也。並是也。《字書》：餌，餈也。《説文》或爲鉹字，在鬲部。餈，餘障反。《方言》：餈謂之餻。鄭玄注：《禮記》肝膏耳糧，暗中膏以煎稻米。今膏餈矣。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》　粢，資也，蒸熬屑，使相潤漬餅之也。

崔豹《古今注》卷下《草木第六》　稻之黏者爲黍，亦謂稌爲黍。禾之黏者爲黍，亦謂之穄，亦曰黄黍。九穀，黍稷稻粱三豆二麥。

郭璞《爾雅注疏》卷二《釋言第二》　糜，糜也。注：淳糜舒緩也。注謂遲緩。音義糜，之六反。《字林》亦作粥，云淳糜也。又與六反。淳，奴孝反，又文卓反。《字林》云：濡，甚也。疏郭云：謂遲緩。詩云：舒而脱脱兮。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》　饘。先但反。《説文》：烝稻餱餘也。野王案：以膏煎口飯也。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》　餅。卑井反。《墨子》：見人作餅而還，然竊之。《漢書》宣帝微時，每買餅家輒大鹽也。《説文》：麵餈也。《廣雅》：餅，飣也。《釋名》：胡餅、羔餅、湯餅、蝎餅、髓餅、金餅，各隨形而名之也。鄭衆注：《考工記》：關東謂餅也。音補管反。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》　餈。徐黎反。《周禮》：羞邊之實，糗餌粉餈。鄭衆曰：謂乾餌，餅之也。鄭玄曰：合蒸曰餌，餅之曰餈。《方言》：餅或謂之餈。《説文》稻餅也。或爲粢字，在米部。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》　飯。扶晚反。《礼記》：飯，黍黄粱稻皆可。《説文》：飯，食也，謂食飯也。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》　餌。如志反。《周禮》：著邊之實，糗餌粉粢。鄭玄曰：合蒸曰餌。《説文》：餌，餅也。《蒼頡篇》：餌，食也。野王案：凡所食之物也。《楚辭》：如貪餌而近死。《莊子》：任公子爲巨鉤五十犗以爲餌。《大戴禮》：鷹隼魚鱉，所以得之者餌也。並是也。《字書》：餌，餈也。《説文》或爲鉹字，在鬲部。餈，餘障反。《方言》：餈謂之餻。鄭玄注：《禮記》肝膏耳糧，暗中膏以煎稻米。今膏餈矣。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》　餕。力丁反。《方言》：餌或謂之餕。《廣蒼》：餕，深也。鈍。徒昆反。《方言》：餌或謂之鈍也。《廣雅》：鈍，餅也。餦。猶壇反。《方言》：餌，或謂之餦餛也。餛。胡昆反。《方言》：餦，餛也。餫，胡光反。《楚辭》：粔籹蜜餌有餦餫。王逸曰：餦，餳也。《方言》：餌，餳謂之餦。郭璞曰：即乾飴也。餬。思累、翼累二反。《方言》：餬或謂之餔。郭璞曰：以豆屑雜糖也。《字書》：餬，登也。餬。徒當反。《方言》：餌或謂之餬。郭璞曰：江東皆言餬也。《釋名》：餬，飴也。飴氣蒸也。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》　餾。力救切。飯氣蒸也。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 餟。先但切。餟飯。《說文》曰：熬稻粱糧也。從食，叕聲。臣鍇曰：《楚辭》秬稌糧也。思但反。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 餅。卑井切。麪餈也。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 餬。戶吾切。寄食也。或作糊粘。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 餌。如至切。食也，餅也，餻也。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 餱。豬良切。餌曰餱餦。餦。戶光切。乾餉也。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 餬。丁回切。蜀人呼蒸餅爲餬。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 餈。疾資切。餈餻也。

顧野王《重修玉篇》卷一五《麥部第一九二》 麩。莫達切。麪也。今呼米屑爲麩。

顧野王《重修玉篇》卷一五《麥部第一九二》 麪。博領切。索麪也。

顧野王《原本玉篇》卷一五《米部第二〇〇》 糂。息感切。以米和羹。

顧野王《原本玉篇》卷一五《米部第二〇〇》 粉。莫并切。漬米也。

顧野王《原本玉篇》卷一五《米部第二〇〇》 糝。子貢切。蘆葉裹米。

顧野王《原本玉篇》卷一五《米部第二〇〇》 粢。在茲切。稻餅。又音咨。稷

顧野王《重修玉篇》卷一五《麥部第一九二》 麩。莫達切。麪也。今呼米屑爲麩。

顧野王《重修玉篇》卷一五《麥部第一九二》 麪。博領切。索麪也。

顧野王《原本玉篇》卷一五《米部第二〇〇》 糂。息感切。以米和羹。

顧野王《原本玉篇》卷一五《米部第二〇〇》 粉。莫并切。漬米也。

顧野王《原本玉篇》卷一五《米部第二〇〇》 糝。子貢切。蘆葉裹米。

顧野王《原本玉篇》卷一五《米部第二〇〇》 粢。在茲切。稻餅。又音咨。稷米也。

佚名《原本廣韻》卷四《去聲・一送》 麷。熬麥。

佚名《原本廣韻》卷三《上聲・四五厚》 齁。齁甜餅。

佚名《原本廣韻》卷三《上聲・四五厚》 麰。麰麪，糫餅。

佚名《原本廣韻》卷三《上聲・八語》 麩。麥粥汁。

佚名《原本廣韻》卷一《上平聲・一五灰》 餵。餅也。

佚名《原本廣韻》卷一《上平聲・一一模》 餬。寄食，又糜也，使餬其口於四方之說，莫精於《說文》也。然侍反。

佚名《原本廣韻》卷一《上平聲・六脂》 餈。飯餅。

佚名《原本廣韻》卷四《入聲・麥部第一九》 麩。音未。麪也。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》 餛。正户昆反。餛飩也。飩，

僧行均《龍龕手鑑》卷一〇 餟。熬稻粱糧也。思但反。

徐鍇《說文繫傳》卷一〇 餟。熬稻粱糧也。思但反。

徐鍇《說文繫傳》卷一〇 餅。麪餈也。從食，并聲。臣鍇曰：麥曰餅。比郢反。

徐鍇《說文繫傳》卷一〇 餈。稻餅也。從食，次聲。疾咨反。

徐鍇《說文繫傳》卷一〇 餻。糜也。從食，竟聲。周謂之餫，宋謂之餬。臣鍇曰：《春秋》、《左傳》饋於是也。遮延反。

徐鍇《說文繫傳》卷一〇 麩。麥甘鬻。從麥，去聲。臣鍇按：劉熙《釋名》曰：煮麥曰麩。麩之言口也，煮熟壞。遣舉反。

徐鍇《說文繫傳》卷一〇 麰。煮麥也。從麥，豐聲。讀若馮。臣鍇按：《周禮》籩豆之實有麰羹。注曰：熬麥曰麰，麻曰蕡，稻曰白，黍曰黑。臣鍇以爲麰，糗類也。糗磨之，麰不磨也。鄭玄云：河間以此者麥實之，名曰麰。孚空反。

徐鍇《說文繫傳》卷一〇 麥。麥米也。從麥，丏聲。彌劒反。

徐鍇《說文繫傳》卷一〇 糂。以米和羹也。從米，甚聲。一曰粒也。臣鍇曰：孔子厄于陳蔡，藜羹不糂也。息感反。

徐鍇《說文繫傳》卷一三 糝。糝也。從米，參聲。臣鍇曰：糝即粥也。美爲反。

徐鍇《說文繫傳》卷一三 糜。糜米也。從米，靡聲。臣鍇按：《爾雅》：炊米者謂之糜。從米，辟聲。臣鍇按：《周禮》羞籩之實，糗餌粉酏。注云：粉稻米，餅之曰酏。又劉熙《釋名》云：蒸燥屑餅之曰酏。臣鍇以爲皆非也。夫粉米蒸屑皆餌也，非酏也。許慎曰：酏，稻餅也。臣謂炊稻米糲，乃擣之如黏，然後蒸之，不爲粉也。粉酏，以豆爲粉，以糁酏上也。餌則先屑米爲粉，然後溲之。故許慎云：餌餅也。酏之言滋也。熙也欲其柔，釋其大也。餌之言耳也，欲其堅潔而净若玉耳然也。諸家飯中有胜米曰糜。胜，先定反。米胜定不變也。今謂豆不糊爲糜豆也。羆麥反。

徐鍇《說文繫傳》卷六 餬。粉餅也。從麥，胡聲。臣鍇按：《周禮》羞籩之實，糗餌粉酏。注云：粉稻米，餅之曰酏。又劉熙《釋名》云：蒸燥屑餅之曰酏。臣鍇以爲皆非也。夫粉米蒸屑皆餌也，非酏也。許慎曰：酏，稻餅也。臣謂炊稻米糲，乃擣之如黏，然後蒸之，不爲粉也。粉酏，以豆爲粉，以糁酏上也。餌則先屑米爲粉，然後溲之。故許慎云：餌餅也。酏之言滋也。熙也欲其柔，釋其大也。餌之言耳也，欲其堅潔而净若玉耳然也。諸家

徐鍇《說文繫傳》卷一三 糜。糜米也。從麥，丏聲。彌劒反。

徐鍇《說文繫傳》卷一三 糂。以米和羹也。從米，甚聲。一曰粒也。臣鍇曰：孔子厄于陳蔡，藜羹不糂也。息感反。

徐鍇《說文繫傳》卷一三 糝。糝也。從米，參聲。臣鍇曰：糜即粥也。美爲反。

徐鍇《說文繫傳》卷一三 糜。糜米也。從米，靡聲。臣鍇按：《爾雅》：炊米者謂之糜。從米，辟聲。臣鍇按：《周禮》羞籩之實，糗餌粉酏。注云：粉稻米，餅之曰酏。又劉熙《釋名》云：蒸燥屑餅之曰酏。臣鍇以爲皆非也。夫粉米蒸屑皆餌也，非酏也。許慎曰：酏，稻餅也。臣謂炊稻米糲，乃擣之如黏，然後蒸之，不爲粉也。粉酏，以豆爲粉，以糁酏上也。餌則先屑米爲粉，然後溲之。故許慎云：餌餅也。酏之言滋也。熙也欲其柔，釋其大也。餌之言耳也，欲其堅潔而净若玉耳然也。諸家

徐鍇《說文繫傳》卷六 麰。熬稻粱糧也。從食，散聲。臣鍇曰：《楚辭》秬稌糧也。從食，叕聲。臣鍇曰：《說文》曰：熬稻粱糧也。從食，并聲。臣鍇曰：麥曰餅。比郢反。

徐鍇《說文繫傳》卷六 餬。粉餅也。從麥，胡聲。臣鍇按：劉熙《釋名》云：蒸燥屑餅之曰酏。臣鍇以爲皆非也。夫粉米蒸屑皆餌也，非酏也。許慎曰：酏，稻餅也。臣謂炊稻米糲，乃擣之如黏，然後蒸之，不爲粉也。粉酏，以豆爲粉，以糁酏上也。餌則先屑米爲粉，然後溲之。故許慎云：餌餅也。酏之言滋也。熙也欲其柔，釋其大也。餌之言耳也，欲其堅潔而净若玉耳然也。諸家

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・麥部第一九》 麩。音未。麪也。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》 餛。正户昆反。餛飩也。飩，

徒昆反。餛飩。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》　餂。奴兼反。相謁而饗也。又女廉反。南楚呼食麥粥也。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》　餇。音元。餇餌也。又五桓反。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》　餅。博管反。屑米餅也。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》　醬。女厄反。醬炙，餅餌名。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》　餒。蒲沒反。若餒也。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》　餺飥。上音薄，下音託，餺飥也。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一五》　粔。正所鍰反。粉滓也。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・米部第一五》　粔籹。正音女。粔籹，古火切。餅也。文一。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・米部第一五》　粔。作弄反。蘆葉裹米作也。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・米部第一五》　粔籹。音巨。粔籹，白餅也。籹，粔籹也。又人署反。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・米部第一五》　粢。作弄反。蘆葉裹米作也。

陳彭年等《重修廣韻》卷一《上平聲・一一模》　餬。寄食，又糜也，使餬其口於四方是也。或作糜。

陳彭年等《重修廣韻》卷一《上平聲・一二齊》　餦。餦餭。

陳彭年等《重修廣韻》卷一《上平聲・五支》　粺。麵餅。

陳彭年等《重修廣韻》卷一《上平聲・一一模》　餬。寄食，又糜也，使餬其口於四方是也。或作糜。

陳彭年等《重修廣韻》卷一《上聲・一二齊》　餦。餦餭。

陳彭年等《重修廣韻》卷一《上聲・一〇陽》　湯。湯湯流兒。本他郎切。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・二四鹽》　餂。南楚呼食麥粥。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・二六桓》　糫。糫頭，餅也。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・六豪》　餻。餻糕。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・二四鹽》　餂。南楚呼食麥粥。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・一一模》　餬。寄食，又糜也，使餬其口於四方是也。或作糜。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・四紙》　餪。餦餭。《方言》云餅。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・二八獮》　餰。餰粥，又音邑。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・二八獮》　糝。蘆葉裹米。作夷切七。

陳彭年等《重修廣韻》卷四《去聲・一送》　糉。蘆葉裹米。作弄切。角黍也。或作粽。文二。

陳彭年等《重修廣韻》卷四《去聲・七志》　餌。食也。《說文》：粉餅也。仍吏切十六。

陳彭年等《重修廣韻》卷四《去聲・二五願》　飯。《周書》云：黃帝始炊穀爲飯。符万切六。

陳彭年等《重修廣韻》卷五《入聲・一九鐸》　飥。餺飥。

司馬光《類篇》卷一四　餕。誤官切。餘食也。文一。

司馬光《類篇》卷一四　餺。奴兼反。相謁而饗也。又女廉反。南楚呼食麥粥也。

司馬光《類篇》卷一四　餛。徒渾切。餛飩，餌也。又屯閏切，味厚。文一重音一。

司馬光《類篇》卷一四　餱。仲良切。餱餫，餉也，一曰餅也。文一。

司馬光《類篇》卷一四　餫。于方切。餱餫，餉也。又胡光切，文一重音一。

司馬光《類篇》卷一四　餽。徒回切。餽餉，餌名。屑米和蜜烝之。又求位切，餉也。又歸謂切。文一重音二。

司馬光《類篇》卷一四　餈。資私切。《說文》：稻餅也。或从齊。資，又才資切。文二重音一。

司馬光《類篇》卷一五　餌。忍止切。米餅。又仍吏切。《說文》：粉餅。文一重音一。餌，古火切。餅也。文一。

司馬光《類篇》卷一四　饌。部滿切。《說文》烝稻粻稈也。文一。

司馬光《類篇》卷一五　餅。必郢切。《說文》麪餈也。文一。

司馬光《類篇》卷一五　饋。則旰切。《說文》以奠澆飯。一曰以膏煎稻爲醃也。文一。

司馬光《類篇》卷一五　糝。蘇感切。米餅。又仍吏切。《說文》：粉餅。文一重音一。

司馬光《類篇》卷一五　餈。疾資切。餈糍。文一。

司馬光《類篇》卷一五　糍。疾資切。餈糍。文一。

司馬光《類篇》卷一五　糕。古勞切。餻糕。文一。

司馬光《類篇》卷一五　餻

司馬光《類篇》卷二〇 籺。恨竭切，米粉。又下圪切，堅麥也。一曰俗謂麤屑籺。或从米。又奚結切，屑米細者曰籺。文一重音二。

司馬光《類篇》卷二〇 糝。桑葛切。糝也。《齊民要術》時時糝之。文一。

司馬光《類篇》卷二〇 糪。普入切。餅半熟也。《爾雅》米者謂之糪。施乾讀。又博厄切。炊米者謂之糪。又匹麥切。米飯半生半熟。文一重音二。

司馬光《類篇》卷二〇 糊。色責切。糝也。又測革切，粽也。南齊虞悰作扁米糊。文一重音一。

曾慥《類說》卷三五《本草》 八穀。黄粱米一名竹根黄。黍、稷、稻、粱、禾、麻、菽、麥曰八穀。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 饘酏。饘，厚粥也。酏，薄粥也。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 潘瀾。《内則》面垢燂，潘請醷。潘，米瀾也。《釋文》燂，詳廉切。潘，芳煩切。淅，米汁也。

程大昌《演繁露》續集卷六《豆粉餈》 《周禮》籩人羞籩之實，糗餌粉餈。注：粉稻米黍米，合蒸之爲餌。今之米粉果也。餅之則爲餈。音茨，即今人書爲糍。恐餌餈粘，故粉大豆以傅之。糗，熬大豆也。即今人以豆粉傅餈也。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一七《食物部・餅湯餅附》 《草書要語》：餅，并也，搜麥麵使合并也。胡餅，言以胡麻着之。蒸餅、湯餅、不飥，皆隨形而名之。《釋名》餅謂之飥，或謂之餛飩。《方言》餅，麵食也。《説文》春祠用曼頭、餲餅、餡餅、牢丸，秋冬亦如之。夏祠則用乳餅，冬祠用環餅也。盧謀《祭法》石季龍諱胡改胡餅曰麻餅。崔鴻《前趙録》晉書中有飲食名寒具者，後於《齊民要術》并《食經》中檢得，是今所謂環餅也。《尚書故實》畫地作餅不可啖。魏《盧敏傳》細如華山玉屑，白似梁甫銀泥。《吴膳前記》

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 湯餅。今麪。

陳景沂《全芳備祖後集》卷二一《農桑部・米》 碎録

米之精者曰粢。注米食曰粒。益稷粢歲粒米狼戾多，取之而不爲虐。孟子粟菽實也，粟之爲言續也。説文雖有粟，吾得而食諸。《論語》黍酏，粹餻、毁橙、飣餖，粥也。粉麵，粟粥也。糜，粥也。糗餌，粉餈也。

朱謀㙔《駢雅》卷三《釋服食》 糜，粥也。糗餌，粉餈也。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餌一》 增：《方言》曰：餌謂之糕，或謂之餈，或謂之餦，或謂之餌。《釋名》曰：餌，而也，相黏而也。兖豫曰溏浹，就形之名也。《玉篇》曰：餦，餈餌也。徐鍇曰：《釋名》：烝

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・糝》 原：煮麥曰糝《釋名》云：煮麥曰糝。糝，齛也，煮熟則齛壞也。甘糝殊美《急就章》云：甘糝殊美奏諸君。按：《蒼頡解詁》曰：糝，煮麥也。又《説文》曰：糝，來牟麥也。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餌一》 增：《方言》曰：餌謂之糕，或謂之餈，或謂之餦，或謂之餌。《釋名》曰：餌，而也，相黏而也。兖豫曰溏浹，就形之名也。《玉篇》曰：餦，餈餌也。徐鍇曰：《釋名》：烝

燥屑餅之曰資，非也。粉米烝屑皆餌也，非資也。許慎曰：資，稻餌也，謂炊米爛乃搗之，不爲粉也。粉資以豆爲粉，糝資上也。餌則先屑米爲粉，然後溲之資之，言滋也。餌之言堅潔若玉餌也。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・麵》 原：麥末。《說文》云：麵，麥末也，彌兗切。麥屑。《韻學集成》云：麵，莫見切，麥細屑也，亦作麪。麪食作麵。麪肉。王郎上劉慕等搏捕曰：左中郎樂林得纍麪肉，共啖湯餅。搜麪。詳見餅一。麪資。詳見餅一。枕榔麪。《蜀都賦》云：麪有枕榔。細麩。《蒼頡解詁》：麪，細麩也。增：重羅。東哲《餅賦》重羅之麪，塵飛雪白。巨源簞。韋巨源《食簞》有婆羅門高麪。蓬子麪。《唐食貨志》曰：蓬子爲麪。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部六畫》 米。《廣韻》、《正韻》莫禮切，《集韻》、《韻會》母禮切，丛灑上聲。《說文》粟實也，象禾實之形。註：穎，顆粒也十，其穊粟開而米見也。八八米之形。鄭康成《詩箋》米之率觕十粺九，粺八侍御七。《周禮・地官》舍人掌粟米之出入。註：九穀六米。疏：九穀六米者，九穀之中，黍稷稻粱菽六菩六者，皆有米，麻與小豆小麥三者無米。故云九穀六米。又姓，唐有米嘉榮。又學名。《禮・明堂位》米廩有虞氏之庠也。又《本草》蛇牀一名蛇米。《廣東新語》薏苡一名赤米，亦曰薏珠子。又《日本土風記》倭國十二支之巳曰米。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部六畫》 枚。《集韻》、《韻會》、《正韻》丛忍切，音汝。《篇海》粔籹蜜餌，江南謂之膏環。亦作□。《楚辭・招魂》粔籹蜜餌，有餦餭些。註：以蜜和米麪煎熬，作粔籹也。又《廣韻》尼吕切，音女，義同。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部四畫》 粉。《廣韻》方吻切。《集韻》、《韻會》、《正韻》府吻切，丛分上聲。《篇海》米粉。《釋名》分也，研米使分散也。《周禮・天官》修邊之實，糗餌粉餈。註：豆屑也。又《說文》傅面者也。《韻會》古傅面亦用米粉，又染之爲紅粉，後乃燒鉛爲粉。《博物志》燒鉛成胡粉。《釋名》胡粉，胡餬也，脂和以塗面也。又《正韻》設采潤色，謂之粉澤。又假石爲白灰塗牆壁曰粉。白居易詩：文昌新入有光輝，紫界金牆白粉闈。註：尚書省皆以粉圖壁畫古賢列士，曰畫省，亦曰粉省。又《事文類聚》海粉母如墨魚形，大三四寸，冬畜家中，春種海濱田內，色緑如荷包，海粉即所漉也。或曰插竹枝田中，母緣枝吐出成粉。又《正字通》凡物碾之如屑者，皆爲粉。粉通稱，非獨米也。【略】

張玉書等《康熙字典・未集上・米部五畫》 粔。《廣韻》其吕切，《集韻》臼許切，丛音巨。《說文》粔籹，膏糧也。《齊民要術》粔籹，名環餅，象環釧形。《廣雅》謂之桮梳。今通名饊子。《楚辭・招魂》粔籹蜜餌，有餦餭些。註：吳謂之膏環，亦曰寒具。杜甫詩：粔籹作人情。劉禹錫《寒具詩》纖手搓成玉數尋，碧油煎出嫩黃深。夜來春睡無輕重，壓扁佳人纏臂金。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部五畫》 粏。《廣韻》博管切，《集韻》補滿切，丛音版。屑米餅也。同粄。《荆楚歲時記》三月三日，取鼠麴汁，蜜和粉，謂之龍舌粏，以厭時氣。鼠麴即鼠耳草，俗呼茸母。宋徽宗詩：茸母初生認禁煙。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部五畫》 粄。《集韻》鋪枚切，音坯。溲粉麪爲劑也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部五畫》 粏。《海篇》音扮，屑米餅也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部五畫》 籽。《集韻》洪孤切，音胡。黏也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部六畫》 粢。《廣韻》即夷切，《韻會》將支切，《正韻》津私切，丛音咨。《類篇》稷也。《爾雅・釋草疏》粢者，稷也。《禮・曲禮》稷曰明粢。《左傳》桓六年，潔粢豐盛。註：黍稷曰粢。又通作齍。《儀禮・士虞禮》明齊溲酒。註：今文曰明粢。又通作齋。《周禮・春官》小宗伯辨六齍之名物。註：齍讀爲粢。六粢謂六穀，黍稷稻粱麥菰。又《集韻》才資切，音茨。《說文》稻餅與餈同。《列子・力命篇》食則粢糲。註：粢，稻餅也。味類籺米不碎。《揚子方言》餌謂之餈，或謂之粢。又《集韻》才詣切，音劑。酒也。《禮・禮運》粢醍在堂。通作齊。《說文》本作齋，或作粢，今文从米作粢。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部六畫》 粥。《廣韻》、《集韻》、《韻會》、《正韻》丛之六切，音祝。糜也。《釋名》粥濯于糜，粥粥然也。《禮・月令》仲秋行糜粥飲食。《風上記》天正日南，黃鐘踐長，是日始牙動，爲饘粥以養幼。《南越志》盧陵城中有井，半青半黃，黃者甜滑宜作粥，色如金，似灰汁，甚芬馨。又豆粥。《後漢・馮異傳》：光武至饒陽無蓼亭，異上豆粥。《晉書・石崇傳》崇爲客作豆粥，咄嗟便辦。又茗粥。《茶録》吳人采茶煮之，名茗粥。又榆粥。《唐書・陽城傳》隱中條山，歲饑，屑榆爲粥。又天有粥廚。《天文集要》玉井主粥廚。又涼州以粥爲羅閣。《異物志》高昌僻土，有異于華，寒服冷水，暑啜羅閣。又《說文》本作鬻，今俗作粥。《前漢・文帝紀》吏廉當受鬻者，或以陳粟。註：鬻與粥同。師古曰：黃帝始烹穀爲粥，周謂之饘，宋衛謂之餬。【略】

張玉書等《康熙字典・未集上・米部八畫》 粳。《集韻》居行切，音庚。《玉篇》稻不黏者。《爾雅釋草疏》秔糯甚相類，黏不黏爲異。《周禮・天官》食醫。註：稌，粳也。梁庾肩吾集有《謝賚粳米啓》。《韻會補》粳俗秔字。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部八畫》 粺。《廣韻》、《集韻》、《韻會》旁卦切，《正韻》薄邁切，丛音稗。精米也。《詩・大雅》彼疏斯粺。《正義》米之率，糲十、粺九、糳八、侍御七。《九章・粟米法》：粟率五卜，爲糲米三十，粺二十七，糳二十四，御二十一，言粟五升，爲糲米三升，以下則米漸細，故數益少。四種之米，皆以三約之，得此數也。又《集韻》步化切，音鮑。穀也。《集韻》或作檗。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部八畫》 糈。《廣韻》陟良切，《集韻》、《韻會》中良切，丛音張。《說文》食米也。《詩・大雅》以峙其糈。《禮・王制》五卜異糈。《爾雅

釋言》粻，糧也。註：今江東通言粻。又《博雅》錫也。又《集韻》仲良切，音長。又除庚切，音鼞。吳
粻。又知亮切，音帳，義丛同。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部八畫》 粽。《廣韻》、《集韻》、《正韻》丛作弄切，宗去聲。角黍也，同糭。又草名。《廣東新語》五月朔至五日，以粽心草繫黍，卷以柊葉。以象陰陽包裹，浴女蘭湯，飲昌蒲雄黃酒，厭五毒之神。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部九畫》 糎，古文糝。《廣韻》、《集韻》丛桑感切，音糂。《說文》以米和羹也。一曰粒也。《荀子・宥坐篇》藜羹不糎。又《篇海》糎，雜
也。又糝，糂滓也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部九畫》 糜。《廣韻》、《集韻》、《韻會》、《正韻》丛武悲切，音眉。《風土記》以菰裹黏米。《續齊諧記》屈原五日投汨羅，楚人此日以竹筒貯米，投水祭之。漢建武中，區曲白日見人，自稱三閭大夫。謂曰：聞君當見祭，可以楝葉塞筒上，以綵綠繫之。二物蛟龍所憚也。今人作粽，并戴楝葉，五色絲，皆汨羅遺俗。《集韻》或作糉。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糇。《集韻》都回切，音追。粉餌也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糅。《集韻》色爭切，音掺。《類篇》煮米爲糂。《食經》作糁法：取蒸米一升，置沸湯，勿令過熱，出著新籮內。又《廣韻》煮米多水也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糔。《廣韻》、《集韻》、《韻會》、《正韻》丛息有切，修上聲。汁也，一曰溲也，或作瀡。《禮・內則》爲稻粉糔，溲之以爲酏。又《集韻》思留切，音修。《說文》久汌也。又蘇老切，音嫂。息救切，音秀。義丛同。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糕。《集韻》居勞切，音羔，與餻同，糜也。《野客叢書》劉夢得嘗作九日詩，欲用糕字。思六經中無此字，遂止。故宋景文九日詩曰：劉郎不肯題糕字，虛負人生一世豪。《周禮・天官》籩人疏。羞邊之實，糗餌粉餈。鄭箋：今之餈糕。六經中未嘗無糕也。《松漠紀聞》金國重陽有寶階糕。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糗。《廣韻》、《集韻》、《韻會》、《正韻》丛去九切，音臼。《說文》熬米麥也。又乾飯屑也。又糧也。《博雅》糗，糒也。《書・費誓》峙乃糗糧。疏：糗，擣熬穀也。謂熬米麥使熟，又擣之以爲粉。《禮・內則》糗餌。註：擣熬穀以爲糗餌。《周禮・天官》籩人疏。羞邊之實，糗餌粉餈。註：糗，熬大豆與米也。《左傳》哀十一年，陳轅頗出奔鄭，其族轅咺進稻醴、梁糗、腶脯焉。註：糗，乾飯。《釋名》糗，鹹也，飯而磨之，使鹹碎也。又姓。《風俗通》漢有糗宗爲贏長。又《玉篇》尺沼切，義同。又《集韻》、《正韻》丛丘救切，音臼，義同。《六書音義》與糇同。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糇。《廣韻》、《集韻》、《韻會》、《正韻》丛呼侯切，音喉。俗謂熬米爲餌爲糇。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糙。《廣韻》、《集韻》丛倉早切，音草。《玉篇》米不精也。《正韻》米不舂也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糟。《廣韻》、《集韻》丛作曹切，音漕。《說文》酒滓也。《禮・內則》糟豚。註：糟，漬之酒糟中。又《廣韻》煮米爲糟。《釋名》糟，漉也，以酒漉出滓也。又《廣韻》糟糠，貧賤者所食。《後漢・宋弘傳》糟糠之妻不下堂。又《廣韻》糟床，壓酒具。《晉書・劉伶傳》常乘鹿車，攜一壺酒，使人荷鍤隨之，謂曰：死便埋我。又《廣韻》糟丘，酒池。《史記・殷紂紀》以酒爲池，懸肉爲林。又《廣韻》糟蹋，踐踏也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一〇畫》 糝。《廣韻》、《集韻》丛桑感切，音糂。《說文》以米和羹也。一曰粒也。《周禮・天官》羞豆之實，酏食糝食。註：取牛羊豕之肉，三如一，小切之，與稻米二肉一，合以爲餅煎之。《莊子・山木篇》孔子窮于陳蔡之間，七日不火食，藜羹不糝。《釋名》糝，敖也，相黏敖也。又《篇海》糝雜也，豹鵠而麋飾，下天子大夫。又《類篇》蘊含切，音三。《正韻》桑錦切，音沁。義丛同。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一三畫》 糲。《廣韻》、《集韻》、《韻會》、《正韻》丛施隻切，音釋。《說文》漬米也。又《集韻》夷益切，音繹。義同。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一三畫》 糵。《廣韻》、《集韻》丛博厄切，音檗。《說文》炊米者謂之糵。又《廣韻》昔麥切，《集韻》匹麥切，丛音闢。《爾雅・釋器》米者謂之糵。註：飯中有腥。疏：飯中有腥來者，謂之糵。李巡曰：米飯半腥半熟名糵，即《論語》云：失飪不食。又《集韻》、《韻會》丛昔八切，音汃。餅半熟也。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一四畫》 糰。《集韻》徒官切，音團。粉餌。《武林舊事》：元夕前食，所尚宜利，少澄沙糰子。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一四畫》 糯。《集韻》奴卧切，音愞。稻名。《說文》沛國謂稻曰稬，或作糯。《增韻》糯稻之黏者，可以爲酒。又《集韻》、《韻會》丛奴亂切，音渜。義同。《六書音義》亦作稬。

張玉書等《康熙字典・未集上・米部一五畫》 糵。《廣韻》魚列切，音孽。麴蘗。又牙米。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部六畫》 資。《唐韻》疾資切，《集韻》、《韻會》才資切，丛音茨。《說文》稻餅也。《玉篇》資，餈也。《釋名》資，漬也。烝燥屑，使相潤，漬餅之也。《周禮・天官》籩人若邊之實，糗餌粉資。註：皆粉稻黍米爲之，餌言糗，資言粉，互足其義也。合烝曰餌，餅之曰資。疏：今資糕之名出于此。《說文》或作飴，《集韻》或作餈。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部六畫》 餃。《集韻》居效切，音教。餌也。

《正字通》今俗餃餌，屑米麪和餡爲之，乾濕小大不一。水餃餌即段成式食品湯中牢丸，或謂之粉角。北人諱角如矯，因呼餃餌謁爲餃兒。餃非餡屬，教非餃音。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部六畫》 餌。《集韻》、《正韻》丛忍止切，音耳。《玉篇》食也，餅也，餈也。《說文》粉餅也。徐鍇曰：《釋名》烝燥屑餅之曰餈。非也，粉米烝屑脅餌也，非餈也。許慎曰：餈，稻餅。謂炊米爛乃擣之，不爲粉也。粉餈以豆爲粉，糝餈上也。餌則先屑米爲粉，然後溲之餈之，言溢也。餌之言堅潔，若玉餌也。《楚辭・招魂》粔籹蜜餌。又《禮・內則》糝取牛羊豕之肉三如一，小切之，與稻米二肉一，合以爲餌煎之。註：此《周禮》糝食也。【略】

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部七畫》 餖。《字彙》古文飽字。《正字通》、《說文》古从采，作餱，亦作䭔，今人《字彙》譌作餖，非一說。賈公彥以餖飣爲泡起，即韋巨源《食單》之婆羅門輕高麪，《齊書》之起膠餅，今俗罷烝饅頭祭酵浮起者是也。與餾別。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部七畫》 餖。《廣韻》蒲沒切，《集韻》薄沒切，丛音勃。《玉篇》麪餑。《博雅》餑餥，長也。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部七畫》 餾。《正字通》思管切，音迅。烏飯也，一曰青精飯。蘇頌曰：陶隱居登真隱設青精餾法，謂以藥草密漫曝之也。陳藏器曰：烏飯法，取南天燭莖葉，擣汁浸糯米，九烝九曝，米粒緊小如珠，囊之可適遠方。李時珍曰：此道家服食法。今釋氏四月八日造以供佛。入楝葉楊桐葉助色。詳《本草綱目》。《通雅》曰：沈存中云，《本草》南燭草，乃木也，名南天燭，今人植庭側，葉似楝，秋實赤如丹智。按：此俗所謂天竹也，即烏飯樹，今更有烏飯草。又作青精者，或以楓葉、烏桕染之，嶺南或以榕枝。南燭一名維那木，一名猴菽。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部八畫》 餛。《廣韻》户昆切，《集韻》胡昆切，丛音魂。《玉篇》餛飩。《揚子方言》餅謂之飥，或謂之餫餛。又《集韻》公渾切，音昆。義同。《集韻》亦作麉、餫、棍。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部八畫》 餅。《唐韻》、《集韻》、《韻會》必郢切，《正韻》補永切，丛音丙。《說文》麪餈也。《釋名》餅，并也，溲麪使合并也。《揚子方言》餅謂之飥，或謂之餫，或謂之餛。《文選》束晳有《餅賦》。又水引餅。《齊書・何戢傳》太祖好水引餅，戢令婦女躬執事以進。《正字通》即今之水麪也。又《正韻》亦作麅。《世說新語》何平叔美姿儀，魏明帝疑其傅粉，正夏日，與熱湯麅。汗出，色轉皎然。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部八畫》 餡。《字彙》胡鑑切，音陷。凡米麪食物，坎其中，實以雜味曰餡，或作餡。歐陽修《歸田録》京師賣酸餡者，俚俗誤書爲酸餡。《滑稽子》謂爲俊叨，蓋不知餡之从臽，而誤从舀也。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部八畫》 餢。《集韻》薄口切，哀上聲。餢，麪餅也。《正字通》餢，餡起麪也，發酵使麪輕高浮起，炊之爲餅。賈公彥以餦食爲起膠餅。膠即酵也。涪翁説起膠餅，今之炊餅也。《齊民要術》有餢飳。《篇海》同餢。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部九畫》 餕。《玉篇》甫云切，音分。半蒸飯也。與餴同。《詩・大雅》挹彼注，茲可以餕餱。註：餕，蒸米一熟，而以水沃之，乃再蒸也。【略】

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部一〇畫》 餈。《廣韻》古勞切，《集韻》、《韻會》居勞切，《正韻》姑勞切，丛音高。《玉篇》餈糜。《博雅》謻餈餌也。《揚子方言》餌謂之餈。《集韻》作糕，別作餻。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部一〇畫》 餾。《唐韻》、《集韻》、《韻會》、《正韻》丛力救切，音溜。《玉篇》飯氣蒸也。《廣韻》餾飯。《爾雅・釋言》餴餾，稔也。註：餴熟曰餾。疏：孫炎曰：蒸之曰饎，均之曰餾。郭云今呼賃飯爲餴，餴熟爲餾。《說文》云：餾，一蒸米也。餾飯，氣流也，然則蒸米謂之餾，餴必餾而熟之，故言餾。本作餾。又《廣韻》、《集韻》丛力求切，音劉。義同。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部一〇畫》 餽。《廣韻》、《集韻》丛都回切，音碓。《玉篇》蜀人呼蒸餅爲餽。李商《饑語詩》拈餈舐指不知休。《集韻》或作餵、餯、糗。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部一一畫》 餫。《廣韻》卑吉切，《集韻》、《韻會》、《正韻》壁吉切，丛音必。《玉篇》餫餅。《廣韻》餫餅，餅屑。用麪爲之，中有餡。《資暇集》蕃中軍氏、羅氏好食此味，因名畢羅。後人加食旁，爲餫餅。按：《酉陽雜俎》有人夢入畢羅店，及醒，店子曰：郎君與客食畢羅二斤，何不計直而去。即餫餅也。《集韻》或作糪。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部一一畫》 饅。《廣韻》母官切，《集韻》、《韻會》、《正韻》謨官切，丛音瞞。《集韻》饅頭，餅也。《正字通》麪食也。饅開首者曰蠻駝臍，吴下呼餛臍，讀若磈，詐言熟食之肥也。長曰繭，斜曰桃。《晉書》束晳賦：饅頭薄持。《事物紀原》諸葛亮南征，將渡瀘水，土俗殺人首祭神。亮令以羊豕代取麪，肉人頭祭之，饅頭名始此。又南唐有子母饅頭。《燕翼詒謀録》仁宗誕日，賜羣臣包子，即饅頭別名。今俗屑麪發酵，或有餡，或無餡，烝食者，謂之饅頭。《集韻》或作鏝。

張玉書等《康熙字典・戌集下・麥部四畫》 麪。《唐韻》彌箭切，《集韻》、《韻會》眠見切，《正韻》莫見切，丛音眄。《說文》麥末也。束晳《麪賦》重羅之麪，塵飛雪白。《玉篇》麪起餅。《玉篇》索餅也。出《食苑》。

張玉書等《康熙字典・戌集下・麥部九畫》 麵。《正字通》俗麪字。《齊書・禮志》永明九年正月，詔太廟四時祭，薦宣皇帝麵起餅。

張玉書等《康熙字典・戌集下・麥部一二畫》 麷。《集韻》選委切，音髓。豆

屑和飴也。又糖餳也。揚子《方言》餅也。

張玉書等《康熙字典・亥集下・麥部一三畫》 穀。《集韻》胡關切，音還。《玉篇》餅也。又粔籹。吳人謂之膏糜。或从麥。又《廣韻》、《集韻》丛户版切，音皖。《集韻》黄蒸類子。一曰全麥爲麪。又餅也。

華希閔《廣事類賦》卷二八《飲食部・餅》 餅。入盧烝者曰燒餅，入籠蒸者曰蒸餅，亦曰饅頭，入湯煮者曰湯餅，亦曰湯麪，曰不託，入胡麻者曰麻餅。

宫夢仁《讀書紀數略》卷五二《物部・飲食類》 三穀。《爾雅翼》。梁，黍稷之總名。稻，溉種之總名。菽。衆豆之總名。

四穀。《詩》箋稷以天爲，已下此四穀。稻、秫、糜、芑。

五穀。《周禮》、《疾醫》、《荀子序》、《漢・食貨志》同。五穀以五行所屬而言，九穀以三農所生而言，百穀號其多而言。麻。屬金。《月令》秋食。黍。屬火，冬食。稷。屬土，季夏食。麥。屬木，春食。豆。屬水，夏食。《楚辭》大招注有稻無黍。《穀梁傳》一穀不升謂嗛，二穀不升謂饑，三穀不升謂饉，四穀不升謂糠，五穀不升謂大侵。

五種。《職方氏》豫州宜五種。

黍、稷、菽、麥、稻。兗州四種無菽，幽州三種無菽麥。《月令》出五種，《史記》黄帝藝五種即此。

六穀。膳夫注。黍，稷也。稷，粟也。稻，一作徐，晚禾也。梁，糯粟。菰，雕菰。麥。小宗伯六齋以供粢盛。鄭人六食，即六穀之飯。

九穀，大司徒三農生九穀。黍、稷、稻、梁、麻、麥、秫、菰、豆。

八穀。《本草》注

黍、稷、稻、粱、禾、麻、菽、麥。

百穀。《爾雅翼》

粱、稻、菽三穀各二十種。爲六十。蔬果屬助穀各二十種。爲四十。

禾三變。孔子見禾三變，云我其首禾乎。

始於粟，生於苗，成於穗。

粟去三盜吕氏

地窳。大鼴小鼢爲青，魚胠苗若直竊。苗相竊。種而無行，耕而不長。草竊。弗除則蕪，除之則虚。

三族。同上。言苗如此則粟多。

其弱也欲孤，長也欲相與居，熟也欲相扶。

五變。《説題辭》禀受五行而成，故五變乃可食。

以陽化生爲苗，秀爲禾，三變而發謂粟，四變入臼米出甲，五變而蒸飯。

六米。《周禮》舍人注：六者皆有米，若麻小豆小麥無米。

黍、稷、稻、粱、菰、豆。

四種米。《詩》彼疏斯粺。箋云：疏謂糲米也。糲米法，粟率五十，糲米三十，粺二十七，鑿二十四，侍御二十一。言粟五升爲糲米三升，米漸細故數益少，四種皆以三約之。

糲十，粺九，鑿八，侍御七。九章算粟米也。

飯之品六《内則》

黍、稷、稻、粱、白黍、黄粱。

四飯。《白虎通》

王者平旦食。少陽之始。晝食，太陽之始。晡食，少陰之始。暮食。太陰之始。

諸侯三飯，卿大夫再飯。

麥三味。皇甫《春秋》：衛倫稱劉子陽食餅，知鹽生。予曰：荀最師曠識勞薪，易牙別淄澠，定之何難。倫以糧糗進。予曰：子焉得兼三味。倫告人曰：吾麥杏時將發，糅以杏汁。李秦時將發，糅以李秦汁也。

杏、李、秦。

二簋。《唐禮志》

各一者，簋以稷，簋以黍。皆二者，簋以黍稷，簋以稻粱。

四簋。《祭統》

黍、稷、稻、粱。

四時祭所上吕氏。貴天賜也。

春豆實韭，夏尊實醴，一作酵。秋机實黍，冬敦實稻。

兩簋。與餕同。特牲饋食禮，兩簋緇爵拜。

上簋、下簋。

杭世駿《續方言》卷上 齊謂麥，稞也。《説文》

杭世駿《續方言》卷上 京師人謂菴屑爲紇頭。《史記・陳丞相世家》、《集解》引晉灼。

杭世駿《續方言》卷上 陳留謂餈爲糍。《説文》桑谷切。

周謂之餖，宋謂之餬。《説文》

杭世駿《續方言》卷上　陳楚間相謁食麥飯曰餈，楚人相謁曰詐，秦人謂相謁之餘，或謂之餕，或謂之飤。《說文》

杭世駿《續方言》卷上　周人謂餉曰饟。《說文》

杭世駿《續方言》卷上　關東言綟爲餅。《考工記》輪人注，鄭司農。

王念孫《廣雅疏證》卷八上　餈餈，餈也。《說文》：餈飯，氣蒸也。餈餈皆蒸熟之名。《方言》云：甌自關而東，或謂之酢餾。因此以立名也。

王念孫《廣雅疏證》卷八上　餈黎謂之麪。《釋言》云：糗，麪，食也。《玉篇》：麪，糗也，或作麰。《唐本草》注云：米麥麰、蒸米麥熬磨作之，一名糗。《易林》：貢之震云：飛過稻廬，甘樂麪餅。《玉篇》：餅，充小切。餅、糗聲相近，猶今人言炒也。

糗糇，糒也。《說文》：糒，乾飯也。《史記·李將軍傳》云：大將軍使長史持糒醪遺將軍。《程氏易疇》云：今吾歙猶呼社餈爲社飴。《方言》：餈，熬米麥也。《楚辭》：粢糗餦餭，有飴餳些。王注：餦餭，餅也。《說文》：糒

甘麪者，煮麥爲甘粥也。麪之言齲也，謂齲爛也，一曰麪者糗也，音丘柳反。麪糗聲相近，實一物也。今人通以熬米麥謂之麪。音昌兖反，又尺沼反，一作餧。甘麪者，以密和糗，故其味甘也。齲丘羽反，黄氏曰：麪麥，粥汁。奏，進也，言此殊絶甘美之食，宜進之於君上。

鄭玄《周禮注疏》卷五 羞籩之實，糗餌粉餈。注：羞籩謂若少牢主人酬尸，宰夫羞房中之羞於尸侑、主人主婦皆右之者。故書餈作茨。鄭司農云：糗，熬大豆與米也。粉，豆屑也。茨字或作餈，謂乾餌餅之也。玄謂此二物皆粉稻米、黍米所爲也。合蒸曰餌，餅之曰餈。糗者，擣粉熬大豆，爲餌餈之，黏著以粉之耳。餌言糗，餈言粉，互相足。音義餌，而志反。餈，財資反。餅，必領反。爲餌，于僞反。下文同。黏，女廉反。著，直略反。疏：釋曰：此當主酬尸，內饗進之於尸侑等者也。云糗餌粉餈者，此爲二籩，糗與粉爲一物，恐餌餈黏著籩，故分于二籩之下。注釋曰：言羞籩，謂若少牢主人酬尸宰夫，羞房中之羞，于尸侑主人主婦皆右之者。天子祭祀之禮亡，故取少牢大夫禮解之。案：有司徹上大夫當日，賓尸正祭不設內羞，故於賓尸設之，此天子之禮。賓尸在明日，則祭祀日當設之。【略】鄭司農云：糗，熬大豆與米也。粉，豆屑也。竝於義是，但於義不足，故後鄭增成之。云茨字或作餈者，謂故書亦有作次下食者。云謂乾餌餅之也者，餅之曰餈，未正乾之言，故後鄭不從。玄謂此二物皆粉稻米、黍米所爲者，據當時目驗而知。云合蒸曰餌，餅之曰餈者，謂粉稻米、黍米合以爲餌。餌既不餅，明餅之曰餈。今之餈糕，皆餅之名出於此。云糗者，擣粉熬大豆者，此與司農義同，司農不言擣，故後鄭增成之。云餌言糗，餈言粉，互相足者，此本一物，餌言糗，謂熬之亦粉之。餈言粉，擣之亦糗之。凡言互者，據兩物相互，今一物之上，自相互直，是理不足明，故言互相足。《內則》注擣，熬穀。穀則大豆也，穀總名也。

鄭玄《周禮注疏》卷一六 舂人掌共米物。注：米物，言非一米。疏：釋曰：按上文倉人廩人言物者，據米穀多者而言，故鄭言米物，言非一米是也。祭祀共其，其盛之米。注：齍盛，謂黍稷稻粱之屬，可盛以爲簠簋之實也。賓客共其宰禮之米。注：謂可以實筐筥。疏：釋曰：下別言饗食，則此言牢禮，謂醬齏之米。鄭云實筐筥，知非車米者，以其公車米四十，侯伯車米三十，子男車米二十，非舂人所供，故知惟謂筐筥者也。若然車米出於民稅，故《禹貢》云五百里納米是也。凡饗食共其食米。注：饗有食米，則饗禮兼燕與食。音義：食音嗣。注：燕與食及醫人職同。疏：釋曰：燕禮無食米，食禮無飲酒，若饗禮有飲酒，有食米，故云饗禮兼燕與食也。若然經云：其食米則饗禮，但供食米也。掌凡米事。

鄭玄《儀禮注疏》卷一三《既夕禮》 四邊，棗糗栗脯。注：糗以豆糗粉餌。音義糗，去九反。餌，而志反。疏：注釋曰：云糗以豆糗粉餌者。案：籩人云羞籩之實，糗餌粉餈。鄭云此二物，皆粉稻米黍米所爲也。合蒸曰餌，餅之曰餈。糗者，擣粉熬大豆爲餌餈之，黏著以粉之耳。餌言糗，餈言粉，互相足者，此本一物。餌言糗，謂熬之亦粉之。餈言粉，擣之亦糗之。不言互文而云互相足者。凡言互文者是二物，各舉一邊而省文，故云互文。此糗與粉唯一物，分爲二文，皆語不足，故云互相足也。又案：籩人羞有二籩糗餌及粉餈。此經直言糗，則舉糗以見餌而無餈，故鄭云糗以豆糗粉餌也。

陸翽《鄴中記》

鄴俗，冬至一百五日，爲介子推斷火。冷食三日，作乾粥，是今之糗。

并州俗，以介子推五月五日燒死，世人爲其忌，故不舉飢食，非也。北方五月五日自作飲食祀神，及作五色新盤相問遺，不爲介子推也。

寒食三日作醴酪，又煮粳米及麥爲酪，擣杏仁煮作粥。按《玉燭寶典》，今人悉爲大麥粥，研杏仁爲酪，別以餳沃之。

王嘉《拾遺記》卷六 宣帝地節元年，樂浪之東，有背明之國來貢其方物。言其鄉在扶桑之東，見日出於西方，其國昏昏常闇。宜種百穀，名曰融澤，方三千里，五穀皆良。有延精麥，延壽益氣。有昆和麥，調暢六府。有輕心麥，食者體輕。有醇和麥，爲麴以釀酒，一醉累月。食之凌冬可袒。有含露麥，穗中有露，味甘如飴。有紫沉麻，其實不浮。

蕭子顯《南齊書》卷六《明帝紀六》 永泰元年秋七月己酉，太宮進御食，有裹蒸。

宗懍《荆楚歲時記》 去冬節一百五日，即有疾風甚雨，謂之寒食。禁火三日，造飧大麥粥。

按：歷合在清明前二日，亦有去冬至一百六日者。介子推三月五日爲火所焚，國人哀之。每歲暮春爲不舉火，謂之禁煙。犯之則雨雹傷田。陸翽《鄴中記》曰：寒食三日爲醴酪，又煮糯米及麥爲酪，擣杏仁煮作粥。《玉燭寶典》曰：今人悉爲大麥粥，研杏仁爲酪，引餳沃之。孫楚《祭子推文》云：黍飯一盤，醴酪一盂，清泉甘水，充君之廚。今寒食有杏酪麥粥，即其事也。舊俗以介推焚骸，有龍忌之禁。至其月，咸言神靈不樂舉火。後漢周舉爲并州刺史，移書於介推廟。云春中食寒一月，老小不堪。今則三日而已，謂冬至後一百四日，一百五日，一百六日也。【略】

宗懍《荆楚歲時記》 夏至節日食糭。按周處《風土記》謂爲角黍，人並以新竹爲筒粢棟葉。

宗懍《荆楚歲時記》 六月必有三時雨，田家以爲甘澤，邑里相賀，曰賀嘉雨。伏日並作湯餅，名爲辟惡餅。

按《魏氏春秋》：何晏以伏日食湯餅，取巾拭汗，面色皎然，乃知非傅粉。則伏日湯餅，自魏以來有之。

宗懍《荆楚歲時記》 十月朔日，黍臛，俗謂之秦歲首。

未詳黍臛之義。今北人此日設麻糞豆飯，當爲其始熟嘗新耳。【略】

宗懍《荆楚歲時記》 冬至日，量日影作赤豆粥，以禳疫。

按：共工氏有不才之子，以冬至死爲疫鬼，畏赤小豆，故冬至日作赤豆粥以禳之。

曾慥《類説》卷六《荆楚歲時記》 杏酪麥粥

孫楚祭子推云：麥飯一盤，醴酪二盂，清泉甘水充君之廚。今寒食有杏酪麥粥，即其類也。

曾慥《類説》卷六《荆楚歲時記》 辟惡餅。

伏日，食湯餅，名辟惡餅。

杜臺卿《玉燭寶典》卷五《五月仲夏第五》 《風土記》曰：仲夏端五，方伯協極，享驚用角黍龜鱗。順德注云：端，始也，謂五月初五也，四仲爲方伯，俗重五月五日，與夏至同鼈，春孚雛到，夏至月皆任啖也。先此二節一日，又以蒲葉裹黏米雜以粟，以淳濃灰汁煮之令熟，二節日所尚啖也。又煮肥鼈令極熟，擘擇去骨，加鹽豉、苦酒、蘇蓼，名爲葅鼈，并以薤齏用爲朝食。所以應節氣裹黏米一名糉，子弄反也。一名角黍，蓋取陰陽尚相苞裹未分散之象也。

杜臺卿《玉燭寶典》卷五《五月仲夏第五》 是月也，陰陽爭血氣散，先後日至各五日，寢別外肉陰氣入藏腹中，塞不能化膩，先後日至各十日，薄滋味，毋多食肥醲，距立秋毋食煮餅及水溲餅。夏日飲水時，此二餅得水即强剛不消，不幸便爲宿食，作傷寒矣。試以此餅置水中即見驗，唯酒溲餅入水爛之也。

杜臺卿《玉燭寶典》卷六《六月季夏第六》 《荆楚記》云：伏日並作湯餅，名爲辟惡。案：束晳《餅賦》云，玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中霜成。中外充虚解戰，湯餅爲最。然則此非其時，當以麥熟嘗新曰言辟惡耳。今世人多下水內，別取上豆粥。明旦，光武謂諸將曰：昨得公孫豆粥，飢寒俱解。及至南宮，遇大風雨，光武引車入道傍空舍，異抱薪，鄧禹爇火。光武對灶燎衣，異復進麥飯兔肩。因復渡滹沱河至信都，使異別收河間兵。還拜偏將軍，從破王郎，封應侯。補豆飯。應璩新詩云：電下炊牛矢，甑中共潑之。許云：十月旦麻豆饘。音煎也。

杜臺卿《玉燭寶典》卷一一《十一月仲冬第十一》 《荆楚記》云：冬至日作赤豆粥。說者云，共工氏不才子以冬日死，爲人厲，畏赤豆，故作粥以禳之。《風土記》則云：天正日南黃鍾踐長，粥餾前徵。注云：黃鍾始動陽前地內，日長，律之始也。是日俗尚以赤豆爲糜，所以象色也。南方多呼粥爲糜，猶是一義。北土貧家在冬殆是常食，非必禳灾。又采經霜蕪菁葵等雜菜以乾之。《詩·豳風》云：我有旨蓄，亦以御冬。毛傳曰：云旨美御禦。鄭箋云：聚美菜者，以禦冬日之無之時。馬融與謝伯向書乃云：黃棘下菟雜乾葵以送餘日。又鹽藏襄荷爲一冬儲備，亦云防以蠱。

曾慥《類説》卷六《河洛記》 麥粥，寒食賜麥粥、帖綵毬、鏤雞子。

食品烹飪總部・穀食部・飯篇二》

虞世南《北堂書鈔》卷一四四《酒食部・飯篇二》 烝穀爲飯。《周書》曰：黃帝始烝穀爲飯。粒各自分。《釋名》云：餴，分也，粢粒各自分也。案：餴音分，半烝飯也。舊儀》云：齊則陳九穀飯。膠胡。宋玉《諷賦》云：主人之女爲臣炊膠胡之飯，烹露葵之羹，以火，成熟爲飯，乃甘可食也。六穀飯。《周禮》膳夫掌王之飯，食用六穀。九穀飯。《漢附舉之以火，成熟爲飯。《論衡》云：穀之始熟曰粟，舂之于臼，簸去其糠，烝于釜甑，舉之來勸臣食。案：《西京雜記》云：菰之有米者，長安人謂爲膠胡。又云會稽人顧翺少失父，事母至孝。母好食膠胡飯，常帥子女躬自採擷。還家導水鑿川，自種供養，每有贏儲。家亦近太湖，湖中後自生膠胡，無復餘草，蠭鳥不敢至焉，遂得以爲養。郡縣表其門舍。補菰粱。劉梁《七舉》云：菰粱之飯，入口蓋流。送以熊蹯，咽以豹胎。熒爽。劉公幹《清慮賦》云：虞氏之饗，火珠之熤，炊嘉禾之米，和熒爽之飯。紅麪。潘尼《釣賦》云：紅麪之飯，精以菰粱。五味道洽，餘氣芬芳。折秔。《魏略》云：太祖請同列嘲王朗，曰：不能效君，昔在會稽折秔米飯也。朗嘆曰：宜適實難值如朗，昔者未可折而折明公，今日可折乃不折也。補脫粟。《晏子》見前。案：《漢書》曰，公孫弘爲丞相，食一肉脫粟之飯。粉粱。傅毅《七激》云：鳧鴈之羹，粉粱之飯。糲粢。《韓子》見前。糲飯。謝承《後漢書》云：司馬苞爲太尉，常食糲飯。乾飯。謝承《後漢書》云：胡劭爲淮南太守，使鈐下閣外炊，暴作乾飯。麥飯。《後漢書》曰：王郎起，光武自薊東南馳，晨夜草舍，至饒陽無蓽亭時，天寒冽，衆皆飢疲，馮異上豆粥。明旦，光武謂諸將曰：昨得公孫豆粥，飢寒俱解。及至南宮，遇大風雨，光武引車入道傍空舍，異抱薪，鄧禹爇火。光武對灶燎衣，異復進麥飯兔肩。因復渡滹沱河至信都，使異別收河間兵。還拜偏將軍，從破王郎，封應侯。補豆飯。應璩新詩云：電下炊牛矢，甑中共

豆殽。椹飯。《吳書》云：袁術在壽春，百姓飢窮，以桑椹蝗虫爲乾飯。案：術既爲雷薄等所拒，還至江亭，去壽春八十里。問廚下尚有麥屑三十斛。時盛署，欲得蜜漿又無。密坐欄牀上歎息良久，乃大咤曰：袁術至于此乎。因頓伏牀下嘔血斗餘而死。補橡飯。孔衍《在窮記》曰：彭城王送橡飯十解。糲飯。韓子云：孫叔敖相楚，棧車牝馬糲飯菜羹桔魚之膾，冬羔裘，夏葛衣，面有飢色，則良大夫也。其儉偪下。補。案：詩召旻彼疏斯粺。鄭玄曰：疏粗糲米，米之率糲十、粺九、舂八、待御七。附其飯。桓麟《七説》云：香其爲飯，雜以稗蒯，散如細蚳，聚似凝膚。補糲麪若霜。傅玄《七謨》云：釋之浮浮。《詩》云：釋之叟叟，烝之浮浮。傅曰：釋之烝之以爲酒，及蕙篕之實。補散如細蚳，聚如凝膚。桓麟《七説》見前。含滋發馨。陸機《七徵》見前。流曜飛芳。孫敏《七誘》見上。膏液黄柔，澗潤流芳。傅玄《七謨》。澗潤細滑，流澤芬芳。傅選《七誨》云：孟冬香秔，上秋膏粱。彫胡菰子，丹具東嶺。澗潤細滑，流澤芬芳補。軟滑膏潤，入口流散。補搏之如細蚳，聚如凝膚。桓麟《七説》見前。含滋發馨。陸機《七徵》見前。流曜飛芳。孫敏《七誘》見上。膏液黄柔，澗潤流芳。傅玄《七謨》。澗潤細滑，流澤芬芳。傅選《七誨》云：孟冬香秔，上秋膏粱。彫胡菰子，丹具東嶺。澗潤細滑，流澤芬

口，三日不舉火，故隣里爲之糜粥，以飲食之。【略】擔囊採薪，斧冰作糜。魏武《苦寒行》曰：行行日已遠，人馬同時飢。擔囊行採薪，斧冰持作糜。

虞世南《北堂書鈔》卷一四四《酒食部・糗篇一二》案：糗，山責切。煮米多水也。附　煮米爲糗。《通俗文》云：煮米爲糗。勿令過熟。《食經》云：作糗法，取蒸米一升，置沸湯裏，勿令過熟，出著新籠內。

虞世南《北堂書鈔》卷一四四《酒食部・餅篇一三》　通冬達夏，終歲常施。東晳《湯餅賦》云：其可以通冬達夏，終歲常施，四時從用也。充虛解戰，湯餅爲最。補水引。蕭子顯《齊書》云：玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中霜凝口外，充虛解戰，湯餅爲最。又云：何戢爲司徒左長史，太祖爲領軍，與戢來往，數置歡宴。上好水引餅，戢令婦女躬自執事以設上焉。補水引。崔寔《四民月令》云：立秋，無食煮餅及水引餅。薄壯。東晳《湯餅賦》云：吳國司方，純陽布暢。服絺飲冰，隨陰而涼。此時爲餅，莫若薄壯。起漱。徐幹《齊記》云：舊五月麥熟，薦新麥，作起漱白餅。雀瑞。《范汪祠制》云，夏薦乳餅，秋薦雀瑞餅，冬薦白環餅。補饅頭。東晳《湯餅賦》云：三春之初，陰陽交濟，寒暑既除，温而不熱，于時享宴，則饅頭宜設。豚耳狗舌，劒帶案成。又云：若夫安乾粔籹之倫，豚耳狗舌之屬，劒帶。案：成。餦餖髓燭，或名生于里巷，或法出乎殊俗。名生里巷，法出殊俗。見上。

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・胡飯三二》　胡飯兼御。傅玄《樂府》胡飯兼御相國食前，方丈殊珍。貴賤競爲《續漢書》云：靈帝好胡服胡飯，京師貴賤皆競爲之。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・粰糕四九全補》　粰糕。《韻學集成》云：粰音浮，粰，饙也。又糙粥。糕音流，亦作餾。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・餛四七全補》　豆屑。《蒼頡解詁》云：餛，餅也。《方言》云：餛謂之餺。餛本作餐，于月切。飴，和豆也。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・糗五〇全補》　菰葉裹黍。《風俗記》云：俗以菰葉裹黍，米煮令爛熟，于五月五日及夏至日啖之，一名糗，一名角黍。竹筒貯米。《續齊諧記》云：屈原以五月五日投汨羅而死，楚人哀之，每至此日，取竹筒貯米投以祭之。汨羅遺風漢建武中，長沙區週于五月五日，忽見士人自稱三閭大夫，謂週曰：君常見祭，但常年所遺，俱爲蛟龍所竊。今君惠可以練樹葉塞其上，以綵絲纏縛之，此二物蛟龍所憚也。週謹依旨。今世人五日作糗，并帶練葉及五綵絲，皆汨羅之遺風。南土所珍。《宋書》云：後魏太祖至彭城求酒并甘橘，孝武帝致螺盃雜糗。南土所珍。盧循遺糗。《晉書》云：廣州刺史盧循遣使遺劉裕益智糗，裕荅以續命湯。李彪設糗《齊書》云：范雲永明十年使魏，魏人李彪宣命至，雲見彪美，設甘蔗甘糗，隨盡復益。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・餦五一全補》　貴官設餦。《笑林》曰：南方人至京師者，人戒之曰：汝得物唯食，慎勿問主人。入門內，見馬屎便食之，覺臭乃止。後詣貴官爲設餦，因視曰：想故昔，且勿食。龍山糖餦。《時鏡新書》云：粔籹密餌即糖餦。龍山食有糖餦菊酒。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・粔籹五二全補》　蜜作粔籹。《楚辭》

云：粔籹蜜餌有餦餭些。注曰：粔籹，環餅也，吳謂之膏環，亦謂之寒具。餦餭，餹也，言以蜜和米麪煎成粔籹，擣黍作餌。人有美錫，衆味甘美也。箸刺粔籹。《異苑》云：張騭永初中喪，于都司馬茂往哭，見驥憑几而坐，以箸刺粔籹食之。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《寒具五三全補》 寒具不入。張逸遺令曰：閉口寒具不得入。《通俗文》云：寒具謂之餈。寒具致敬《桓譚新論》云：孔子四夫耳，而卓然名著天下，莫不以牛羊雞豚而祭之，下及酒脯寒具，致敬而去。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《安乾特五四全補》 粔籹之倫。束晳《餅賦》云：安乾特粔籹之倫。四時皆用盧諶《祭法》云：四時祠皆用安乾特。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・麵五六全補》 麥末。《説文》云：麪，麥末也。蒲筒切。麥屑《韻學集成》云：麪，亦作麪。麪，今作麵。麵起蕭子顯《齊書》曰：永明九年正月詔，太廟四時祭薦，宜皇帝麵起餅。麵肉王郎上劉纂等粗滿曰左中郎。樂林得纂麵肉，共啖湯餅。搜麵《釋名》云：搜麵使合并也。麵餈《説文》曰：餅，麵餈也。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・糠五八全補》 糠秕在前。《世説》云：王文度、范榮期俱爲簡文所要，范年大而位小，王年小而位大。將前更相推在前，既移久，王遂在范後。王因謂曰：簸之揚之，糠秕在前。范曰：洮之汰之，沙礫在後。舐糠及米。《史記》云：吳中大夫憍高説膠西王曰：舐糠及米。以糠塞口。《漢魏春秋》云：甄后之誅，由郭后之寵，及殃，令以糠塞口。後明帝逼殺郭后，使殯如甄后。食糠而肥。《晉書》云：王戎子萬有美名而太肥，戎令食糠而肥愈甚。燃糠自照。《齊書》云：顧歡所居鄉中有學舍，歡貧無以受業，夕則燃松節讀書，或然糠自照。播糠眯目。《莊子》云：播糠眯目，則天地四方易位矣。排糠障風。《潛夫論》云：不命大將以討叛羌，州郡興兵若排糠障風。陶沙壅河。積糠成山《交州記》云：合浦海口有糠頭山，傳云越王舂米於此，積糠而成。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・糗糒四〇》 峙乃糗糧。《尚書》云：峙乃糗糧，無敢不逮。《孔安國傳》曰：皆當儲峙汝糗糒之糧，使足食，無敢不相逮及。補以待賓位。崔寔《四民月令》曰：四月可以作棗糒以待，云云。羞籩之實，雜用之下。《儀禮》云：主婦反取籩于房中，執棗糗。生設之棗在稷南，糗在棗南。按：鄭注云：棗餌食之籩糗，搗粟糗，擣杏仁煮作粥。《玉燭寶典》曰：今人悉爲大麥粥，研杏仁爲酪，引錫沃之。孫楚《祭子推文》云黍飯一盤，醴酪二盂，是其事。

徐堅《初學記》卷四《歲時部下・五月五日第七》 周處《風土記》曰：仲夏端午，烹鶩角黍。注云：端始也，謂五月五日。進筒粽，《續齊諧記》曰：屈原五月五日，自投汨羅而死，楚人哀之。每至此日，以竹筒貯米投水祭之。漢建武年，長沙歐回見人自稱三閭君在外餧醬未就，故致糗于從者。昭公曰：君不忘吾先君延及喪人，錫之以大禮，再拜稽首，以迓受補。持糗相待。《漢書》云：李陵擊匈奴兵敗，令平士持二升糒、一半冰，期至遮虜鄣者相待。補米糒給軍。《東觀漢記》云：上圍邯鄲未下，彭寵遣米糒魚鹽以給軍糧，由是破邯鄲。懷糒而往《物理論》云：呂子義常往友人處存省，嫌其設酒食，懷乾糒而往。出城飡糒。《東觀漢記》云：隗囂病且餓，出城飡糒糒，恚憤而死。行膳乾糒。又云：賈玄爲九江太守，行縣齎，持乾糒。恒食乾糒。謝承《後漢書》云：沈景爲河間相，恒食乾糒。又《會稽典録》云：陳修家貧，爲吏恒食乾糗。乾糗。奉糗一斛。《東觀漢記》云：嚴尤擊江賊，世祖奉糗一斛，脯三十朐。補取糒一升。《魏略》云：寒貧者姓石，還長安，車騎將軍郭淮以意氣呼之，問其所欲，亦不肯言。淮與糒脯及衣財，石取脯一朐，糒一升而已。補

歐陽詢等《藝文類聚》卷七二《食物部・米》 《古史考》曰：神農時，民食穀，釋米加燒石上而食之。

顔師古《匡謬正俗》卷八 稻秣穗。《本草》有秣米稻米穗米，三者並別出而體不同。陶宏景注秣米云：此即今人以作酒及糖者。方藥不止用噉，嚼以塗漆創，及釀酒諸藥醪耳。注穗米云：道家方藥有俱用稻米杭米，即是兩物。云稻米糠白如霜，今江東無此，皆通呼穗米爲稻米耳，不知其色類，復云何？按：《本草》所謂秣米者，即今之似黍米而粒小者耳，其米亦堪作酒而不及黍。所謂稻米者，今稷米耳。而陶公以穗爲秣，不識稻是穗，故説之不曉。許氏《説文解字》曰：秣稷粟者，稻，稌也，沛國謂稻爲稌。又《急就篇》云：稻，黍秣稷。左太沖《蜀都賦》云：稗稻漠漠。益知稻即穗，共穗並出矣。然後以稻是有芒之穀，故於後通呼穗穗，總謂之稻。孔子曰：食夫稻。《周官》有稻人之職。漢置稻米使者，此並非指屬稻穗之一色，所以後人混穗，不知稻本是穗耳。

徐堅《初學記》卷四《歲時部下・正月十五日第三》 正月十五日第三叙事《玉燭寶典》曰：正月十五日，作膏粥以祠門户。《荆楚歲時記》曰：今州里風俗，望日祭門，先以楊枝插門，隨楊枝所指，仍以酒脯飲食及豆粥插箸而祭之。

【略】

徐堅《初學記》卷四《歲時部下・寒食第五》 造餳大麥粥。陸翽《鄴中記》曰：寒日，三日醴酪，又煮粳米及麥爲酪，擣杏仁煮作粥。《玉燭寶典》曰：今人悉爲大麥粥，研杏仁爲酪，引餳沃之。孫楚《祭子推文》云黍飯一盤，醴酪二盂，是其事。

徐堅《初學記》卷四《歲時部下・五月五日第七》 周處《風土記》曰：仲夏端午，烹鶩角黍。注云：端始也，謂五月五日。進筒糭，《續齊諧記》曰：屈原五月五日，自投汨羅而死，楚人哀之。每至此日，以竹筒貯米投水祭之。漢建武年，長沙歐回見人自稱

三閭大夫謂回曰見祭甚善，常苦蛟龍所竊，可以菰葉塞上，以綵綠約縛之。二物蛟龍所畏。一名角黍。《風土記》曰：以菰葉裹黏米。以象陰陽，相包裹未分散。一名糭。子弄反。亦作粽。【略】採木。角黍。《養生要集》曰：木味苦，小温，生漢中南鄭山谷，五月五日採之。周處《風土記》曰：仲夏端午，烹鴈角黍。范汪祠制曰：仲夏薦角黍。【略】

徐堅《初學記》卷四《歲時部下・冬至第一二》 作赤豆粥。《歲時記》云：共工氏有不才子，以冬至日死，爲人厲，畏赤豆，故作粥以禳之。

徐堅《初學記》卷二六《服食部・餅第一七》 餅第十七叙事《釋名》云：餅，并也，溲麥麵使合并也。胡餅言以胡麻著之也。《説文》曰：餅，麵餈也。揚雄《方言》曰：餅謂之飥，或謂之餛。徐暢《祭記》：五月麥熟，薦新起漱白餅。崔寔《四民月令》曰：立秋，無食煮餅及水溲餅。崔鴻《前趙録》曰：石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。事對：下乳，蒸頭。范江《祠制》曰：夏薦下乳餅臛，孟秋下雀瑞，孟冬祭下水。引盧諶《祭法》曰：春祠用蒸頭、餳餅、髓餅、牢丸，夏秋冬亦如之。夏祠別用乳餅，冬祠用環餅也。麵起，水引。蕭子顯《齊書》曰：永明九年正月詔，太廟四時祭薦宣皇帝麵起餅。又曰何戡爲司徒左長史，太祖爲領軍，與戡來往，數置歡宴。上好水引餅，戡令婦女躬自執事，以設上焉。十字不食。《東觀漢記》曰：光武問第五倫曰，聞卿爲市掾，有人遺母一笥餅，知從外來，奪之。母遂探口餅出之。倫對曰：實無此，衆人以臣愚蔽，故爲出此言者也。薄夜，亥日。《荀氏四時列饌傳》曰：春祠有蒸頭餅，夏祠以薄夜代，蒸頭無能作，以白環餅雜。《五行書》曰：十月亥日食餅，令人無病。進壺公，遺王悦。葛洪《神仙傳》曰：壺公者從遠方來賣藥，常懸一壺于坐上，每日入後跳入壺。市掾費長房于樓上見之，知非常人也。身爲掃除，并進餅。公令長房共跳入壺，但見樓觀五色，重門閣道，侍者數十人謝焉。《宋拾遺記》曰：瑯琊王悦少爲清操，亮有風檢，爲吏部郎。鄰省有會同者遺悦餅一甌，辭竟不受，曰所費誠復小小，然少來不欲當人之惠。劉子揚知鹽，何平叔疑粉。皇甫謐《玄宴春秋》曰：衛倫以郎應會于京師，過予而論及於味。倫稱魏故侍中劉子揚食餅，知鹽生精味之至也。予曰：昔師曠識勞薪，易牙別淄澠，子揚之妙，抑未乎。倫曰：晉師曠易牙，古之精也，魏之子揚，今之妙，子何間焉。錢啓《語林》曰：何平叔美姿儀，面絶白。魏文帝疑其著粉。後正夏月，喚來與熱餅，既噉之汗出，隨以朱衣自拭，色轉皎潔，帝始信之。

李匡乂《資暇集》卷中 石鏃餅。石鏃餅本曰嗲餅，同州人好相嗲，將投公狀，必懷此而去，用備猰牢之糧。後增以甘辛，變其名質，以爲貢遺矣。

李匡乂《資暇集》卷下 畢羅。畢羅者，蕃中畢氏羅氏好食此味。今字從食非也。餛飩以其象渾沌之形，不能直書渾沌，而食避之從食可矣。至如不托言舊未有刀机之時，皆掌托烹之。刀机既有，乃云不托。今俗字有餺飥乖之，且甚此類，頗多推理證辨可也。元和中，有姦僧鑒虚以羊之大府，特造一味傳之于今。時人不得其名，遂以其號目之曰鑒虚。今往往俗字又加食旁，率多此類也。

陶宗儀《説郛》卷三六下韋絢《劉賓客嘉話録》 《晉書》中有飲食名寒具者，亦無注解處，後於《齊民要術》并《食經》中檢得，是今所謂餲餅。【略】

白居易《白孔六帖》卷四《寒食》 餳粥《玉燭寶典》曰：今人研杏人爲酪，以煮麥粥，以餳沃之。

白居易《白孔六帖》卷一六《米麪一》 白：獻米者操量鼓。負。子路食藜帶之食，爲親負米百里之外。索長安米。東方朔言：言無有用，宜棄捐，無索長安米。聚米。馬援對光武説，隗囂聚米爲山勢。受俸求赤米。第五倫爲會稽，受俸禄，常求赤米，留一月餘，皆賤糶與貧人。與米。吴魯肅以賑貧爲務，周瑜資糧絶肅，有兩困米三千斛，乃指一困與瑜。賑贍不啓父全琮父使琮齎米數千斛，到吴皆散空船而還。曰所事非急，而士大夫方有倒懸之患，便賑贍不啓報父，父奇之。麪桄榔。《文選》云：麪桄榔。粟窖倉粟。《貨殖志》秦敗，豪傑爭取金玉，任氏獨窖倉粟。後米石至萬錢，金玉盡歸任氏。獻粟者。執右契。陳陳相因。太倉之粟。紅腐。而不可食，亦太倉粟，皆謂文景時。秦輸。傳：晉饑，秦輸之粟。所寶。惟穀。冉子之請。冉子爲其母請粟，子曰與之庾。庾十六斛。莊生之貸。莊子貸粟於魏文侯，文侯曰待得邑粟，至與子三百鍾。周曰：若待君粟，求臣于丘墳之内。後發使送之。孔斗米。張興一飯至斗米。生日湯餅。玄宗皇后王氏始后，以愛弛不自安，承間泣曰：陛下獨不念阿忠脱紫半臂，易斗麪爲生日湯餅邪。帝憫然動容。阿忠后呼其父仁皎云。不托。五代李茂貞昭宗幸鳳翔，梁軍圍之，中人相與邀遮茂貞來路以爲進餅。公令長房共跳入壺，但見樓觀五色，重門閣道，侍者數十人謝焉。《宋拾遺記》曰：瑯琊王悦少爲清操，亮有風檢，爲吏部郎。鄰省有會同者遺悦餅一甌，辭竟不受，曰所費誠復小小，然少來不欲當人之惠。劉子揚知鹽，何平叔疑粉。皇甫謐《玄宴春秋》曰：衛倫以郎應會于京師，過予而論及於味。倫稱魏故侍中劉子揚食餅，知鹽生精味之至也。予曰：昔師曠識勞薪，易牙別淄澠，子揚之妙，抑未乎。倫曰：晉師曠易牙，古之精也，魏之子揚，今之妙，子何間焉。錢啓《語林》曰：何平叔美姿儀，面絶白。魏文帝疑其著粉。後正夏月，喚來與熱餅，既噉之汗出，隨以朱衣自拭，色轉皎潔，帝始信之。

李匡乂《資暇集》卷中 石鏃餅。石鏃餅本曰嗲餅，同州人好相嗲，將投公狀，必懷此而去，用備猰牢之糧。後增以甘辛，變其名質，以爲貢遺矣。

李匡乂《資暇集》卷下 畢羅。畢羅者，蕃中畢氏羅氏好食此味。今字從食非也。餛飩以其象渾沌之形，不能直書渾沌，而食避之從食可矣。至如不托言舊未有刀机之時，皆掌托烹之。刀机既有，乃云不托。今俗字有餺飥乖之，且甚此類，頗多推理證辨可也。元和中，有姦僧鑒虚以羊之大府，特造一味傳之于今。時人不得其名，遂以其號目之曰鑒虚。今往往俗字又加食旁，率多此類也。

陶宗儀《説郛》卷三六下韋絢《劉賓客嘉話録》 《晉書》中有飲食名寒具者，亦無注解處，後於《齊民要術》并《食經》中檢得，是今所謂餲餅。【略】

白居易《白孔六帖》卷四《寒食》 餳粥《玉燭寶典》曰：今人研杏人爲酪，以煮麥粥，以餳沃之。

白居易《白孔六帖》卷一六《米麪一》 白：獻米者操量鼓。負。子路食藜帶之食，爲親負米百里之外。索長安米。東方朔言：言無有用，宜棄捐，無索長安米。聚米。馬援對光武説，隗囂聚米爲山勢。受俸求赤米。第五倫爲會稽，受俸禄，常求赤米，留一月餘，皆賤糶與貧人。與米。吴魯肅以賑貧爲務，周瑜資糧絶肅，有兩困米三千斛，乃指一困與瑜。賑贍不啓父全琮父使琮齎米數千斛，到吴皆散空船而還。曰所事非急，而士大夫方有倒懸之患，便賑贍不啓報父，父奇之。麪桄榔。《文選》云：麪桄榔。粟窖倉粟。《貨殖志》秦敗，豪傑爭取金玉，任氏獨窖倉粟。後米石至萬錢，金玉盡歸任氏。獻粟者。執右契。陳陳相因。太倉之粟。紅腐。而不可食，亦太倉粟，皆謂文景時。秦輸。傳：晉饑，秦輸之粟。所寶。惟穀。冉子之請。冉子爲其母請粟，子曰與之庾。庾十六斛。莊生之貸。莊子貸粟於魏文侯，文侯曰待得邑粟，至與子三百鍾。周曰：若待君粟，求臣于丘墳之内。後發使送之。孔斗米。張興一飯至斗米。生日湯餅。玄宗皇后王氏始后，以愛弛不自安，承間泣曰：陛下獨不念阿忠脱紫半臂，易斗麪爲生日湯餅邪。帝憫然動容。阿忠后呼其父仁皎云。不托。五代李茂貞昭宗幸鳳翔，梁軍圍之，中人相與邀遮茂貞來路以爲進餅。公令長房共跳入壺，但見樓觀五色，重門閣道，侍者數十人謝焉。昭宗謂茂貞曰：朕與六宫皆一日食粥，一日食不托，安能不與梁和乎。黄稑烏節。《地理志》揚州土貢黄稑米、烏節米。烏羽擇米。紫米。唐《杜陽編》：元和八年，大軫國貢紫米，有類于菩勝。炊之一升，得飯一斗，食之令人髭髮黑，顔色不老，久則後天而死。黄兒米。《雲仙散録》、《浣花旅地志》曰：杜甫在蜀日，以七金買黄兒米半籃。炊之甑香。吴興米炊之甑香。出《品物類聚》。長鎗米李賀詩：長鎗米未熟。水花冷淘。《入洛記》：野狐泉一姥善製水花冷淘，切以吴刀，淘以洛酒，潦葉於鎗耳中過，投于湯中，其疾徐，鳴掌趁之不及，富子携金就食之。玉英粉。道士持湯餅請人，云玉英粉，服之七日必羽化。出《廣異記》。苦於嗜麪。《河東備録》：河東并代人苦於嗜麪，切以吴刀，淘以洛酒，潦斗貯之，擊鼓集老幼，自以多寡取之至飽。秋菰成黑米，精鑿傅白粲。杜甫《行官張望補稻畦水歸詩》。米賤大傷農。去年米貴闢軍食，今年米賤大傷農。杜甫《歲晏

行》。曰糴太倉五斗米。來赴鄭老同襟期。以蓬子爲麪。《唐史・食貨志》龐勛反，自關東至海大旱，冬蔬皆盡，以蓬子爲麪，以槐葉爲羹。玉粒定晨炊，紅鮮任霞散。杜甫《望補稻畦》。爲問淮南米貴賤。老夫乘興欲東遊解悶。月分梁漢米。同上。饑籍家米。同上。時來一顧我，笑飯葵與藿。李白《寄崔侍御》。

白居易《白孔六帖》卷一六《飯殽二》　白：飯食殽牽。宰夫掌朝覲會同賓客，以牢禮之法，飯食殽牽。注：客始至，所致也。殽饔。漢人掌賓客之殽饔也。共飯。不擇手。摶飯。致飽之意不廉。放飯。去手餘飯于器中。君未覆手不敢殽。覆手以循，叩殽勸食。饋盤殽。僖負羈饋重耳，下致璧云云。客殽主人辭以疏。殽美主人之食。魚殽。公羊晉趙盾食魚殽。觥飯不及壺殽。觥，小器。壺，大器。喻不能圖遠。先一飯矣。夫差謂勾踐曰：寡人禮先一飯矣。言已齒長也。脫粟飯。公孫弘。傳殽。韓信令神將傳殽破趙會食。注：殽，小飯也。武王侍文王一飯亦一飯，再飯亦再飯。殽有陪鼎，免粟飯。晏子食免粟飯。孔飯恩。劉從諫傳張谷侍人新聲，當茲諫潛謀窺脅新聲。諫谷曰：大丈夫勿顧一飯恩，以骨肉腥健兒食。蒸麥爲飯。徐敬業，武后遣李孝逸兵三十萬往擊之。敬業問計于魏思溫。思溫曰：武王居上，蒸麥爲飯，以待我師。奈何欲守金陵投死地乎。青精。杜詩，豈無青精飯，使我顏色好。飯數七。朱泚賊薄丹鳳門，德宗夜至咸陽，飯數七而去。秩飯。魚朝恩判國子監，取子錢供秩飯。玉屑飯。唐段成式《酉陽雜俎》：大和中，有二人遊嵩山迷路，見一人衣潔白，枕一樸物方眠。二人且問，所自因開樸兩裹，授與二人曰：分食此，雖不足長生，可一生無疾。乃起，與二人指路。香飯舂菰米。柳宗元。飯抄雲子白。杜甫。滑憶雕胡飯。江閣。蠶飯依他日。贈王侍御。沙丘無漂母，誰肯飯王孫。李白送薛九。敲火煮飯。南嶽僧悟空嶽西原近朱陵洞，其處險絶，僧遊累日，捫蘿垂踵，無幽不跡。忽見前岩有道士坐繩牀，僧告以飢困。道士斂起指石地曰：此有米。乃持钁斸石深數寸，遂令僧探之，得陳米升餘。即着於釜，承瀑敲火煮飯，勸僧殽一口。未熟，道士笑曰：君殽止此可謂薄我當畢之，遂噢硬飯。《雜俎》

白居易《白孔六帖》卷一六《粥三》　白：爲粥以待衛國之餓者。衛公叔文子。賦民粥。陸贄爲郡户曹，民飢，太守賦粥繢簡，閱人衆，訊以名氏。飴餓者。王莽爲吴國内史，年飢，作饘粥以飴餓者。饘於是粥，於是以餬予口。正考父鼎銘。居喪食粥，行糜粥。《月令》八月養衰老。豆粥光武至蕪蔓亭，大寒，馮異上豆粥。上謂諸將曰：昨得豆粥，飢寒俱解。孔屑榆。陽城歲飢不過，隣里屑榆爲粥。白粥。吕方毅葬母，通人郎餘令以白粥玄酒生芻祭路隅。左殽右粥。吴少誠傳韓愈平淮西碑曰：始時，蔡人進戰退戮，令眠而起，左殽右粥。天子食粥。《食貨志》昭宗在鳳翔，爲梁兵所圍，天子食粥。爲粥燎鬚。李勣性友愛，其姊病，嘗自爲粥，而燎其鬚。沸粥羹孤及疏曰：百揆驟刺如沸粥紛麻。防風粥。《金鑾密記》：白居易在翰林，賜防風粥一甌，食之口香七日。牛粥王施避巢賊，入天台山，主人賀理給以牛粥。出《芳賢傳》楊花粥。洛陽人家寒食煮楊花粥。《金門歲節》。給糜粥。孟詵居尹陽山，詔河南春秋給羊酒糜粥。

白居易《白孔六帖》卷一六《餅一五》　白：《漢書・百官表》少府屬有湯官，主餅餌。買餅。漢宣帝微時，每買餅，所從賣者輒大售。一笥餅。後漢樊嵩與世祖少游舊微遷，河東都尉引見雲臺。世祖微時常以事拘新野，嵩爲市吏饋餅一笥，帝不忘，乃賜御服食及乘輿衣物，因戲之曰：一笥餅得都尉何如。嵩頓首辭謝。賣餅。後漢趙岐賣餅。印綬易餅。魏略太祖嗣丁斐曰：印綬何在。曰：易餅耳。畫餅。盧毓言，有名士如畫地爲餅，不可啖食。弱如春繭。白若秋練。東哲《餅賦》。吴均餅説。細如華山玉屑，白似梁甫銀泥，既開香而口悶，亦見色而心迷。孔驛吏供餅。高元裕兄少逸出爲陝虢觀察使，中人責峽石驛吏供餅惡，鞭之。少逸封餅以聞，宣帝怒，召使者責曰：山谷間是餅，豈易具邪。謫隸恭陵，中人皆斂手。嗜乾餅。西域拂菻俗喜嗜乾餅。拭手。宇文士及嘗割肉，以餅拭手。取浮土揉米屑。王世充秦王傳城塹而守之，世充糧具盡，人相食，至以水泊泥去碟，取浮土揉米屑爲餅。積餅餌爲犀象。鍾傳出軍必禱佛祠，積餅餌爲犀象，高數尋。棄餅垣外。楊瑶光歷沔綏二州刺史，姆饋孺子以餅，妻偽受而棄之垣外，人咨其廉。簏餅。侯思止懶不治業，詭狠無良以告變，拜游擊將軍，遷左臺御史。嘗命作簏餅謂膳者曰：與我縮蓯作之。故時人號爲縮蓯侍御。賣餅。黄巢復入京師，于時饑民棚山谷自保，不得耕，士人或賣餅自業。袖餅。《常朝記》曰：于琮班中有時袖餅而食，或遺同列。二儀餅。《豐年録》開元中，長安物價大減，兩市賣二儀餅，一錢數對。羊肝餅。洛陽人家重陽作羊肝餅。《金門歲節》餅師。寧王宅畔有賣餅者，妻甚美，王厚遺其夫而取之。經歲問曰：頗憶餅師否。召之使見，淚下如雨。《本事集》一餅熟成一韻詩。段維智嗜煎餅，一餅熟成一韻詩。《摭言》鳴牙餅。《退耕傳》許康年謁劉邁，贈鳴牙餅千枚，曰：雖微物也，助廚中兩日之費。不暇唱渭城。劉伯芻巷口有鬻餅者，每當鑼鼓歌一旦。劉憐其貧，貸以萬錢，自是不聞歌聲，心計轉麁，不暇唱渭城矣。以餅拭刀。肅宗爲太子，上使割羊膮，以餅拭刀，徐嚼之。上喜曰：保福禄，當如是愛惜。《明皇十七事》去餅緣。李英公爲宰相，有鄉人過宅爲設食。客去餅緣，公責之，客大慙。《南部新書》銀餅陷。宣宗賜韋澳孫宏錢餅，啗之甚美，皆乳酪膏腴之所爲。出《唐摭言》以珠易餅。《原化記》：賀知章嘗謁賣藥王老問黄白術，持一大珠遺之。老人得珠，即令易餅與賀食。賀心念賣珠何以市餅，口不敢言。老叟乃曰：慳吝未除，術何由成。袖中盛胡餅。《肅宗實録》云：楊國忠自入市，衣袖中盛胡餅。五色餅。刻木

蓮花，積禽獸形，按成之，累積五色。《酉陽雜俎》

白居易《白孔六帖》卷八一《豆一九》 黑豆屑。《五行志》：黃巢未入京師時，都人以黃米及黑豆屑蒸食之，謂之黃賊打黑賊。

楊曄《膳夫經手録》 不飥有薄展而細粟者，有帶而長者，有方而葉者，有厚而切者，有側粥者，有切麵筋、夾粥、蕤粥、勞粥之徒，其名甚多，皆不飥之流也。又有羊肉生致碗中，以不飥覆之，後以五味汁沃之，更以椒酥和之，謂鵪突不飥，或泠淘，或索餅，或幹切，與不飥法略同。

楊曄《膳夫經手録》 虡豆微似白豆而小，北地少江淮多，炒而食之，俗呼之虡豆。

李綽《尚書故實》 晉書中有飲食名寒具者，亦無注解處。後於《齊人要術》并《食經》中檢得，是今所謂饊餅。桓玄嘗盛具，法書名書請客觀之。客有食寒具不澼手而執書畫，因有涴。玄不懌，自是會客不設寒具。

曾慥《類説》卷二七《逸史》 五般餛飩。李宗回與客入關，云吾能知人飲饌。因正旦日，將謁華陰縣令。客曰：明日與公各飲椒蓯酒一杯，食五般餛飩，不得喫飯。明日，見令曰：二公衝寒，且速暖兩杯酒來，仍著蓯椒。良久，女奴與令耳語。令曰：總煮來。謂二客曰：某小女嘗言不令我幹家事。某作惱，遣渠校歲節飲食，適云五般餛飩煮何者。某令總煮來，二客飡盡。忽報勑使到，縣令驚，忙揖。客去，竟不得飯。

兩盤餈糜。

明皇時，有術士判人，食物一一先定。李栖筠曰：明日某食何物。曰：大夫合食兩盤糕糜，二十椀橘皮湯。平明有勑詔，對上以金盤盛新糯米糕糜、賜之。栖筠對御，不敢不盡。帝大喜曰：卿飡甚美，更賜一盤，又盡。既歸，病霍亂，諸物皆絶口，飲橘皮湯滿二十椀方愈。

曾慥《類説》卷四二《酉陽雜俎》

餛飩

今衣冠家名食有蕭家餛飩，漉去湯肥，可以瀹茗。

櫻桃饊饠

韓約能作櫻桃饊饠，其色不變。

蘇鶚《蘇氏演義》卷下 貍豆，一名貍沙，一名獵沙。按：《古今注》尚有葉似葛，實大如李核，可啗，三句。營豆，葉似葛，實長尺餘，可蒸食，一名營菽。按：《古今注》尚有一名治營句。

馮贄《雲仙雜記》卷一《吳興米》 吳興米，炊之飄香。白馬豆，食之齒醉。號國夫人廚吏鄧連以此米擣爲透花糗，以豆洗皮作靈沙膩，以供翠鴛堂。《品物類聚記》

馮贄《雲仙雜記》卷四《軟棗餻》 宣慈寺每求，化人先留食軟棗餻。柳尚書來方食餻，袖疏欲出，尚書急解連帶緋袍鎖子魚袋施之。《海墨微言》

馮贄《雲仙雜記》卷五《鳴牙餅》 許康年謁劉遜，贈遜鳴牙餅千枚，曰：雖微物也，助廚中兩日之費。《退耕傳》

馮贄《雲仙雜記》卷六《剪刀麪月兒羹》 柳公權以隔風紗作《龍城記》，及入朝，名品號錦樣書以進。上方御剪刀麪、月兒羹具者，亦無注解處。後於《齊人要術》

馮贄《雲仙雜記》卷六《二儀餅》 開元中，長安物價大減，兩市賣二儀餅，一錢數對。胡桃炙，十錢一柈。《豐年録》

馮贄《雲仙雜記》卷八《并代人喜嗜麪》 并代人喜嗜麪，切以吳刀，淘以洛酒，漆斗貯之，擊鼓集老幼，自以多寡取之至飽。《河東備録》

陶宗儀《説郛》卷三四劉恂《嶺表録異記》 聖蕈，容南土風好食水牛肉，既飽，即下聖蕈以消之。蕈如青苔，云是牛腸胃中已化草未爲糞者。既至，則以鹽酪姜桂調而啜之，腹遂不脹。

段公路《北户録》卷二《米餅》 廣州南尚米餅，合生熟粉爲之，規白可愛，薄而復肋，亦食品中珍物也。按：梁劉孝威《謝官賜交州米餅四百屈》詳其言。屈，豈今之數乎，且前朝短書雜説即有，呼食爲頭，梁元帝《謝賜功德食一頭》云：天厨净饌菴羅法菓。瑶器自滿，金鼎流味，槃含都蔗，味資石蜜。又《謝賚功德食一頭》云：靈瓜仙棗。【略】其事不可備論。今高又劉孝威《謝賜聖僧餘福果食一頭》云：五杏七桃，州多採諸爲麻餅，絶宜人，味極芳美。《方言》云人謂署預爲儲是也。又都播國土多百合，亦有取根以爲糧者。事具《會要》。《本草》云：署預一名山芋。《山海經》云：景山名諸薗，江南單呼爲諸，語有輕重也。其法採諸去外皮磨之，曝乾爲粉。臨用時，別取諸磨，取濕者漉之，他如麵法。瓊州漉爲湯餅。顏之推又云：篤茨今去墨皮以爲粉，作湯餅甚光滑。

段公路《北户録》卷二《食目》 廣之人食品中，有蝦油飯。凡力足家有産婦三日足月，及子孫脖爲之餅，以煎蝦魚、炙鷄鵝、煮猪羊、鷄子羹。餅灌腸，蒸脯菜、粉資粔籹、蕉子、薑柱、塩豉之屬，裝而食之是也。

段公路《北户録》卷二《食目》 薄夜餅。用鷄臛。曼頭餅。《齊民要術》書上字。

東哲《餅賦》此曼頭字。雀喘餅。用酢。穞丸餅、渾沌餅。《要術》書上字。《廣雅》曰：餛飩也。《字苑》作餫。顏之推云：今之餛飩，形如偃月，天下通食也。夾餅安寒時。肉夾餅。

食兼餅餌。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《飯類》 煮香飯。白集云：淨陶紅粒，薄切紫鱗，烹水蔡。次雕胡之飯。宋玉賦曰：主人之女爲臣臣。注：《廣雅》曰：菰，蔣也，其米爲之雕胡。香薪桂火炊雕胡。玉臺。飯杪雲子白。瓜噬水晶寒。杜甫詩云。子當考。芳菰精稗。曹植《七啓》曰：霜蕾露葵稗。蕭賁切。楚苗之食。安胡即雕胡之飯。枚乘《七發》曰：搏之不解，一啜而散。注：楚苗用其地，梗稻爲之食。窊如春絲，白若秋練。東哲《飯賦》細如華山玉屑，白似梁甫銀泥。既聞香而色而心。亦見《餅說》白黍黃粱稱穗。《禮・內則》曰：飯黍稷稻粱。注：熟。可積生獲曰糗糗，擣熬穀也。以黃粱。宋玉《招魂》曰：注粱，稷也，爵角切，澤也。爲飯用粳稻。橘，稷擇麥以黃粱米和橘之。粔籹。粔籹。音女，以蜜和果煎什。蜜餌。搏黍作餌。有餦音張餦餭。意皇，皇餳也，方言張食，云乾餳。蕭家渝茗之湯，庾粽如玉，韓約櫻桃畢羅。《西陽雜俎》曰：今衣冠家名食，有蕭家餛飩，澆去其湯不肥，可以渝茗。庾家粽子白瞥如玉。韓約能作櫻桃畢羅，其色不變。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《糲食》 飯我豆食羹芋魁。《漢書》曰：汝南郡有鴻巢大陂，翟方進爲進丞相奏破之，郡中追怨，童謠曰：壞陂誰翟子威。作汪浪之羹餧。東哲《家貧賦》曰。子卯稷食菜羹。《禮》云。注，忘日貶也。粗糙。魯連子曰：壺泉沃韭，纖腰之士從兄弟室妻，往而不得。焉糒音備。飯菽藿羹。《史記》張儀曰：韓地險，粟，山居民之食大低。啜菽茹藿。列子曰：啜菽茹藿，田父自以味之極也。

陶穀《清異錄》卷下《饌羞》 花餻員外。

皇建僧舍旁有糕坊，主人由此入貲爲員外官，蓋顯德中也，都人呼花糕員外，因取餻目錄箋之。

滿天星，金米。糝拌，夾棗豆。金餻糜員外糝，外有花。花截肚，內有花。大小虹橋，暈子。木蜜金毛麩，棗獅子也。

李昉《太平廣記》卷四五《紫米》 元和八年，大軫國貢碧麥紫米。上異之，翼日，出示術士白元佐、李元戢。碧麥粒大於中華之麥，表裏皆碧，香氣如粳米，食之令人體輕，久則可以御風。紫米有類巨勝，炊一升，得飯一斗，食之令人髭髮緇黑，顏色不老。出《杜陽編》

樂史《太平寰宇記》卷一九九《四夷二十八・黠戛斯》 麥有步磴爲麵，阿熱食兼餅餌。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《飯類》 煮香飯。白集云：淨陶紅粒，薄切紫鱗，烹水蔡。次雕胡之飯。宋玉賦曰：主人之女爲臣臣。注：《廣雅》曰：菰，蔣也，其米爲之雕胡。香薪桂火炊雕胡。玉臺。飯杪雲子白。瓜噬水晶寒。杜甫詩云。子當考。芳菰精稗。曹植《七啓》曰：霜蕾露葵稗。蕭賁切。楚苗之食。安胡即雕胡之飯。枚乘《七發》曰：搏之不解，一啜而散。注：楚苗用其地，梗稻爲之食。窊如春絲，白若秋練。東哲《飯賦》細如華山玉屑，白似梁甫銀泥。既聞香而色而心。亦見《餅說》白黍黃粱稱穗。《禮・內則》曰：飯黍稷稻粱。注：熟。可積生獲曰糗糗，擣熬穀也。以黃粱。宋玉《招魂》曰：注粱，稷也，爵角切，澤也。爲飯用粳稻。橘，稷擇麥以黃粱米和橘之。粔籹。粔籹。音女，以蜜和果煎什。蜜餌。搏黍作餌。有餦音張餦餭。意皇，皇餳也，方言張食，云乾餳。蕭家渝茗之湯，庾粽如玉，韓約櫻桃畢羅。《西陽雜俎》曰：今衣冠家名食，有蕭家餛飩，澆去其湯不肥，可以渝茗。庾家粽子白瞥如玉。韓約能作櫻桃畢羅，其色不變。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《糲食》 飯我豆食羹芋魁。《漢書》曰：汝南郡有鴻巢大陂，翟方進爲進丞相奏破之，郡中追怨，童謠曰：壞陂誰翟子威。作汪浪之羹餧。東哲《家貧賦》曰。子卯稷食菜羹。《禮》云。注，忘日貶也。粗糙。魯連子曰：壺泉沃韭，纖腰之士從兄弟室妻，往而不得。焉糒音備。飯菽藿羹。《史記》張儀曰：韓地險，粟，山居民之食大低。啜菽茹藿。列子曰：啜菽茹藿，田父自以味之極也。

陶穀《清異錄》卷下《饌羞》 花餻員外。

皇建僧舍旁有糕坊，主人由此入貲爲員外官，蓋顯德中也，都人呼花糕員外，因取餻目錄箋之。

滿天星，金米。糝拌，夾棗豆。金餻糜員外糝，外有花。花截肚，內有花。大小虹橋，暈子。木蜜金毛麩，棗獅子也。

李昉《太平廣記》卷四五《紫米》 元和八年，大軫國貢碧麥紫米。上異之，翼日，出示術士白元佐、李元戢。碧麥粒大於中華之麥，表裏皆碧，香氣如粳米，食之令人體輕，久則可以御風。紫米有類巨勝，炊一升，得飯一斗，食之令人髭髮緇黑，顏色不老。出《杜陽編》

歐陽修、宋祁《新唐書》卷二一七下《黠戛斯傳》 【略】稼有禾、粟、大小麥、

青稞，步磴以爲麨糗。

歐陽修《文忠集》卷一二七《歸田録》 京師食店賣酸餡者，皆大出一作書。牌牓於通衢，而俚俗昧於字法，轉酸從食餡從舀。有滑稽子謂人曰，彼家所賣餕餡，音俊叨不知爲何物也。飲食四方異宜，而名號亦隨時俗，言語不同，至或傳者轉失其本。湯餅，唐人謂之不托，今俗謂之餺飥矣。晉束晳《餅賦》有饅頭、薄持、起溲、牢九之號，惟饅頭至今名存，而起溲、牢九皆莫曉爲何物。薄持，荀氏又謂之薄夜，亦莫知何物也。

歐陽修《歸田録》卷二 京師食店賣酸餡者，皆大出牌牓於通衢，而俚俗昧於字法，轉酸從食餡從舀。有滑稽子謂人曰：「彼家所賣餕餡，音俊叨不知爲何物也。」飲食四方異宜，而名號亦隨時俗言語不同，至或傳者轉失其本。湯餅，唐人謂之「不托」，今俗謂之餺飥矣。晉束晳《餅賦》有饅頭、薄持、起溲、牢九之號，惟饅頭至今名存，而起溲、牢九皆莫曉爲何物，薄持，荀氏又謂之薄夜，亦莫知何物也。

張師正《倦游雜録·胡餅》 今人呼麥麨爲湯餅，唐人呼饅頭爲籠餅，豈非水瀹而食者皆可呼湯餅、籠蒸而食者皆可呼籠餅？市井有鬻胡餅者，不曉著名之所謂，得非熟于爐而食者，呼爲爐餅宜矣。《説郛》卷十四

高承《事物紀原》卷九《酒醴飲食部四六》 五穀

《周書》曰：神農之時，天雨粟。是則初有五穀之始也。《高氏小史》云：炎帝種五穀，故謂之神農。

穀食

買誼《雜説》曰：神農嘗百草之實，教民食穀。《藝文類聚》曰：神農時，民始食穀，加于燒石之上而食。

高承《事物紀原》卷九《酒醴飲食部四六》

飯

《周書》：黄帝始蒸穀爲飯也。

粥

又曰：黄帝始烹穀爲粥。

餻

《周禮》籩人羞籩之實，糗餌粉餈。鄭康成云：二物皆粉稻黍米所爲，合蒸曰餌，餅之曰餈。蓋餌即餻也。《玉燭寶典》曰：秋食餌者，其時黍秫並收，因以粘米佳味觸類嘗新，遂成積習。《禮月令》有嘗新之事。疑周制也。《西京雜記》曰：戚夫人侍兒賈佩蘭，説宫内時九月九日食餌，令人長壽。故今人以爲俗。《方言》曰：餌餻或謂之餈。《續事始》引干寶注曰：糗餌者，或屑而蒸之，以棗豆之味同食。

陵餻

《鄴中記》云：并州之俗，冬至一百五日，爲介子推冷食，作乾粥食之，故謂之寒食。乾粥，即今之陵餻是也。世俗每至清明，以麥或秫，以杏酪煮爲薤粥，俟其凝冷裁作薄葉，沃以錫若密而食之，謂之陵餻。此即其起也。《玉燭寶典》曰：今人研杏仁爲酪以煮凌粥，以錫沃之，即此也。

糗

一名角黍，《風土記》曰：仲夏端午，端初也。以菰葉裹粘米，以栗棗，灰汁煮之令熟，節日啖，取陰陽尚包裹之象。一曰因屈原也。《齊諧記》曰：原以五月五日投汨羅，楚人哀之。每至此日，以筒貯米祭。今市俗置米，於新竹筒中蒸食之，謂之裝筒。其遺事亦曰筒糗。《齊諧》又記曰：今世人五月五日作糗，汨羅之遺風也。《異苑》曰：糗，屈原姊所作。

饅頭

《小説》云：昔諸葛武侯之征孟獲也，人曰蠻地多邪術，須禱于神，假陰兵一以助之。然蠻俗必殺人，以其首祭之，神則饗之，爲出兵也。武侯不從，因雜用羊豕之肉，以包之以麵，象人頭以祠，神亦饗焉，而爲出兵。後人由此爲饅頭。至晉盧諶《祭法》，春祠用饅頭，始列于祭祀之品。而束晳《餅賦》亦有其説。則饅頭疑自武侯始也。

餅

晉束晳《餅賦》曰：禮仲春天子食餜，而朝事之籩，煮麥爲麵。《内則》諸饌不説餅，然則餅之作其來遠矣。按《漢書·百官表》，少府屬有湯官，主餅餌。又宣帝微時，每買餅，所從買者輒大售。《説苑》叙戰國事，則餅蓋起于七國之時也。

胡餅

《續漢書》曰：靈帝好胡餅，京師皆食胡餅。胡餅之起，疑自此始也。然則餅有胡漢之異矣。胡餅蓋今俗所爲者是，而漢餅疑是今餅也。後趙石勒諱胡，改爲麻餅。

蒸餅

秦漢逮今世所食，初有餅、胡餅、蒸餅、湯餅之四品，惟蒸餅至晉何曾所食，

非作十字拆則不下箸，方一見于此。以是推之，當出自漢魏以來也。

湯餅

魏晉之代，世尚食湯餅，今索餅是也。《語林》有魏文帝與何晏熱湯餅。即是其物出于漢魏之間也。

不托

束晳《餅賦》曰：朝事之籩，煮麥爲麵，則麵之名蓋自此而出也。魏世食湯餅，晉以來有不托之號，意不托之作。緣湯餅而務簡矣。今訛爲餛飩，亦直曰麵也。

黄兒

唐《五行志》曰：黄巢未入京時，都人以黄米及黑豆屑蒸食之，謂之黄賊打黑賊。唐都長安，今自陝而西，以黄米爲粉團棗烝之，曰黄兒。其喬麥麵者曰黑兒，蓋出于此也。

高承《事物紀原》卷八《歲時風俗部四十二》 子推

故俗，每寒食前一日，謂之炊熟，則以麵爲蒸餅樣，團棗附之，名爲子推。穿以柳條，插户牖間。相緣云介子推逃禄，晉文公焚山求之，子推焚死。文公爲之寒食斷火，故民從此物祀之。而名子推相傳之謬，至於如此也。

寒食

陸翽《鄴中記》曰：并州之俗，以冬至後一百三日爲介子推，斷火冷食三日，作乾粥食之，中國以爲寒食。《歲時記》曰：去冬至一百五日，即有疾風甚雨，謂之寒食。

龐元英《文昌襍録》卷一

今歲時，人家作餳蜜油煎花果之類，蓋亦舊矣。《楚辭・招魂》云：粔籹蜜餌，有餦餭些。粔籹，以蜜和米麪煎熬。餦餭，餳也。中書趙舍人云：方言餌餈也，今餈餻是。

龐元英《文昌襍録》卷五 世謂胡餅者，《釋名》云以胡麻著之也。《前趙録》曰：石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。今俗字增食，非也。《齊書》曰：永明九年，詔太廟四時薦麵起餅。豈今之蒸餅邪？

王讜《唐語林》卷八《補遺》 畢羅者，蕃中畢氏羅氏好食此味，今字從食，非也。餛飩以其象混沌之形，不可直書渾沌，從食可矣。至如不託，言舊未有刀扣之時，皆掌拓烹之。刀扣既具，乃云不託。今俗字作餺飥，非也。原註：元和中，有姦僧鑑虚者，以羊之六腑特造一味，傳之于今。時人不得其名，遂以其號目之曰鑒虚。後俗字多作饘餭，率多此類。

蘇軾《仇池筆記》卷下《盤遊飯谷董羹》 江南人好作盤遊飯，鮓脯鱠炙無不有埋在飯中。里諺曰：掘得窖子羅浮頭老。取凡飲食雜烹之，名谷董羹。詩人陸道士出一聯云：投醪谷董羹鍋内，掘窖盤遊飯盌中。

曾慥《類説》卷九《仇池筆記上》 二紅飯

今年東坡收大麥二十餘石，賣之價甚賤，而粳米適盡，故夜課奴婢舂以爲飯，嚼之噴噴有聲。小兒女相調云是嚼虱子。然日中腹饑，用漿水調淘，食之自然甘酸浮滑，有西北村落氣味。今日復令庖人雜小豆作飯尤有味，老妻大笑曰：此新樣二紅飯也。

黄庭堅《山谷簡尺》卷上《與人簡》 少間納燒餅十枚去，今日不知作何物。若有蒸餅，酸鹹各惠數枚，不必多。庭堅再拜。

李石《續博物志》卷七 薏苡一名薏珠，收子蒸，令氣餾，曝乾，挼取之，作飯麪、主不饑。

李石《續博物志》卷七 新生艾作乾菜妙，作餛飩吞三五枚，以飯壓之良，療一切鬼氣。

李石《續博物志》卷一〇 粳粟米五穀中最硬，得漿水易化。倉粳米炊作乾飯，食之止痢。

曾慥《類説》卷二九《雞跖集》 長鎗

李賀詩：長鎗江米熟，小樹棗花香。

數米秤薪

金載云：韋莊澀慳數米而炊，秤薪而爨。

寇宗奭《本草衍義》卷一八《鷄頭實》 鷄頭實，今天下皆有之，河北沿塘濼居人採得，春去皮搗人爲粉，蒸溲作餅，可以代糧。食多，不益脾胃氣，兼難消化。

寇宗奭《本草衍義》卷二〇《青黄白粮米》 青黄白粱米，此三種食之不及黄粱。青、白二種性皆微涼，獨黄粱性甘平，豈非得土之中和氣多邪。今黄白二種，西洛間農家多種，爲飤尤佳，餘用則不相宜。然其粒尖小於佗穀，收實少，故能種者亦稀。白色者味淡。粟米利小便故益脾胃。

寇宗奭《本草衍義》卷二〇《丹黍米》 丹黍米、黍皮赤，其米黄，惟可爲糜，不堪爲飤。粘着難解，然亦動風。

寇宗奭《本草衍義》卷二〇《稷米》 稷米，今謂之穄米，先諸米熟。又其香

可愛，故取以供祭祀。然發故疾，只堪爲餈，不粘着，其味淡。

寇宗奭《本草衍義》卷二〇《罌子粟》 罌子粟，其花亦有多葉者，其子一罌數千萬粒，大小如蕈蘑子，其色白，隔年種則佳。研子以水煎，仍加蜜爲罌粟湯服，石人甚宜飲。

黄朝英《靖康緗素雜記》卷二《湯餅》 煮麪謂之湯餅，其來舊矣。案《後漢書·梁冀傳》云：「進鴆加煮餅。」《世説》載何平叔美姿容，面至白。魏文帝疑其傅粉，夏月令食湯餅，汗出，以巾拭之，轉皎白也。又案吴均稱餅德，曰「湯餅爲最」。又《荆楚歲時記》云：「六月伏日，并作湯餅，名爲辟惡。」又齊高帝好食水引麪。又《唐書·王皇后傳》云：「獨不念阿忠脱紫半臂，易斗麪爲生日湯餅邪？」《倦遊雜録》乃謂「今人呼煮麪爲湯餅」，誤矣。《嬾真子録》謂「世之所謂長命麪，即湯餅也」，恐亦未當。余謂凡以麪爲食具者，皆謂之餅，故火燒而食者，呼爲燒餅；籠蒸而食者，呼爲蒸餅，而饅頭謂之籠餅，宜矣。然張公所論市井有鬻胡餅者，不曉名之所謂，乃易其名爲爐餅，則又誤也。案《晉書》云：「王長文在市中鬻胡餅。」又《肅宗實録》云：「楊國忠自入市，衣袖中盛胡餅。」安可易胡爲爐也？蓋胡餅者，以北人所常食而得名也，故京都人轉音呼胡餅爲胡餅，呼骨切，皆此義也。余案《資暇集》論畢羅云：「蕃中畢氏、羅氏，好食此味，因謂之畢羅，後人加食旁爲饆饠字，非也。」又云：「元和有姦僧鑒虚，以羊之六府特造一味，傳之於今，時人不得其名，遂以其號目之曰『鑒虚』，往往俗字又加食旁爲饆饠字。」然則胡餅謂之胡，義可知矣。又《玉篇》从食从固爲餬字，户烏切，註云餅也。謂之餬餅，疑或出此。余故併論，使覽者得詳矣。

金盈之《新編醉翁談録》卷三《京城風俗記·二月》 寒食節，冬至後一百五日，【略】又以棗麪爲餅，如北地棗菰而小，謂之子推，穿以楊枝，插之户間，而不知何得此名也。或者以謂昔人以此祭介子推，如端午角黍祭屈原之義。

范致明《岳陽風土記》 岳州自元正獻歲，鄰里以飲宴相慶。【略】四月八日，取羊桐葉、浙米爲飯，以祀神及先祖。

王觀國《學林》卷一〇《糲》 《南史·顔峻傳》曰：「宋明帝時，歲旱人飢，中書令顔峻上言，禁糲一月，息米萬斛。」觀國按：《集韻》曰：「糲音唐，精米也。」諸字書皆無糲字，惟《集韻》收此字，蓋因《顔峻傳》有此字，而《集韻》收之耳。凡米初出糠秕而未精熟，則謂之粗糲，其得米多，及精熟之，則得米少。禁糲者，惟食麤糲而不得精熟米也。然人之常情，與其食粗糲之十，寧且食精熟之八，不知顔峻當時禁糲，如何設法，而月能息米萬斛，其公米耶？其民米耶？不可得而知也。字書又有餳字，音蕩，又有餦字，音伐，二字皆訓曰：「精米也。」今江、浙、荆、湖間人，凡精米皆呼此二音，其字則與糲同。

莊綽《雞肋編》卷上 食物中有「饊子」，又名「環餅」，或曰即古之「寒具」也。京師凡賣熟食者，必爲詭異標表語言，然後所售益廣。嘗有貨環餅者，不言何物，但長歎曰：「虧便虧我也！」謂價廉不稱耳。紹聖中，昭慈被廢，居瑶華宫。而其人每至宫前，必置擔太息大言。遂爲開封府捕而究之，無他，猶斷杖一百罪。自是改曰：「待我放下歇則箇。」人莫不笑之，而買者增多。東坡在儋耳，鄰居有老嫗業此，請詩於公甚勤。戲云：「纖手搓來玉色勻，碧油煎出嫩黄深。夜來春睡知輕重？壓匾佳人纏臂金。」

莊綽《雞肋編》卷上 寧州臘月八日，人家競作白粥，於上以柿栗之類，染以衆色爲花鳥象，更相送遺。

莊綽《雞肋編》卷上 寒食火禁，盛於河東，而陝石亦不舉爨者三日。以冬至後一百四日謂之「炊熟日」，飯麪餅餌之類，皆爲信宿之具。又以糜粉蒸爲甜團，切破暴乾，尤可以留久。以柳枝插棗餻置門楣，呼爲「子推」，留之經歲，云可以治口瘡。寒食日上家，亦不設香火，紙錢挂於塋樹。其去鄉里者，皆登山望祭，裂冥帛於空中，謂之「擘錢」。而京師四方因緣拜掃，遂設酒饌，擩家舂遊。或寒食日陰雨，及有墳墓異地者，必擇良辰，相繼而出。以太原本寒食一月，遂謂寒食爲一月節。浙西人家就墳多作庵舍，種種備具，至有簫鼓樂器，亦儲以待用者。

莊綽《雞肋編》卷上 《本艸》：麻蕡，一名麻勃，云此麻花上勃勃者。故世人謂塵爲勃土，果木諸物，上浮生者皆曰衣勃。和麪而以乾者傅之，亦曰麪勃。浙人以米粉和羹，乃謂之米糝，音佩，而從力者韵無兩音。《大業雜記》載尚食直長謝諷造《淮南王食經》，有《四時飲》，凡三十七種，並加米糝。乃知此書如茶飲、茗飲、桂飲、酪飲皆然，未知與今同否也？

朱勝非《紺珠集》卷六《酉陽雜俎》 餛飩湯渝茗，長安蕭家餛飩湯可渝茗，庾家粽子瑩如玉粒，韓家櫻桃餧釅色味不變，皆珍食也。

朱勝非《紺珠集》卷一〇《續齊諧記》 筒糭，屈原五月五日投汨羅，楚人以其日，用竹筒貯米祭之，名爲筒糭。

朱勝非《紺珠集》卷一一《歸田録》 薄持薄夜，飲食古今不同名，湯餅唐人謂之不托，今俗呼餺飥。晉束晳《餅賦》有饅頭、薄持、起溲、牢九之號，惟饅頭今存，餘不曉，荀氏謂薄夜亦不曉之。

朱勝非《紺珠集》卷一《開元天寶遺事》 射團，宮中每端午節造粉角射之，以粉團、角黍並堆盤中，用小箭射之，中者方得食爲戲。

孟元志《東京夢華録》卷四《餅店》 凡餅店有油餅店，有胡餅店。若油餅店，即賣蒸餅、糖餅，裝合、引盤之類。胡餅店即賣門油、菊花、寬焦、側厚、油碢、髓餅、新樣滿麻。每案用三五人捍劑，卓花入爐。自五更卓案之聲遠近相聞。唯武成王廟前海州張家、皇建院前鄭家最盛，每家有五十餘爐。

孟元志《東京夢華録》卷八《七夕》 又以油麪糖蜜造爲笑靨兒，謂之果食花樣。

孟元志《東京夢華録》卷八《中元節》 七月十五日中元節。【略】十五日供養祖先素食，才明即賣穊米飯，巡門叫賣，亦告成意也。又賣轉明菜、花花油餅、餕臉、沙臉之類。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 王母飯。偏鏤卵脂蓋飯面，裝雜味。

鄭樵《通志》卷七六《昆蟲草木略第二・木類》 南燭曰烏草，曰猴藥，曰男續，曰後草，曰維那木，曰黑飯草，以其可染黑飯也。道家謂之青精飯，亦曰牛筋，言食其飯，則健如牛筋也。吴越名猴菽，又名染菽，亦名文燭。經冬不凋，春夏採枝莖，秋冬採根。此木類而叢生，高三五尺，亦似草，故號爲南燭。《草木圖經》云：人家多植於庭院間，俗謂之南天燭。其實如梧桐子，勻圓黑色，九月熟，兒童食之極美。今茅山道士採其嫩葉染飯，謂之烏飯，其甘香，可以寄遠。杜詩云：豈無青精飯，使我顔色好。謂食此，能變白駐顔。故仙經云：子服草木之，王氣與神通。子食青燭之，津命不復殞。並謂此也。

吴曾《能改齋漫録》卷一五《胡麻餅》 《釋名》云：「餅，并也。溲麪使合并也。胡餅，言以胡麻著之也。」晉書云：「王長文在市中鬻胡餅。」《隋宗實録》云：「楊國忠自入市，衣袖中盛胡餅。」劉禹錫《嘉話》云：「劉晏入朝，見賣蒸胡餅之處，買啗之。」此胡餅，皆胡麻之餅也。《緗素雜記》謂：「張公所論市井有鬻胡餅者，不曉名之所謂，乃易其爲爐餅。」論此爲誤，誠然。

吴曾《能改齋漫録》卷一五《辨湯餅》 黄朝英《緗素雜記》云：「煮餅謂之湯餅，其來舊矣。案，《後漢・梁冀傳》云：『進鴆如煮餅。』《世説》載何平叔面白，魏文帝食以湯餅。又，梁吴均稱餅德，曰湯餅爲最。又，《荆楚記》：『六月伏日，並作湯餅，名爲辟惡。』又，齊高帝好食水引麪。又，《唐書・王皇后傳》云：『獨不念阿忠脱紫半臂，易斗麪，爲生日湯餅耶？』《倦遊雜録》乃謂今人呼煮麪爲湯餅，誤矣。」以上皆黄説。予謂黄不見東晳賦，故爲是紛紛。東晳《湯餅賦》云：「元冬猛寒，清晨之會。涕凍鼻中，霜凝口外。充虚解戰，湯餅爲最。弱似春綿，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠徧。行人失涎於下風，童僕空嚥而斜眄。擎器者舐唇，立侍者乾咽」云云。乃知煮麪之爲湯餅，無可疑者。《倦遊雜録》與黄朝英皆不見此賦，惜哉。

吴曾《能改齋漫録》卷一五《煮湯餅》 范侍讀仲元長言，其父淳甫，元祐間爲東平府直講。每日供僧所食，湯餅異常。因造外廚，訊諸庖者，見几上有金錢數十，審其安用。對曰：「凡麪入湯之後，每遇一沸，必下一錢，錢盡而後已。」故其説曰：「硬作熟溲，湯深煮久。」

陶宗儀《説郛》卷二七下朱翼《猗覺寮雜記》 北人食麪名餺飥。揚雄《方言》餅謂之飥。《齊民要術》：菁麪麥麪堪作飯及餅飥，甚美。磨盡無麩，則飥之名已見于漢魏。《五代史・李茂貞傳》：朕與宫人一日食粥，一日食不托。不托俗語當以方言爲正，作餺飥字。

羅願《爾雅翼》卷八《釋草・稗》 《孟子》曰：五穀者，種之美者也，苟爲不熟，不如稊稗。稊與稗，二物也，皆有米而細小，故《莊子》曰：道在稊稗。言比於穀，則微細而不精，道亦在焉。又曰：若稊米之在太倉。亦言小也。《爾雅》稊芙，釋曰：稊一名芙，似稗之穢草，布生於地，而稗則生下澤中。故古詩曰：蒲稗相因。依《氾勝之書》曰：稗水旱無不熟之時，又特滋盛易得。蕪穢良田，歛得二三十斛，宜種之以備凶年。又稗中有米，熟時可擣取，炊之不減粢米，又可釀作酒。武帝時，令典農種之，一頃收二十斛，斛得米三升，大儉可磨食之。蓋稗遇水旱無不熟，而五穀則有熟不熟之時，以此不熟方之於稗，則爲不如耳。草之似穀可以養人者甚多，《博物志》稱薤草實生海洲上，食之如大麥，從七月熟民歛，至冬乃訖。或曰禹餘糧，言禹治水棄其餘糧，化而爲此。《本草》稱東薔，《子虚賦》云：東薔。張揖曰：實可食。生河西，苗似蓬，子似麥，可爲飯，河西人語曰：貸我東薔，償爾田粱。又茵米可爲飯，生水田中，苗子似小麥而小，四月熟，久食不飢。《爾雅》所謂皇守田者也。狼尾草子作黍，食之令人不飢，《爾雅》所

謂孟狼尾者也。又有蒯草，子亦堪食如秔米。又蓬草子作飯，無異秔米，儉年食之。此皆五穀之外，可以接糧者，故附著之。

羅願《爾雅翼》卷一《釋草・菽》 菽，豆也，其類最多。【略】然菽於用甚多，故羞籩之實，糗餌粉餈，皆稻米黍米所爲。合蒸則曰餌，餅之則曰餈，以其黏著，故擣粉熬大豆以爲表。餌言糗，餈言粉，蓋互相足。此後鄭之義先鄭，則別以粉爲豆屑，所不同也。又以爲豉。《楚辭》曰：大苦鹹酸辛甘行。說者曰：大苦鹹酸辛甘之味皆發而行。又以爲粥說。云共工也，言取豉汁，調以鹹酢椒薑飴蜜，則辛甘之味皆發而行。又以爲粥說。云共工氏有不才子，以冬至日死爲疫鬼，畏赤小豆，故冬至日以爲粥厭之。嵇康《養生論》云：豆令人重。說者以爲啖豆三年，則身重而行止難，常食令人肥肌蠹燥。

羅願《爾雅翼》卷一《釋草・苽》 苽者，蔣草也，生水中，葉如蔗荻，江南人呼爲茭草，刈以飼馬甚肥。其生雨漸下澤者，根既相結，歲久則并土浮於水上，土人謂之葑田，刈去其葉，便可耕植。其苗有莖梗者，謂之菰蔣，至秋則爲此米。大抵葑是其根，苽是其葉耳。【略】此米一名彫胡，故宋玉賦云：爲臣炊彫胡之飯，烹露葵之羹。又枚叔《七發》云：楚苗之食，安胡之飯，搏之不解，一啜而散。或曰安胡，亦彫胡也。古人以爲美饌，今飢歲猶採以當糧，然不知貴。《西京雜記》云：漢太液池邊皆是彫胡、紫蓮、綠節、蒲叢之類。菰之有米者，長安人謂爲雕胡，葭蘆之未解葉者，謂之紫蓮，菰之有首者，謂之綠節。其實彫胡之名，由來已久矣。菰首者，菰蔣三年以上，心中生臺如藕，至秋如小兒臂大，謂之茭首，《本草》所謂菰根者也，可蒸煮，亦可生食。其或有黑纓如墨點者，名烏鬱，或云別種，非也。但是植之黑壤，歲久不易地，汙泥入其中耳，以潘水漚則去之，此菰首之不臧者也。其菰葉，荊楚俗以夏至日用裹黏米煮爛，二節日所尚，一名糉，一名角黍。《子虛賦》東蘞雕胡。張揖曰：東蘞實可食。雕胡，菰米也。曹子建《七啓》曰：芳菰精粺。

梁克家《淳熙三山志》卷四《土俗類二・上元》 青飯。南梹木冬夏常青，取其葉擣碎漬米爲飯，染成紺青之色，日進一合，可以延年。《本草》云：吳越多有之，今上巳青飯以此。舊記任教仙去，取梹葉染飯，閩俗効之。

梁克家《淳熙三山志》卷四〇《土俗類二・端午》 角黍。楚人是日以竹筒貯米祭屈原，名筒粽，四方相傳，皆以爲節物。今州人以大竹葉裹米爲角黍，亦有爲方粽以相餽遺。舊俗婦禮，是日上續壽衣服、鞋履、團糰、扇子、菖蒲酒，今鮮行之。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 篤餅。唐侯思止食篤餅，必令縮莖如肉，號縮莖侍郎。篤餅即今饅頭也。晉束晳《餅賦》有饅頭、薄持、起溲、牢丸、湯餅，唐人謂之餛飩，今俗謂之餫飩。一名麫，見於詩書甚詳，人多不考。《本草》所久之號，惟饅頭今存，而起溲、牢丸皆莫曉爲何物。薄持，荀氏謂之薄夜，亦莫知其何物。湯餅，濕麪。《歸田録》《倦遊録》凡以麪爲食煮之，皆謂之湯餅。《青箱雜記》

佚名《錦繡萬花谷》後集卷四《寒食》 萬花輿。金門歲節曰：寒食粧萬花輿，煮楊花粥。餳粥，寒食煮大麥粥，研杏仁爲酪，別造餳沃也。出《玉燭寶典》

佚名《錦繡萬花谷》後集卷四《端午》 射粉團角黍。開元，宮中端午，造粉團角黍，貯盤中，以小角弓射之，中者得食，都市盛行此戲。出《開元遺事》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷四《雜日》 正月二十日天穿。江東俗號正月二十日爲天穿，以煎餅置屋上，謂之補天穿。李白詩云：一枚煎餅補天穿。

佚名《錦繡萬花谷》後集卷四《上巳》 流杯曲水，荆楚四民，三月爲流杯曲水之飲，取黍麴菜汁和蜜爲米，以厭時氣。出《歲時記》

趙彦衛《雲麓漫抄》卷二 五穀之名，見於詩書甚詳，人多不考。《本草》所著殊乖謬，既以青粱、黄粱、白粱、丹黍米、粟米、穬米、秫米之中品，復以黍米、粳米、稻米、稷米著之下品，又分彫胡、穭米之屬。其稷米注云：稷米，人不識，又云黍與稷相似，又有稌亦不知是何米，至引《詩》云：黍稷稻粱禾麻菽麥，此八穀也，人不能辨。及所言五穀之性，味鹹、味酸、味苦、性寒、微寒，主下氣，止泄利小便。稻米則云令人多熱，以此言之，不惟不能辨其穀，且不知其性。豈不知黍稷北方之禾焉，有性寒。稻米南方水所種，何得云熱，亦不特主下氣止泄而已。今以《詩》與諸家説釋之。按：《詩名物解》云：黍稷古人用以祭祀，出青冀等州，自揚州以南，人多不識。此二物極相似，惟本土老農能辨之。其形狀可以辨者，黍葉有毛，稷葉無毛，黍穗妥帖而密，稷穗攣鬆而疎，黍米淡黄，稷米深黄，黍米黏而可釀酒，稷米利而可以爲飯，二物皆夏收，而稷先熟，黍與麥爭場，此其別也。黍稃有丹黑白三種，而米色無異，土人呼稷爲穄，蓋語訛也。古文無穄字，《玉篇》曰：關西謂稷爲糜。《説文》曰：稷五穀長，祭祀謂之粢。《曲禮》云：稷曰明粢。《詩》云：維秬維秠，維糜維芑。毛氏云：秬，黑黍也，一稃二米也。糜，赤苗也。芑，白苗也。《爾雅》曰：秬，黑黍。郭璞曰：今之赤粱，粟芑，今之白粱。粟有十餘種，粱蓋總名耳。《詩》曰：禾麻菽麥。董仲舒曰：禾是粟苗。孔穎達曰：苗生既秀謂之禾。以此推之，北方曰黍稷，南方秔

稬，蓋稷是諸粟之總名，而黍黏可以爲酒。南方秔，諸穀之總名，稬可以爲酒。《字林》曰：稬黏，秔稻之不黏者。郭璞云：沛國人呼稻爲稌。崔豹《古今注》：稻之黏者爲秫，禾之黏者爲黍，亦謂之穄，稻其總名從可知矣。北人云青粱、黃粱、白粱，南人云赤須、烏須，上穗青紅蓮之類是也。書曰：稼穡作甘，五穀味皆甘，《本草》當以諸粟總之於禾，而下列青黃白，與粟之別總曰黍，而下列秬秠之分。南方稻總曰秔，而下分赤須、烏須、白須、香秔之類。總曰稬而亦疏早稬中稬晚稬，則煥然矣。穀之性當六味，甘平無毒，益氣堅筋骨，通利十二經絡，生津液強智力，實腸胃，益脾止飢，久食延年，或有性不同，各著於下。凡稷粟粱禾稻穀米，亦皆總名在田曰禾，唐叔得禾是也。離稈爲穀，去殼爲米云。

程大昌《演繁露》卷九《餛飩》 世言餛飩是塞外渾氏屯氏爲之。案《方言》：餅謂之飥，徒昆反或謂之餫，音張卓反或謂之餛，音渾則其來久矣，非出塞外也。並御覽

程大昌《演繁露》卷一五《不托》 湯餅一名餺飥，亦名不托。李正文刊誤曰：舊未就刀鉆時，皆掌托烹之。刀鉆既具，乃云不托，言不以掌托也。俗傳餺飥字非，予始讀此，未審其言信否。及見束晳《餅賦》知其有本也。晳曰：仲春之月，天子食麥，而朝事之籩，煮麥爲麵。《內則》諸饌不說餅，然則雖云食麥，而未有餅。餅之作也，其來久矣。又曰：三冬冽寒，涕凍鼻中，霜成口外，充虛解戰，則湯餅爲最。而其形容制造之意，則曰火盛湯涌，猛氣蒸作，攘衣振掌，握搦摝搏，麵瀰離於指端，手縈迴而交錯，紛紛駁駁，星分雹落，柔如春綿，白若秋練。則當晉之時，其謂湯餅者，皆手摶而擘置湯中煮之，未用刀也。又宗懍《荊楚歲時記》六月伏日作湯餅，名辟惡餅。庾闡賦之曰：當用輕羽，拂取輕麪。輕軟適中，然後水引。細如委縫，白如秋練。則其時之謂湯餅，齊高帝所嗜水引麪者此也。束晳《餅賦》曰：仲春之月，天子食麥，而朝事之籩，煮麥爲麵。又曰：三冬冽寒，充虛解戰，湯餅爲最。又曰：振掌握摝摝摶，麪彌離於指端，手縈回而交錯，蓋用手爲之也。今北人謂之冬餺飥，春餺飥。李正文《刊誤》曰：舊未就刀鉆，皆掌托爲之，刀鉆既具，乃云不托，俗乃用餺飥二字也。《方言》曰：餅謂之餛，或謂之飥，餛飥之名見於此。范侍讀冲元長言，其父元祐間爲醇。今鬆鬆然也。本朝讀蒸爲炊，以蒸字近仁宗御諱故也。

談鑰《嘉泰吳興志》卷一八《食用故事》 飯。《舊圖經》云：稻米有名十里香、師姑秔，炊飯以師姑秔一斗，雜以十里香一升，自是芬香發越。

烏飯。《統記》云：夏至日，以南燭草染糯作烏飯，僧道尤高此食。南燭草即今黑飯葉也，今俗四月八日，造以供佛，因相饋送。

王楙《野客叢談》卷三〇《以點心爲小食》 《漫錄》謂世俗例以早晨小食爲點心。自唐已有此語。鄭傪爲江淮留後。夫人曰。爾且點心。或謂小食亦罕知出處。僕謂見昭明太子傳曰。京師穀貴。改常饌爲小食。小食之名本此。又謂陳江總怨行詩曰。團扇篋中藏不分。纖腰掌上記勝情。按羊侃有舞人。腰圍一尺六寸。時人咸推掌上舞。僕謂趙飛燕體輕能掌上舞。見外傳。《漫錄》何舍此舉彼邪。

高似孫《緯略》卷一〇《餛餅》 人呼胡餅爲鶻餅，胡骨切。又呼爲餛餅，户昆切然餛字從食從固。王乂注曰：餛，餅也，今所謂餛餅者，即此義此字也。《釋名》曰：餅，并也，搜援麵使合并也。胡餅，言以胡麻著之也。崔鴻《前趙録》曰：石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。《晉書》曰：王長文在市中嚼胡餅。《肅宗實録》曰：楊國忠自入市，衣袖中盛胡餅。《紺素雜記》曰：張公所論有鬻胡餅者。不曉名之所謂，易其名爲爐餅。以爲胡餅者胡人所啗，故曰胡餅也。趙毅《大業雜記》曰：隋高祖意在忌胡器物，涉胡言者，咸令改之。胡牀曰交牀，胡荽曰香荽，胡瓜曰黃瓜，然江都執帝者乃令狐行達也。

高似孫《緯略》卷一一《潑生麪》 《太平記》曰：大夫蚤來，已食一碗潑生麪矣。《太平記》唐人所作，竇平曰：潑生麪疑是今之略生麪也，如冷淘，則杜詩槐葉冷淘之外，無所見也。今之食麪俱曰湯餅。按：《後漢·梁冀傳》進鴆加煮餅。《世説》載何平叔面白，魏明帝食以熱湯餅，汗出以衣自拭，色轉皎然。吴均稱餅德曰湯餅爲最。宗懍《荊楚歲時記》曰：當用輕羽，拂取輕麪。輕軟適中，然後水引。細如委縫，白如秋練。此謂之湯餅，齊高帝所嗜引水麪者此也。束晳《餅賦》曰：仲春之月，天子食麥，而朝事之籩，煮麥爲麪。又曰：三冬冽寒，充虛解戰，湯餅爲最。又曰：振掌握摝摝摶，麪彌離於指端，手縈回而交錯，蓋用手爲之也。今北人謂之冬餺飥，春餺飥。李正文《刊誤》曰：舊未就刀鉆，皆掌托爲之，刀鉆既具，乃云不托，俗乃用餺飥二字也。《方言》曰：餅謂之餛，或謂之飥，餛飥之名見於此。范侍讀冲元長言，其父元祐間爲

東平府直講，謂每日供膳所食湯餅異常，因造外廚訊諸庖者，見釜上有金錢數十，審其安用。對曰：凡麪入湯之後，每遇一沸必下一錢，錢盡而後已，故其說曰：硬作熟漫，湯深煮久。

高似孫《緯略》卷四《甘脆》 似孫昔奉祝攢陵，得牙盤食，有所謂薄餌，狀如薄脆而甘脆特甚。後閱范汪祠制曰：孟夏祭有甘脆。又盧諶《祭法》四時祠用安乾特。東晳《餅賦》曰：安乾，粔籹之倫，當是此類也。

劉應李《新編事文類聚翰墨全書》後戊集卷一《飲食門・麪》 湯餅。《仙遊錄》：凡以麪爲食煮之，皆謂之湯餅。

劉應李《新編事文類聚翰墨全書》後戊集卷一《飲食門・饅頭》 饅頭。玉柱饅頭。饅頭別稱。唐侯思正食籠餅，縮蔥加肉，號稱縮蔥侍郎。灌漿。閩人饅頭之別稱也。

劉應李《新編事文類聚翰墨全書》後戊集卷一《飲食門・餅餚》 寒具。饅頭春，薄持夏，起溲秋，牢九冬，四時皆用。

劉應李《新編事文類聚翰墨全書》後戊集卷一《飲食門・餅》 湯餅。《仙遊錄》：以麪煮之，曰湯餅。

《新編事文類要啓劄青錢》後集卷五《飲食門・古今故事・麪》 湯餅。《倦遊錄》：以麪煮之，曰湯餅。

餺飥。《歸田錄》：唐人煮麪，名餺飥。

銀絲。山谷詩：湯餅一杯銀絲亂。

撥刀。京城食莊，造白麪，閧切撥刀。

《新編事文類要啓劄青錢》後集卷五《飲食門・古今故事・饅頭》 饅頭。東哲《餅賦》：麪裹肉，名饅頭。玉柱。饅頭名玉柱。

《新編事文類要啓劄青錢》後集卷五《飲食門・古今故事・冷陶》 槐芽。《志林》：秦都人作槐芽冷淘麪。

陶宗儀《說郛》卷二三上曾三異《同話錄》 饅頭

食品饅頭本是蜀饌，世傳以爲諸葛亮征南時，其俗以人首祀神孔明，欲止其殺，教以肉麪二像人頭而爲之流傳。作饅字不知當時音義，如何適以欺瞞。同音孔明與馬謖謀征南，有攻心心戰之說。至伐孟獲，熟視營障七縱而七擒之，豈於事物間有欺瞞之舉，特世俗釋之如此耳。

魏了翁《鶴山集》卷一〇六《周禮折衷》 羞籩之實，糗餌粉餈。

鄭羞籩謂若少牢，主人酬尸宰夫，羞房中之羞於尸侑，主人主婦皆右之者，故書餈作茨。鄭司農云：糗熬大豆與米也。粉，豆屑也。茨字或作餈，謂乾餌餅之也。玄謂此二物皆粉稻米黍米所爲也。合蒸曰餌。餅之曰餈糗者，擣粉熬大豆爲餌餈之黏著以粉之耳。餌言糗餈，言粉互相足。買此王當酬尸內饗，進之於尸侑等者也。案有司徹上大夫當日賓尸正，祭不設內羞，故於賓尸設之，此天子之禮賓尸在明日，則祭祀日當設之。案少牢下大夫不賓尸者，賓長致爵受酢，云宰夫羞房中之羞司，士羞庶羞於尸祝，主人主婦內羞在右，庶羞在左，天子之禮賓長受酢後，亦當設此。內羞庶羞於尸祝及王與后，但正祭設於祝，賓尸設於侑。又賓尸主人酬尸後，正祭賓長，受酢後爲異耳。餌糗餈粉，此本一物。餌言糗餈，謂熬之亦粉之。餈言粉，擣之亦糗之。凡言互者，據兩物相互。今一物之上自相互，故言互相足。《內則》注：擣熬穀，穀則大豆也，穀摠名。

魏了翁《鶴山集》卷一〇六《周禮折衷》 羞豆之實，酏食糝食。

鄭司農云：酏食，以酒酏爲餅。糝食，菜餚蒸。玄謂酏，餈也。《內則》曰：取稻米舉糔溲之，小切狼臅膏，以與稻米爲酏。又曰：糝取牛羊豕之肉，三如一小切之與稻米，稻米二肉一合以爲餅煎之。買此羞豆之實，亦與羞籩之實同時設之。言酏食者，謂餈古與糝食爲二豆。

戴埴《鼠璞》卷上《餛飩》 《續釋常談》引《資暇錄》云：餛飩以象渾沌，不正書混沌，從食不載。故事《事物紀原》并無此名件，《唐逸史》載李宗回客知人飲饌，將同謁華陰令，客曰與公喫五般餛飩，及見果然。《西陽雜俎》云：今衣冠家有蕭家餛飩，漉去湯肥可以瀹茗。是舊有此名。《本草》載艾葉療一切鬼氣，炒作餛飩，吞三五枚以飯壓之，取混沌之義信矣。俱從食邊，何耶。

祝穆《古今事文類聚》前集卷九《天時部・屈沉汨羅》 屈原以五月五日投汨羅而死，楚人哀之，每至此日，以竹筒貯米投水祭之。《續齊諧記》漢建武中，長沙歐回白日忽見一人，自稱三閭大夫，謂曰：君常見祭甚喜，但常所遺苦蛟龍所竊，今若有惠，可以楝樹葉塞其上，仍以五綵絲縛之，此二物蛟龍所憚也。回依其言。世人作粽并帶五色絲及楝葉，皆汨羅之遺文也。

祝穆《古今事文類聚》前集卷九《天時部・九子粽》 端午粽子名品甚多，形製不一，有角粽、錐粽、菱粽、筒粽、秤鎚粽，又有九子粽。王沂公《端午皇后閣子帖》云：爭傳九子粽，皇祚續千春。章簡公《端午帖子》云：九子黏箇玉粽香，五絲縈臂寶符光。《歲時雜記》端午烹鵝，以菰葉裹粘米，謂之角黍。《風土記》

祝穆《古今事文類聚》前集卷九《天時部・射粉團》 唐宮中，每端午造粉團角黍，釘金盤中，纖紗可愛，以小小角弓架箭射中粉團者得食，蓋粉團滑膩而難射也，都中盛行此戲。《天寶遺事》端午作水團，又名白團，或雜五色人獸花果之狀，最精者名滴粉團，或加麝香，又有乾團不入水者。張文潛《端午詩》云：水團

冰浸砂糖裹，透明角黍崧兒和。《歲時雜記》

祝穆《古今事文類聚》前集卷一一《天時部・佩萸食餌》 漢武帝宮人賈佩蘭，九月九日佩茱萸，食餌，飲菊花酒，云令人長壽。蓋相傳自古，莫知其由。《周官・籩人職》曰：羞籩之實，糗餌粉餈。注曰：糗餌者，豆末屑蒸之以棗。《方言》餌謂之餈，或謂之餈。《西京雜記》食餌者，其時黍稌並收，因以黏米加味嘗新。《玉燭寶典》

祝穆《古今事文類聚》前集卷一一《天時部・九日食糕》 劉夢得作《九日詩》欲用糕字，以五經中無之，輟不復爲。宋子京以爲不然，故子京九日食糕，有詩云：鼷館輕霜拂曙袍，糗餈花飲閒分曹。劉郎不敢題糕字，空負詩中一世豪。遂爲古今絶唱。糗餌粉餈，糕類也。《周禮・籩人》羞籩之實，糗餌粉餈。注曰：糗餌者，宜米屑蒸之，以棗豆之味。今餌餻也。《方言》餌謂之糕，或謂之餈。《開見後録》

祝穆《古今事文類聚》前集卷一二《天時部・食燋糟》 峽人十月一日多以蒸裹爲節物，荆楚人多食燋糟，或作糖，故杜詩云：蒸裹如千室，燋糟萃一枰。兹辰南國重，舊俗自相歡。

祝穆《古今事文類聚》前集卷一二《天時部・臘八粥》 南方專用臘月八日灌佛。皇朝東京十二月初八日，都城諸大寺作浴佛會，并送七寶五味粥，謂之臘八粥。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・飯粥羹》 《晉書要語》饋餾，稔也。淪食，飯也。餾蒸，飯氣也。《説文》水澆飯曰飧。《通俗文》飲食男女，人之大欲存焉。《禮運》民之質矣，日用飲食。《天保》一簞食，一豆羹，得之則生，弗得則死。嘽爾而與之，行道之人弗受，蹴爾而與之，乞人不屑也。《告子》八政以食爲首。前食貨志人情一日不再食則饑。同上主人爲臣炊雕胡之飯。《宋玉賦》羹臛肉羹。《説文》臛，羹不和，注肉汁也。記羹之有菜者用挾。曲禮懲於羹者而吹韲。楚詞詩句：飯抄雲子白。杜新炊間黄粱。杜嘗新破旅顔。杜嘗擬報一飯。杜滑喜雕胡飯。杜粥擔橐以取薪，斧冰持作糜魏武帝《苦寒行》羹。勸客駝蹄羹，霜橙壓香橘。杜誰欲討尊羹。杜媿客茹藜羹。杜爲爾致羊羹。杜莫將比海金鼈膾，輕比東坡玉糁羹。坡乾鍋更刮甘瓠羹。坡

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・咄嗟辦粥》 石崇作豆粥，咄嗟便辦，每冬得韭萍虀。王愷密問其帳下，云豆至難熟，豫作熟豆，客來但作白粥投之。韭萍虀是擣韭根，雜以麥苗耳。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一七《食物部・蒸餅各有名》 京師食店賣餕餾，大書牌榜，俚俗轉食從酸，轉餾從陷。有人云本家賣餕切，不知何物也。湯餅唐人謂之不飥，今曰餺飥。晉束晳《餅賦》有饅頭、薄持、起溲、牢丸，惟饅頭名存，而薄持、起溲、牢丸，莫曉何物。薄持，荀氏又曰薄夜，亦莫知何物也。湯餅，濕麵也。《歸田録》

祝穆《古今事文類聚》續集卷一七《食物部・餅爲寒具》 晉人飲食中有寒具者，乃今環餅也。桓玄嘗以書畫聚人觀之，有食寒具者，不濯手執書畫污之，自是不設。《雞跖集》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・寒食》 杏酪香。杏酪漸香隣舍粥，榆煙欲變舊爐灰。崔魯

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・寒食》 和餳粥。留餳和冷粥，出火煮新茶。白集

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・伏日》 進湯餅。伏日進湯餅，名爲避惡。《荆楚歲時記》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一八《節序門・臘日》 造脂花餲。洛陽人家臘日造脂花餲。《金門歲節》。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 淘以洛酒。河東并代人苦於嗜麪，切以吴刀，淘以洛酒，潦斗貯之，擊鼓集老幼，自以多寡取之至飽。《河東備録》

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 麪，剪刀麪。柳公權以隔風紗作龍城記，及入朝，名品號錦樣書以進。上方御剪刀麪月兒羹，即命分賜公權。《雲仙散録》字錦》蓬子麪。龍勍反，自關東至海大旱，冬蔬皆盡，以蓬子爲麪，以槐葉爲齏。《唐食貨志》

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 環餅，食寒具者。元人飲食中有寒具者，乃今環餅也。柏玄以書畫聚人觀之，有食寒具者，不濯手，執書畫污之，自是不設。《雞跖録》

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 餅餌閒談。餅，麪

資，搜麥麪使合并爲之也，然其狀不一。入爐熬者名熬餅，亦曰燒餅。入湯烹之名湯餅，亦曰湯麵，曰不托，今曰餺飥。入胡麻者之名胡餅，又曰麻餅。其他餡餅、餧餅、乳餅、環餅，名不可數計，大抵皆麪食也。餧餅，豆屑雜糖爲之。環餅所謂寒具是也，宜未詳。至如餕餌、俊叨、薄持、起溲，牢丸，其類也，然亦不知何物。裹蒸，冷淘附。

葉隆禮《契丹國志》卷二七《端五》 五月五日午時，採艾葉與綿相和，絮衣各點大黃湯下。北呼此節爲「討賽離」。

吳自牧《夢粱録》卷六《十二月》 季冬之月，正居小寒、大寒時候。若此月七事，國主著之，蕃漢臣僚各賜艾衣三事。國主及臣僚飲宴，渤海廚子進艾糕，雨雪連綿，以細民不易，朝廷賜闔會，給散軍民賃錢，公私放免不征。自冬至後戊日，數至第三戊，便是臘日，謂之「君王臘」。臘月內可鹽猪羊等肉，或作臘犯，法魚之類，過夏皆無損壞。惠民局及士庶脩制臘藥，俱無蟲蛀之患。此月八日，寺院謂之「臘八」。大剎等寺，俱設五味粥，名曰「臘八粥」；亦設紅糟，以麩乳諸果笋芋爲之，供僧，或餽送檀施、貴宅等家。二十四日，不以窮富，皆備蔬食餳豆祀竈。此日市間及街坊叫買五色米食、花果、膠牙餳，其豆，叫聲鼎沸。其夜家家以燈照於卧牀下，謂之「照虛耗」。二十五日，士庶家煮赤豆粥祀食神，名曰「人口粥」，有猫狗者，亦與焉。不知出於何典。

陶宗儀《説郛》卷一八顧文薦《負暄雜録・餛頭》 餛頭，湯餅，唐人謂之不托，今曰餺飥。晉束哲《餅賦》有饅頭、薄特、起溲、牢丸，今惟饅頭名猶存，而起溲、牢丸，莫曉何物。薄特，荀氏云薄夜，亦莫知爲何物。予見京師餅鋪有一等餅名薄脆者，恐亦所自也。饅亦作糢。

陶宗儀《説郛》卷六〇下潛夫《南宋市肆記》 粥

七寶素粥，五味粥，粟米粥，糖豆粥，糖粥，糕粥，饊子粥，菉豆粥，肉盒飯。

糕

糖糕，蜜糕，栗糕，粟糕，麥糕，豆糕，花糕，糍糕，雪糕，小甑糕，蒸糖糕，生糖糕，蜂糖糕，線糕，間炊糕，乾糕，乳糕，重陽糕，社糕。

蒸作從食

子母蟹，春蟹，大包子，荷葉餅，芙蓉餅，壽帶龜，子母龜，歡喜，撚尖，剪花，小蒸作，駱駝蹄，大學饅頭，羊肉饅頭，細餡，糖餡，豆沙餡，蜜辣餡，生餡，飯餡，酸餡，筍肉餡，麪薹餡，棗栗餡，薄皮，蟹黃，灌漿，卧爐，鵝項，棗鋪，仙桃，乳餅，菜餅，秤錘蒸餅，睡蒸餅，千層，雞頭籃兒，鵝彈，月餅，餛子，炙焦，肉油餅，燒餅，火棒，小蜜食，金花餅，市羅，蜜劑，餅餚，春餅，胡餅，韭餅，諸色餚子，諸色包子，諸色角兒，諸色從食，諸色果食。

潘自牧《記纂淵海》卷二《節序門・端午》 蓋取陰陽包裹之義。或云亦爲屈原恐蛟龍奪之，以五采線纏飯投水中遂襲。云是日命舟楫拯之，至今爲競渡之戲。【略】唐歲時節物，五月五日有百索粽子。《文昌雜録》

潘自牧《記纂淵海》卷二《節序門・臘》 東京十二月初八日作浴佛會，並送七寶五味粥，謂之臘八粥。雜記

陳達叟《疏食譜》 粉餈。粉米烝成，加糖曰餌。

天官邊人，糗餌粉餈。未見君子，慱如調饑。

陳達叟《疏食譜》 貽來。來，小麥也，今水引鰈蝶麪。

貽我來思，玉屑靡細。六出飛花，天一生水。

陳達叟《疏食譜》 玉磚。炊餅方切，椒塩糝之。

截彼圓璧，琢成方磚。有馨斯椒，薄灑以鹽。

陳達叟《疏食譜》 水團。秫粉包糖，香湯浴之。

團團秫粉，點點蔗霜。浴以沉水，清甘且香。

陳元靚《歲時廣記》卷四《冬・送臘粥》 《皇明東京夢華録》：十二月，都城賣撒佛花。至初八日，有僧尼三五爲羣，以盆器盛金銅佛像，浸以香水楊柳洒浴，排門教化。諸大寺作浴佛會，并送七寶五味粥，謂之臘八粥。都人是日，亦以果子雜料煮粥而食。

朱謀㙔《駢雅》卷三《釋服食》 牢丸、麵起、水引、薄夜、起溲、糾耳、狗后、劍帶。案：成髓爛。麪麮、餛餛、餛飩，餅屬也。餺餎、湯浹、餺餔，粉餅也。搏饘，胡餅也。蠟録，煮餅也。餛飩、畢羅、餺飥，餈食也。餢飳、乾餅也。粔籹、安乾，膏環也。角黍，筒粽也。糆糗，餱也。臉臘，熨也。

馬永卿《嬾真子》卷三 東坡詩云：剩欲去爲湯餅客，却愁錯寫弄麈書。弄麈乃李林甫事，非也。劉禹錫《贈進士張盥詩》云：憶爾懸弧日，余爲座上賓。舉筯食湯餅，祝辭添麒麟。東坡正用此詩，故謂之湯餅客也，必食湯餅者，則世所謂長命麪者也。

周密《武林舊事》卷三《冬至》 享先則以餛飩，有冬餛飩，年饌飥之諺。貴家求奇，一器凡十餘色，謂之百味餛飩。

周密《武林舊事》卷六《粥》 七寶素粥，五味粥，粟米粥，糖豆粥，糖粥，糕粥，饊子粥，緑豆粥，肉盒飯。

周密《武林舊事》卷六《糕》 糖糕，蜜糕，栗糕，粟糕，麥糕，豆糕，花糕，糍糕，雪糕，小甑糕，蒸糖糕，生糖糕，蜂糖糕，綫糕，閑炊糕，乾糕，乳糕，社糕，重陽糕。

周密《武林舊事》卷六《蒸作從食》 子母蜑，春蜑，大包子，荷葉餅，芙蓉餅，壽帶龜，子母龜，歡喜，撚尖，剪花，小蒸作，駱駝蹄，大學饅頭，羊肉饅頭，細餡，糖餡，豆沙餡，蜜辣餡，生餡，飯餡，酸餡，筍肉餡，麩蓴餡，棗栗餡，薄皮，蟹黄，灌漿，臥爐，鵝項，棗餌，仙桃，乳餅，菜餅，秤錘蒸餅，睡蒸餅，千層，鷄頭籃兒，鵝彈，月餅，餛子，炙焦，肉油酥，燒餅，火棒，小蜜食，金花餅，市羅，蜜劑，餅餤，春餅，胡餅，韭餅。諸色餡子，諸色包子，諸色角兒，諸色果食，諸色從食。

陶宗儀《説郛》卷二〇周密《浩然齋意抄》 餳枝。俗以油煠粉餌，綴之米糁，名蓼花，取其近似也。放翁詩云：新煤餳枝綴紅糝，二字頗新。

方回《續古今攷》卷三四《醢人羞食酏食糝食》 紫陽方氏曰：《周禮》膳夫八珍，引《禮記・内則》書其物。八珍中多糝食、酏食，今却以《周禮》醢人羞豆之實，酏食、糝食補之，不取鄭司農説。康成謂酏，餦也，之然反。《内則》曰：取稻米舉糔溲之，小切，狼臅膏以與稻米爲酏。又曰糝取牛羊豕之肉，三如一小切之，與稻米二肉一《周禮》注有兩稻米字，今去一合，以爲，餌煎之。此醢人朝事饋食，加豆羞豆肆豆之末一豆也附此。

馬端臨《文獻通考》卷三三八《四裔考一五・鉢和》 其人唯食餅麪，飲麥酒。

張九韶《羣書拾唾》卷一〇《動植物第一〇》 五飯。春食麥，夏食菽，季夏食穈，秋食麻，冬食黍。

脱脱等《遼史》卷五三《禮儀六・嘉儀下》 歲時雜儀：

人日，【略】其占，晴爲祥，陰爲災。俗煎餅食於庭中，謂之薰天。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷三《歲時・上元》 作圓子炒糯花。范至能《上元紀吴下節物俳諧體詩》：撚粉圓欒意，煎穉腦膊聲。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷三《歲時・立春日》 造春蜑。《歲時雜記》：立春日作饅頭，名探春蠶。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷三《歲時・端午》 爲角黍。《續齊諧記》：屈原以五月五日投汨羅而死，楚人哀之，每至此日，以竹筒貯米投水祭之。

《歲時雜記》：後人因古人筒米，而以菰葉裹粘米，曰角黍，遺俗作粽，或加之以棗，或以糖，又加松栗胡桃之類。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷三《歲時・重九日》 饋麪糕，插彩旗。《夢華録》：都人九日，各以粉麪蒸糕相遺，上插綵小旂，糝飣果實，如榴子、栗黄、銀杏、松子仁之類。

《聞見後録》：劉夢得作九日詩，欲用糕字，以五經中無之輟不復爲。宋子京九日食糕有詩，引周禮籩實糗餌粉餈。注：餌謂之糕爲證。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷三《歲時・臘八日》 作粥。《歲時雜記》：十二月初八日，諸大寺作浴佛會，并送七寶五味粥，謂臘八粥。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷三《歲時・二十四夜》 饗豆粥。范至能《村田樂府》叙是日煮赤豆作糜，暮夜合家同饗，至襁褓小兒及僮僕，皆預云能辭瘟氣。

按：《荆楚歲時記》：共工氏有不才子，以冬至死爲疫鬼，畏赤小豆，故冬至日作赤豆粥以禳之。蓋本于此，然用于是夜，莫詳所始。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷四《土産・飲食》 麵。碓麥爲之，南北商販多出于此。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷四《土産・飲食》 青餲飯。出茅山，唐張賁以青餲飯分送皮日休、陸魯望。有詩云：誰屑瓊瑶似青餲，舊傳名品出華陽。皮日休和云分泉過屋青春稻。自注此飯以青龍稻造之。見《潤州類集》

餅餌，其名有寬椒、側厚、緩帶之别，又有名金花者，出金壇，可以饋遠。

孔齊《至正直記》卷三《艾蒸餅》 試艾以蒸餅，將艾丸炷于餅上然之，若是好艾則滿餅香透底，不好者止于餅内一半香不透。四明王韶卿云

熊夢祥《析津志輯佚・風俗》 都中經紀生活匠人等，每至晌午以蒸餅、燒餅、饊餅、軟枲子餅之類爲點心。早晚多便水飯。人家多用木匙，少使筯，仍以大烏盆木杓就地分坐而共食之。菜則生葱、韭蒜、醬、乾塩之屬。

熊夢祥《析津志輯佚・歲紀》 十二月，宫苑以八日佛成道日，煮臘八粥，帝師亦進。士庶有力之家，豐殺不同，饋送相尚，亦故典也。自此後，省臺院各府寺路監大小衙門，並儀鳳司屬，整點隊伍，社直準備朝賀大禮。富春樂：（歲時風紀松雲撰。）正月皇宫元夕節，瑶鎧炯炯珠垂結。七寶漏鎧旋曲折，龍香熱律吹大蔟，龍顔悦。綜理王綱多傳説，鹽梅鼎鼐勞調燮，鎧月交輝雲翳絶。尊休徹天街，是處笙歌咽。

正月一日，百官待漏於崇天門下。（詳見朝儀元會聖節同。）二日後，內外百辟朝賀飲宴。後隨時說選。丁酉年正月一日，內八府宰相領禮部中書省相國，以外國大象進上，並說納粟補官選。自此後常於幹耳朵聚，涓日入中書署事，設大燕，成典也。六部如之。京官雖已聚會公府，仍以歲時慶賀之禮，相尚往還迎送，以酒醴爲先，若殽饌，俱以排辦於案卓矣。如是者數日。車馬紛紜於街衢、茶坊、酒肆，雜沓交易至十三日，人家以黃米爲糍糕，餽遺親戚，歲如常。市利經紀之人，每於諸市角頭，以蔗草編夾成屋，鋪掛山水、翎毛等畫，發賣糖糕、黃米粢糕之類及辣湯、小米糰。又於草屋外懸掛琉璃蒲萄鐙、奇巧紙鐙、諸謊鐙與烟火爆杖之屬。自朝起鼓方靜，如是者至十五、十六日方止。宮中有世皇所穿珍珠垂結燈，殿上有七寶漏燈。三宮燈夕，自有常制，非中外可詳。世皇建都之時，間於劉太保秉忠定大內方向。秉忠以今麗正門外第三橋南一樹爲向以對，上制可，遂封爲獨樹將軍，賜以金牌。每元會聖節及元宵三夕，於樹身懸掛諸色花燈於上，高低照耀，遠望若火龍下降。樹旁諸市人數，發賣諸般米甜食、餅餻、棗麪糕之屬，酒肉茶湯無不精備，遊人至此忘返。

熊夢祥《析津志輯佚·歲紀》 正月一日，【略】太廟薦新。春行享禮，曰祀。四孟以大祭，雅樂先進，國朝樂後進，如在朝禮。每月一薦新，以家國禮。喝盞樂，作粉羹饅頭、割肉散飯，薦時菓、蔬韭、天鵝、鵪鶉。初獻，勳舊大臣怯薛完真。亞獻，集賢大學士或祭酒。終獻，太常院使。並用法服，宮闈令啓后神龕。大案上菓：菱米、核桃肉、鷄頭肉、榛子仁、粟仁；菜：筍、蔓青、芹菹、韭黃、薤；神廚御飯不等。見下月，酥酪、鮪魚。犧牲局養餵牛馬以供祭祀，苑中取鹿。又西山獵户供祭祀野獸，后位下，牲羊和易於市。藉田署，取米以供粢盛，（貫山、僧山）取水光禄寺。柱把酒、（四孟用）霄州蒲萄酒、馬妳子。

熊夢祥《析津志輯佚·歲紀》 元宵。宣徽院、資正院、中政院、詹事院、三后衙門，每歲常辦進上燈燭、糕麵、甜食之類，自有故典。皇城遊，二月十五日。累朝故典，事見歲時風紀內。

四月八日浴佛。宮庭自有佛殿，是曰剌麻。送香水黑糕齋食奉上，有佛處咸誦經讚慶。國有清規，一遵西番教則。京城寺宇進有等差。

熊夢祥《析津志輯佚·歲紀》 五日二日或三日七日點卑，每聚會則散茶飯、饅頭、麪食，俱各豐腆。省院臺大小衙門，諸司局、寺、坊、院、社直人等，並用供給，乃能舉此勝事。

熊夢祥《析津志輯佚·歲紀》 臘月皇都飛瞞雪，銅槃凍折寒威冽。八日朱砂香粥啜，宮娥說，鬼幛率下休教揭。鼎饌豪家兒女悅，豐充羊醴勞烹切。九九梅花填未徹，嚴宮闕，宰臣準備朝元節。是月八日，禪家謂之臘八日。煮紅糟粥，以供佛飯僧。都中官員、士庶作朱砂粥。傳聞，禁中一如故事。

脫脫等《遼史》卷五三《禮志六·嘉儀下》 歲時雜儀：

正旦，國俗以糯飯和白羊髓爲餅，丸之若拳，每帳賜四十九枚。

瞿佑《四時宜忌·正月事宜》 《千金月令》曰：是月宜食粥。有三方，一曰地黃粥以補虛。取地黃搗汁，候粥半熟以下汁，復用緜包花椒五十粒，生薑一片同煮，粥熟，去緜包。再下熟羊腎一具碎切，或條如薤葉大小，加鹽食之。二曰防風粥以去四肢風。取防風一大分煎湯煮粥，取紫蘇炒微黃香，煎取汁作粥。

瞿佑《四時宜忌·二月事宜》 《洛陽記》：寒食日，裝萬花輿，煮楊花粥。

瞿佑《四時宜忌·三月事宜》 《歲時記》曰：上巳日，取黍麪和菜作羹，以壓時熱。

瞿佑《四時宜忌·六月事宜》 《荆楚記》曰：六月伏日，宜作湯餅食之，名爲辟惡。

瞿佑《四時宜忌·十一月事宜》 《纂要》曰：共工氏子不才，以冬至日死，爲疫鬼，畏赤小豆。是月，以赤小豆煮粥厭之。《歲時雜記》曰：至日，以赤小豆煮粥，合門食之可免疫。

朱權《原始祕書》卷九《歲時風俗門》 子推。故俗，每寒食前一日謂之炊熟，則以麪爲蒸餅樣，團棗附之，名爲子推，穿以柳條，插户牖間。相緣爲介子推逃禄，晉文公焚山求之，子推焚死，文公爲之寒食斷火，故民從。此物祀之，而名子推。相傳之謬，至於此也。

朱權《原始祕書》卷九《歲時風俗門》 寒食。陸翽《鄴中記》曰：并州之俗，以冬至後一百五日爲介子推斷火，冷食三日，作乾粥食之，中國以爲寒食。《歲時記》云：冬至一百五日，即有疾風甚雨，謂之寒食。

朱權《原始秘書》卷九《飲饍食門》 飯。《周書》曰：黃帝始烝穀爲飯也。

粥。又曰：黃帝始烹穀爲粥。

餻。《周禮》籩人羞籩之實。糗餌，粉餈。鄭康成云，二物皆粉，稻黍米所爲，合蒸曰餌，餅之曰餈，蓋餌即餻也。《玉燭寶典》曰：秋食餌者，其時黍秫並

收，因以粘米佳味，觸類嘗新，遂成積習。《禮・月令》有嘗新之事宜，周制也。《西京雜記》曰：戚夫人侍兒賈佩蘭説，宮内時，九月九日，食餌，令人長壽，故今人以爲俗。《方言》曰：餌餻或謂之餈。《續事》始引干寶注曰：糗餌者，或屑而蒸之，以棗豆之味同食。

麥餻。《鄴中記》云：并州之俗，冬至一百五日，爲介子推冷食，作乾粥食之，故謂之寒食。乾粥，即今之麥餻是也。世俗每至清明，以麥或秣，以杏酪煮爲强粥，俟其凝冷，裁作薄葉，沃以餳若蜜而食之，謂之麥餻。此即其起也。《玉燭寶典》曰：今人研杏仁爲酪，以煮麥粥，以餳沃之，是也。

粽。一名角黍。《風土記》曰：仲夏端午端初也，以菰葉裹粘米，以栗棗，灰汁煮之令熟，節日啖。取陰陽尚包裹未散也。一曰因屈原也。《齊諧記》曰：原以五月五日投汨羅，楚人哀之，每至此日，以筒貯米祭之。今川俗，置米於新竹筒中蒸食之，謂之裝筒其遺事，亦曰筒粽。又曰五月五日，作粽，汨羅之遺風也。

饅頭。《小説》云：昔諸葛武侯之征孟獲也，人曰蠻地，多邪術，須禱于神，假陰兵以助之。然蠻俗必殺人以其首祭之，神則饗之爲出兵。武侯不從，因雜用羊豕之肉，包之以麵，象人頭以祠神，神乃因而爲出兵。後人由此爲饅頭。至晉盧邁祭法，春祀用饅頭，始列于祭祀之品。而晉束晳《餅賦》亦有其説，則饅頭宜自武侯始也。

像生。梁武帝詔宗廟用牲牢，有累冥道，宜皆以麵爲之。後人多用麵粉捏爲犧牲、花木、人物之像，謂之像生。喪祭用之，此皆始於梁武帝也。後人以爲筵宴茶食上用之，實生人而用冥器也，甚爲未宜。

骨董。羅浮顛老取飲食雜烹之，名骨董羹。五侯鯖即此義也。後資貨諸物兼備者，故謂之骨董鋪。董者，言其總也。其名自此始，村夫稱爲古董，謬矣。

酸餡。食店賣酸餡者，皆大出牌榜於通衢，而俚俗昧於字法，轉酸從食，轉倍。言絶，失所在。成如其言，爲作膏粥，年年祭大得鹽自成始之。

食圓子。《荆楚歲時記》曰：元宵以糯米粉爲圓子，謂之珠珠圓子，澆糖以取屏舊迎新之意，春秋始之。

膏粥。《續齊諧記》曰：英縣張成夜見一婦人立宅東南角，謂成曰：此地是君蠶室，我即地神。明日正月半，君宜作白粥泛膏於上以祭，我必當令君蠶百倍。言絶，失所在。成如其言，爲作膏粥，年年祭大得蠶自成始之。

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷三《造釀部・青精乾石飥飯無毒》　青精乾石飥飯，主日進一合不饑，益顏色，堅筋骨，能行。《本草拾遺》益腸胃，補髓，減三蟲，久服變白却老。《圖經》出太極真人法言。名烏飯。蘇頌曰按：陶隱居《登真隱訣》

胡餅。《續漢書》曰：靈帝好胡餅，京師皆食胡餅。胡餅宜自此始也。然則餅有胡漢之異矣。胡餅，蓋今俗所爲者是，而漢餅，疑是今餅也。後趙石勒諱胡，改爲麻餅。

蒸餅。秦漢逮今世所食。初有餅、胡餅、蒸餅、湯餅之四品，惟蒸餅至晉，何曾所食，非作十字拆則不下箸，方見于此。以是推之，當出自漢魏以來也。

湯餅。魏晉之代，世尚食湯餅，今素餅是也。《語林》有魏文帝與何晏熱湯餅。即是其物出于漢魏之間也。

不托。束晳《餅賦》曰：朝事之籩，煮麥爲麪。則麪之名，蓋自此而出也。魏世食湯餅，晉以來有不托之號，意不托之作緣，湯餅而務簡矣。今訛爲餺飥，亦宜曰麪也。

黄兒。《唐五行志》曰：黄巢未入京時，都人以黄米及黑豆屑蒸食之，謂之黄賊打黑賊。唐都長安，今自陝而西，以黄米爲粉，團棗蒸之，曰黄兒。其喬麥麪者，曰黑兒。蓋出於此也。

烏飯。西胡黑黍飯也。佛生之日，人以供佛。自漢明帝時，佛法入中國，烏飯無黑黍，以染飯代之，此其始。

不落角兒。以米蒸作飯，用不落葉包蒸之，胡人爲供佛之食，與烏飯同。

臘八粥。臘月八日，道家以爲五臘齋戒之日，用五味煮粥而食之，取其逼寒邪，去陰氣也。自春秋有之。

春餅生菜。《齊人月令》凡立春日，食春餅生菜。餅者，屏也，生菜者，新也。

載太極真人青精乾石飯法。飯音信，飯之爲言飧也，謂以酒蜜藥草漬漉而暴之也，亦作迅，凡內外諸書並無此字，推施於此飯之名耳。陳藏器《本草》名烏飯。色青黑。製，蘇頌曰：《登真隱訣》載《南燭草木名狀》註，見本部本條下。其作飯法：以生白粳米一斛五斗，春治折取一斛二斗，用南燭木葉五斤，亦可雜草皮煮取汁，極令清冷，以漬米，米釋炊之，從四月至八月末，用新生葉色皆深。九月至三月，用宿葉色皆淺，可隨時進退其斤兩。又采軟枝莖皮於石臼中擣碎，假令四五月中作，可用十許斤熟舂，以斛二斗湯浸染，得一斛也，此來只以水浸一二宿，不必用湯漉而炊之。初米正作紅色，蒸過便如紺色，若色不好，亦可淘去，更以新汁漬之，洒漉皆用此汁，惟令飯作正青色乃止。高格曝乾，當三蒸曝，每蒸輒以葉汁漉令泡泡。每日可服二斤，勿復血食，填胃補髓，消滅三蟲。《上元實經》云：子服草木之王，氣與神通，子食青爛之津，命不復殞，此之謂也。今茅山道士亦作此飯，或以寄遠，重蒸過，食之甚香甘也。陳藏器曰：烏飯法，取南燭莖葉，搗碎漬汁浸粳米，九浸九蒸九曝，米粒緊小，黑如璧珠，袋盛可以適遠方也。李時珍曰：此飯乃仙家服食之法，而今之釋家多於四月八日造之，以供佛耳。造者又入柿葉白楊葉數十枚以助色，或又加生鐵一塊者，止知其上色，不知乃服食家所忌也。味甘，性平。

劉文泰《本草品彙精要續集》卷三《造釀部・糗無毒》 糗主五月五日取糗尖和截瘧藥良。《本草綱目》名角黍。李時珍曰：糗俗作粽，古人以菰蘆葉裹黍米煮成尖角，如棧欄葉心之形，故曰糗，曰角黍，近世多用糯米矣。今俗五月五日，以爲節物相餽送，或言爲祭屈原，作此投江，以飼蛟龍也。味甘性溫。

劉文泰《本草品彙精要續集》卷三《造釀部・寒具無毒》 寒具主利大小便，潤腸，溫中益氣。《本草綱目》名捻頭，環餅、饊。李時珍曰：寒具冬春可留數月，及寒食禁煙用之，故名寒具。捻頭，捻其頭也。環餅，象環釧形也。饊，易消散也。服虔《通俗文》謂之餲，張揖《廣雅》謂之粔籹，《楚辭》謂之粔籹。《維字解詁》謂之膏環。按：鄭玄註《周禮》云：寒具，米食也，錢乙方中有捻頭散，葛洪肘後有捻頭湯，醫書不載。賈思勰《要術》云：環餅一名寒具，以水搜入牛乳脂和作之，入口即碎。林洪《清供》云：寒具，捻頭也，以糯粉和麪，麻油煎成，以糖食之，可留月餘，宜禁煙用。觀此則寒具即今饊子也，以糯粉和麪入少鹽，牽索紐捻成環釧之形，油煎食之。劉禹錫《寒具詩》云：纖手搓成玉數尋，碧油煎出嫩黃深。夜來春睡經輕重，壓匾佳人纏臂金。味甘鹹，性溫。合治錢氏捻頭

劉文泰《本草品彙精要續集》卷三《造釀部・蒸餅無毒》 蒸餅主消食，養脾胃，溫中化滯，益氣和血，止汗，利三焦，通水道。《本草綱目》名李時珍曰：按劉熙《釋名》云：餅者，并也，溲麪使令并也，有蒸餅、湯餅、胡餅、索餅、酥餅之屬，皆隨形命名也。味甘性平。製李時珍曰：小麥麪修治食品甚多，惟蒸餅其來最古，是酵糟發成，單麪所造，丸藥所須，且能治疾，而《本草》不載，亦一缺也。惟臘月及寒食日蒸之，至皮裂，去皮懸之風乾，臨時以水浸脹，搗爛濾過，和脾胃及三焦藥甚易消化，且麪已過性，不助濕熱。其以果菜油膩諸物爲餡者，不堪入藥。

劉文泰《本草品彙精要續集》卷三《造釀部・米粳無毒》 米粳主通腸開胃，下氣磨積塊，作糗食不饑，充滑胴體，可以頤養。汪穎名米粳糠，李時珍曰：粳亦粘薄之義也。質《食物本草》米粳即精米上細糠也，昔陳平食糠覈而肥也。李時珍曰：糠，諸粟穀之殼也，其近米之細者爲米，粳味極甜，儉年人多以豆屑或草木花實可食者，和劑蒸煮以救饑云。味甘性平。

王綸《本草集要》中部卷五《菜部》 粳米。味甘苦，氣平，微寒無毒，入手太陰少陰經。

主益氣，止煩渴，止洩，平和五臟，補益胃氣，其功莫及。與熟鷄頭相合作粥，食之益精强志，耳目聰明。

王鏊《姑蘇志》卷一四《造作》 餻。搗黍爲之。《楚詞》有粔籹，其注曰：環餅。吳人謂餻曰膏環，亦謂之寒具。《方言》謂之餻，凡數品，雪糕、花糕、生糖糕、糖糍糕、焦熱餻、甑兒餻之類，又有蜂糕，謂之重陽餻。角黍簇裹糯米爲之，或用菰葉。油堆。用粉下酵裹糖，製如餅，油煎食之。圓子。撚粉爲丸。范成大詩：撚粉團圓意。二品俱爲元宵節物。冷丸用極細粉裹糖，煮熟，入冷水食之，爲寒食節物。

王鏊《姑蘇志》卷一四《造作》 駱駝蹄。蒸麵爲之，其形如駝蹄，重陽節物。豆生用豆粉揉和如麵，乾而蹙之。

田藝蘅《留青日札》卷二六《重羅麪》 麪，小麥末也，今市肆標曰重羅白麪。漢東哲賦曰：重羅之麪，塵飛雪白。又名玉塵，橘中叟曰：君輸我瀛洲玉塵九斛。諺云：命合喫麁食，莫思重羅麪。元尚食局有御麥麪，恐即今所種之番麥也，或以爲因其磨製之巧，不沾塵埃而名。恐非也。

田藝蘅《留青日札》卷二六《葱餅》 唐侍郎候思正，蒸餅縮葱加肉，因號縮葱侍郎，即今之春餅，用卷葱肉者也。宋蘇子瞻乃云：煮饒澆油葱。又云：一杯湯餅撥油葱。此類今市肆中所賣者。制度如此

田藝蘅《留青日札》卷二六《桃花米飯》 宋武帝張妃桃花米飯，見梁崔祖《思政事疏》。杜工部詩：玉粒足晨炊，紅鮮任霞散。言飯紅潤之色也。又《收稻詩》：紅鮮終日有，玉粒未吾慳。即桃花米也。

田藝蘅《留青日札》卷二六《供大人米》 摩揭它國有異稻巨粒，號曰供大人米，即今江南之香珠稻類也。香珠亦名御米，但粒小耳。黃勉之理生玉鏡，稻品

失載之。

田藝衡《留青日札》卷二六《御麥》 御麥出于西番，舊名番麥，以其曾經進御，故曰御麥。幹葉類稷，花類稻穗，其苞如拳而長，其鬚如紅絨，其粒如芡實大而瑩白，花開于頂，實結于節，真異穀也。吾鄉傳得此種，多有種之者。吾鄉以麥爲一熟，古稱小麥忌戊，大麥忌子，皆忌水也。故吳鄉低田不可種。漢武帝三年，遣謁者勸有水災郡種宿麥。何也，宿麥者謂秋冬種之，經歲乃熟也。

田藝衡《留青日札》卷二六《米豆》 雷州思靈島出米豆，枝葉似柳，花如烏豆。一種之後數年收實。《淮南子》豆之美者，有米豆是也。

鄭若庸《類隽》卷一九《飲食類・粥》 【略】糜粥，《月令》云：八月養衰者，行糜粥。屑榆，陽城歲饑不過，隣里屑榆爲粥。辨粥，石崇作豆粥，咄嗟便辦，每冬得韭萍虀。王愷密問其帳下，云豆至難熟，豫作熟豆，客來但作白粥，投之韭萍虀。是禱韭根，雜以麥苗耳。【略】揚花，《金門歲節》云：洛陽人家，寒食煮楊花粥。

鄭若庸《類隽》卷一九《飲食類・米》 食穀。《古史考》云：神農時，民食穀，釋米加燒石上而食之。負米，《家語》云：子路見孔子曰：由也，時事二親，常食藜藿之實，爲親負米百里之外。親没，南遊，從車百乘，積栗萬鍾，重茵列鼎，雖欲藜藿，爲親負米，不可復得也。

胡震亨《讀書雜録》卷上 豆腐，惟見朱晦菴集有絶句詩。註云：世傳豆腐爲淮南王術而已。此外有陸務觀詩：拭盤堆連展，洗鼏煮黎祁。註云：淮人名麥餌爲連展，蜀人名豆腐爲黎祁。此以鄉語戲入詩，便又成豆腐，故實矣。陸山庖詩又云：新春穲稏滑如珠，旋壓黎祁軟勝酥。用之不一。

陸楫《古今説海》卷一三《説選十三・北户録・米餅》 廣州南尚米餅，合生熟粉爲之，白薄而軟。按：劉孝威《謝官賜交州米餅四百屈》詳其言。屈豈今之數乎，且前朝短書雜説有呼食爲頭。梁元帝謝賜功德淨饌一頭，又謝齎功德食一頭。又劉孝威謝賜果食一頭。

胡侍《真珠船》卷五《粉羹》 今人宴終必薦粉羹，其來頗遠。陳正敏《遯齋閑覽》云：太祖内宴，先令進粉，故名頭食。後人宴終，方薦此味，蓋失其次耳。

明王可大《國憲家猷》卷四五《滑稽一》 唐人呼饅頭爲籠餅。

王可大《國憲家猷》卷四八《方技一》 俗以油煠粉，鉗綴之米糝，名蓼花。取其近似也。放翁詩云：新煠枝綴紅糝，二字頗新。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》 青精飯，即今黑飯草，采枝葉，搗汁浸水，蒸飯，暴乾，堅而碧色。久服益顔延壽。又有青飯、石飯。按《本草》：用米石脂三斤，青粱米一鬥，水浸三日，搗爲丸，如李大，日服三丸，可不飢。是知石即石脂也。山居供客用前法，如欲避穀，則用後法。

明王大可《國憲家猷》卷四九《方技二》 蠻地以人頭祭神，諸葛之征，孟獲命以麪包肉爲人頭以祭之，爲之蠻頭，今人訛而爲饅頭也。

明王大可《國憲家猷》卷四九《方技二》 古人寒食，用桐楊葉染飯青色以祭，資陽氣也，今變而爲青白團子。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷三《偏安佚豫》 冬至，【略】三日之内，店肆罷市，垂簾飲博，謂之做節。享先則用餛飩，貴家求奇，一器凡十餘色，謂之百味餛飩。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷三《偏安佚豫》 都下自十月以來，朝天門内外，競售錦裝新曆，諸般大小門神、桃符、鍾馗、狻猊、虎頭，及金綵縷花春帖、旛勝之類，爲市甚盛。八日則寺院及人家用胡桃、松子、乳蕈、柿栗之類作粥，謂之臘八粥。醫家亦多合藥劑，侑以虎頭丹、八神屠蘇，貯以絳囊，饋遺大家，謂之臘藥。至于餽歲盤盒、酒擔、羊腔，充斥道路。二十四日，謂之交年，祀竈用花餳米餌，及燒替代作糖豆粥，謂之口數。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》 清明從冬至數至一百五日即其節也，前兩日謂之寒食。【略】僧道採楊桐葉染飯，謂之青精飯，以餽施主。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》 端午爲天中節，人家包黍秫以爲粽，束以五色綵絲。或以菖蒲通草，雕刻天師馭虎像，於盤中，圍以五色蒲絲，剪皮金爲百虫之像，鋪其上，却以葵榴艾葉攢簇華麗，或以綵絨雜金線，纏結經筒符袋，互相饋遺。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》 重九日，人家糜栗粉和糯米，伴密蒸糕，鋪以肉縷，標以綵旗，問遺親戚。其登高飲燕者，必簪菊泛萸，猶古人之遺俗也。又以蘇子微漬梅滷，雜和蔗霜，梨橙玉榴小顆，名曰春蘭秋菊。

胡侍《真珠船》卷五《粉麪》 今人宴終必薦粉羹，以麪爲之，白薄而軟。按：劉孝威《謝官賜交州米餅四百屈》詳其言。屈豈今之數乎，且前朝短書雜説有呼食爲頭。梁元帝謝賜功德淨饌一頭，又謝齎功德食一頭。又劉孝威謝賜果食一頭。

胡侍《真珠船》卷五《餅》 冰瀹而食者，皆爲湯餅。今蝴蝶麪、水滑麪、托掌麪、切麪、挂麪、餺飥、餛飩、合絡、撥魚、冷淘、温淘、禿禿麻尖之類，是也。水滑麪、切麪、挂麪，亦名索餅。籠蒸而食者，皆爲籠餅，亦曰炊餅。今畢羅、蒸餅、蒸卷、饅頭、包子、兜子之類，是也。爐熟而食者，皆爲胡餅，今燒餅、麻餅、薄脆酥餅、髓餅、火燒之類，是也。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》〔十月〕八日，則以白米和胡桃、榛松、乳菌、棗栗之類作粥，謂之臘八粥。十五日爲下元節，俗傳水官解厄之辰，亦有持齋誦經者。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》 除夕人家祀先及百神，架松柴齊屋，舉火焚之，謂之籸盆煙焰燭天，爛如霞布。爆竹鼓吹之聲遠近聒耳。家庭舉燕，則長幼咸集，兒女終夜博戲藏鉤，謂之照虛耗。以赤豆作粥，雖猫犬亦食之。

楊慎《丹鉛餘録總録》卷一六《牢九》《藝文類聚》束晳《餅賦》有牢九之目，蓋食具名也。東坡詩以牢九具對真一酒，誠工矣。然不知爲何物。後見《酉陽雜俎》引伊尹書，有籠上牢丸、湯中牢丸九字。乃是丸字，詩人貪奇趁韻，而不知其誤，雖東坡亦不能免也。牢丸今湯餅也。

楊慎《丹鉛餘録總録》卷一六《粔籹蜜餌餦餭》《楚辭》粔籹蜜餌有餦餭。王逸注：餦餭，餳也。以蜜和米麪熬煎作粔籹，擣黍作餌，又有美餳，衆味甘具也。朱子注云：以米麪煎熬作之，寒具也。可山林洪曰：《楚辭》此句自是三品，粔籹乃蜜麪少潤者，七夕蜜食也。餦餭乃寒食，寒具也。

楊慎《丹鉛餘録總録》卷一六《麶麶》 干寶《周禮注》曰：祭用麶麶。晉呼爲環餅，又曰寒具，今曰饊子。

楊慎《丹鉛餘録總録》卷一六《寒具》 晉桓玄喜陳書畫，客有不濯手而執書帙者，偶涴之後，遂不設寒具。《齊民要術》并《食經》皆云環餅。世疑饊子也。劉禹錫《寒具詩》：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黃深。夜來春睡無輕重，壓匾佳人纏臂金。蓋以寒具爲饊子也。宋人小説以寒具爲寒食之具，即閩人所謂煎鋪，以糯粉和麪油煎，沃以糖，食之不濯手，則能污物，具可留月餘，宜禁煙用也。林和靖《山中寒食詩》云：方塘波緑杜衡青，布穀提壺已足聽。有客初嘗寒具罷，據梧慵復散幽經。則寒具又非饊子，並存之，以俟博古者。

楊慎《秇林伐山》卷一五《瓊糜》《楚辭》：精瓊糜以爲糧。注：糜，屑也，今之米糊羹。

楊慎《秇林伐山》卷一五《王餌》 出梁元帝《雜纂》，今之餌塊也。

楊慎《秇林伐山》卷一五《餖飣》《食經》：五色小餅作花卉禽獸珍寶形，按抑成之，盒中累積，名曰餖飣。今人猶云釘果盒、釘春盛是也。俗書作餖釘，非也。

劉鳳《劉子威雜俎》卷一〇《詞令篇三》《通俗文》曰：煮米糗，《食經》曰：作糗法，近水則澀。虞悰獻棚及雜肴數十輿。糜粥，膏粥，糝，糗，所戟與糲同。麷黄，麪，丘與肺膞，蘇本血酏，苦澀熟洛河，黄頷臛，《釋名》曰麪，亦名齜也，熟煮之齜，壞也。又曰肺膞，饊也，全米糝羹煮胡飯。《蒼頡訓解》：麪，煮麥也。麥，乾粥也。

楊慎《丹鉛餘録總録》卷一六《糗》《釋名》曰：餅，併也，溲麥使合并也。胡餅作之大慢，漢亦言以胡麻着上也。蒸餅、湯餅，凡餅之屬，皆隨形而名之也。粔籹、蜜餌有餦餭。

楊慎《丹鉛餘録總録》卷一六《餦餭》《宋書》曰【略】又曰石虎好食蒸餅，常以乾棗、胡桃瓤爲心，蒸之，使坼裂，方食。【略】

廷尉決事曰：廷尉上土張主私賣餅，爲闌臺令史所見。《方言》曰：餅謂之飩，徒空切。或謂之餛，音張。或謂之餛。音渾。《説文》曰：餅，面餈也。《雜五行書》曰：十月亥日食餅，令人無病。《食經》有髓餅法，以髓脂合和麪。

崔晏《四民月令》曰：五月距立秋無食，煮餅，汲水溲餅。夏月飲水時，此三餅得水即冷，堅不消。不幸便爲食，作傷寒矣。誠以餅置水中則滲，唯酒溲之，入則爛也。

王郎上劉纂等楝蒲曰：左中郎樂林得簣麪肉，共啖湯餅。繆襲《祭儀》曰：夏祀以蒸餅。《荀氏列饌》注曰：夏祠以薄夢頭。

盧諶《祭法》曰：四時祠，用夢頭餉餅體牢丸。夏祠別用乳餅。冬祠用白環餅。宋人辨牢丸作牢九。楊用修亦云。

徐暢《祭記》曰：舊五月麥熟，薦新麥，作起溲白餅。

《荆楚歲時記》曰：六月伏日，並作湯餅，名爲避惡。

《時鏡新書》曰：四月八日，長沙市肆之人無子者等，供寺閣下羊肉薄餅，結願以記鬼，往往有驗。曲捥　象約

郎瑛《七修類藁》卷四三《事物類·饅頭青白圓》 蠻地以人頭祭神。諸葛抑成之，盒中累積，名曰闘釘。今人猶云釘果盒、釘春盛是也，俗書作闘釘，非也。

之征孟獲，命以麵包肉爲人頭以祭，謂之蠻頭，今訛而爲饅頭也。古人寒食採桐楊葉染飯青色以祭，資陽氣也。今變而爲青白團子，乃此義耳。

李日華《紫桃軒又綴》卷二　大軫國有紫米，炊一升得飯一斗，食之令人髭髮，賢黑久則後天不老。

李攀龍《新刻詩學事類》卷一八《飲食門・飯》　淅玉。杜淅玉炊香稻。抄雲。杜飯抄雲子白。脫粟。《晏子春秋》晏嬰相齊，食脫粟飯。翻匙。杜嘗稻雪翻匙。胡麻。漢劉晨阮肇。入天台山採藥，見二女絶色喚劉阮姓名，因邀過家下，胡麻飯、山羊脯，食之。玉屑。晉太和中，有二人遊嵩山迷路，見一人枕一襆而眠。二人且問所，自因問其食，所裹皆玉屑飯，授與二人，曰食已雖不足長生，可一生無病。玉粒。杜玉粒足晨炊。青精。杜豈無青精飯。漂母進。韓信寄食於人，人厭之。晨炊辟食，信往不問，具食。漂母哀之，飯信。信曰：吾必有以重報母。母曰：吾哀王孫而進食，豈望報乎。淵明乞。陶淵明有乞食詩云饑時驅我去，不知竟何之。行行至斯里，扣門拙言辭。惑於漂母惠，愧我非信才。滑憶雕胡。杜詩香春菰米飯。廣文不足。杜甲第紛紛厭粱肉，廣文先生飯不足。五倫不妄飯。第五倫脩行清白，上問曰：聞卿爲吏，不過從蔬食有之。耶對曰：臣生遭饑饉，米食百錢，不敢妄過人飯。廉頗尚善飯。史廉頗一飯斗米肉十斤，披甲上馬，以示可用。郭開曰：廉將軍尚善飯，然頃之三遺矢矣。

李攀龍《新刻詩學事類》卷一八《飲食門・粥》　顏回負郭。《家語》：顏回有負郭田五十頃，是以供饘粥。陽城屑榆。楊城歲饑不過，都里屑榆爲粥。晉帝肉糜。晉惠帝時，天下荒亂，百姓餓死，帝曰何不食肉糜。光武豆粥。後漢光武南馳至饒陽蕪蒌亭，天寒，衆皆饑疲。馮異上豆粥。明旦，帝曰：昨得公孫豆粥饑，寒俱解。口香七日。《金鑾密記》白居易在翰林賜防風粥一甌，食之，口香七日。聲啜數里。《異録》尹吉甫家富，時歲饑，鼎鬻作粥，啜聲聞數里。

李攀龍《新刻詩學事類》卷一八《飲食門・麵食》　湯餅。《倦游録》凡以麵爲食，煮之，皆謂湯。寒具。晉人有寒具者，乃今環餅也。桓玄以書畫與客觀之，有食寒具者，不濯手執書畫，污之，自是不設。炊餅。陸放翁王塵出磨飛屋梁，銀絲入釜須寬湯。寒醅發劑炊餅裂，新麻壓油寒且香。十字餅。晉何曾位太常，性豪奢，廚饌滋味過於王者。每蒸見不食大官所設。帝輒命取其食蒸餅，不折作十字不食。縮葱侍郎。侯思正食籠餅，必令縮葱加肉，號縮葱侍郎。東牀食餅。晉王羲之幼有風操，郗虞卿選婿，見羲之坦腹東牀食胡餅，神色自若。

王三聘《事物考》卷七《飲食》　餈。《周禮》：邊人羞籩之實，糗餌粉餈。鄭康成云：二物皆粉稻黍米所爲。合蒸曰餌，餅之曰餈，蓋餌即餈也。西漢宮內九月九日食餌，令人長壽，故今爲俗。

　　麥餈。《鄴中記》云：并州之俗，冬至一百五日，爲介子推冷節，作乾粥即今麥餈也。世俗每至清明，以麥成秣，以杏酪煮爲薑粥，俟凝冷裁作薄葉，沃以餳若蜜而食之，謂之麥餈，此即其起也。

　　饅頭。《稗官小説》云：諸葛武侯之征孟獲，人曰蠻地多邪術，須禱于神，假陰兵以助之。然蠻俗必殺人，以其首祭之，神則饗之爲出兵也。武侯不從，因雜用羊豕之肉，而包之以麵象人頭以祠，神亦饗焉而爲出兵。後人由此爲饅頭。

　　餅。《雜記》曰：凡以麵爲食具者，皆謂之餅，故火燒而食者呼爲燒餅，水瀹而食者呼爲湯餅，籠蒸而食者呼爲蒸餅，而饅頭謂之籠餅是也。疑此出于漢魏之間。

　　胡餅。《釋名》曰：胡餅言以胡麻着之。《續漢唐》曰：靈帝好胡餅，京師皆食胡餅，疑自此始也。後石勒諱胡改爲麻餅。

　　酸餡。《湘山野録》曰：京師食店賣酸餡者，皆大出牌榜于通衢，而俚俗昧于字法，轉酸從食，轉餡從酉。

　　黃兒。唐都長安自陝而西，以黃米爲粉團棗蒸之，曰黃兒，其蕎麥麪者曰黑兒。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　御米花

《本草》名罌子粟，一名象穀，一名米囊，一名囊子，處處有之。苗高一二尺，葉似靛葉色而大，邊皺多有花。又開四瓣紅白花，亦有千葉花者，結殼是牠音雹箭頭，殼中有米數千粒，似葶藶子，色白，隔年種則佳。米味甘性平無毒。救饑，採嫩葉煠熟，油鹽調食。取米作粥或與麵作餅，皆可食。其米和竹瀝煮粥，食之極美。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　盤游飯

《仇池記》：南人用觧膾炙埋飯中，曰盤游飯。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　防風粥

《金鑾密記》：白居易在翰林，防風粥一甌，食之口香七日。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　孩兒拳頭

救饑，採子紅熟者食之。又煮枝汁，少加米作粥，甚美。

朱孟震《河上楮談》卷一《乙巳土食》　乙巳歲春夏，江西大歉，米石銀一兩，

餘山中民無食，采薇蕨已盡，乃掘白土爲餅餌食之。土色微類粉而膩，富家屑米，雜土裹肉爲饅首，味亦佳，然不可久食。土民食久者，氣塞不通，往往致斃。又余家厚湖上菱葉最茂，貧民競採食之，富家取以爲蔬，滑而細，亦可啖。先大夫午日詩云：聞說土饅充蕨粉，且便瓜豆對蒲觴。蓋紀實也。白土相傳即白石脂云。

徐常吉《新纂事詞類奇》卷一九《飲食類》 飯附粥

經翼《家語》云：孔子厄於陳蔡，子貢出糴得米炊之。有埃墨墮飯中。孔子召回曰：昔夢見先人，吾將以子炊祭焉。曰有埃墨，回即食之，不可祭也。孔子曰：然，吾亦食之。《廣雅》云：粥，糜饘也，煮米糜爛也。粥厚曰饘，粥薄曰酏，米爛曰潘。潘，芳煩切。綽《春秋運斗樞》云：粟五變，而以陽化生爲苗，秀爲禾，三變。而粲謂之粟四變，入曰米，出曰甲，五變而蒸飯可食。子《呂氏春秋》云飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。莊子云：子輿與子桑爲友，霖雨十日。子輿曰子桑殆病矣，裹飯往食之。《符子》云：楚王好細腰，宮中皆以三飯爲節。暮年，而有黎黑之色。韓子云：孫叔敖爲令尹，糲米菜羹。史《國語》云：夫差謂勾踐曰：寡人禮，先一飯矣。言已齒長也。《戰國策》云蘇秦之楚，三日乃得見王，辭去。曰：曾不少留。對曰：楚食貴於玉，薪貴於桂，謁者難得見，如鬼王，難得見。如天令臣食玉炊桂，因鬼見帝王曰聞命矣。【略】

徐常吉《新纂事詞類奇》卷一九《飲食類》 餅附饅頭

史《漢書》云：少府屬有湯官，主餅餌。又云宣帝微時，每買餅，所從賣者輒大售。《後漢書》云：世祖微時，嘗以事拘新野。樊曄爲市吏，餽餅一笥。帝不忘，乃賜御服食及乘輿衣物。因戲之曰：一笥餅得都尉何如。曄頓首辭謝。又云漢靈帝好胡餅，胡餅，以胡麻合并也。京師皆食胡餅。後董卓弄權，以胡兵破京師之驗。《魏志》云：嚴翰字公仲，間學，特善春秋。司隸鍾繇不好公羊而好左氏，謂左氏爲大官，而謂公羊爲買餅家。又云丁斐封列侯，坐免官後，太祖啁曰：斐文侯印綬何在。曰以易餅。又云，盧毓言選舉莫取有名士，如盡地爲餅，不可啖食。《晉書》云：王羲之幼有風操，郗虞卿聞王氏諸子皆俊才，令使選壻。諸子皆飾容以待客，羲之獨坦腹東牀嚼胡餅，神色自若。使且以告，虞卿曰：此真吾壻。問爲誰，果是逸少，乃妻之。又云何曾位太宰，性豪奢。廚饌滋味過於王者，每燕見不食大官所設。帝輒命給嘗，事上食蒸餅，不拆作十字不食。《齊書》云：明帝儉約，大官進餅。帝曰：我食此不盡，可四片破之，餘充晚食。【略】

雜論《玄宴春秋》云：衛倫過予而譖，言及於味，稱侍中劉子陽食餅，知塩生精味之至也。予曰：師曠識勞薪，易牙別淄澠，子陽之妙抑未乎。倫曰：晉曠師曠齊牙易牙，古之精也，子陽今之妙也，子何間焉。吳筠《餅說》云：宋公至長安得姚泓，時故大官丞程季者，了了人也。公曰：今日之食，何者最先。季曰：仲秋御景，雕蠅欲靜，爍爍曉風，淒淒夜冷。臣當此景唯能說餅。公曰：善。季乃稱曰：安定噎鳩之麥，雒陽董德之磨，河東長若之葱，隴西狐背之犢，抱罕赤髓之羊，張掖北門之豉，燃以銀屑，煎以金銚。洞庭負霜之橘，仇池連蒂之椒，調以濟北之鹽，剉以新豐之鷄，細如華山玉屑，白似梁甫銀泥，既聞香而口閟，亦見色而心迷。公曰：善。【略】《歲節記》云：洛陽人家重陽作羊肝餅。又云段維智嗜煎餅，一餅熟成一韻。又云宣宗賜韋澳孫宏銀餅，啗之甚美。皆乳酪膏腴之所爲。盧諶祭法云：夏祠用乳餅，冬祠用白環餅。幽怪《神異記》云：有道士持湯餅請人曰：玉英粉也，服之七日羽化。詩賦柬哲云：窈似春綿，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠遍。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・米麪類》 糈。音胥，上聲。祠神米。粢。音姿。祭祀黍稷。香杭米。貢上。御米。香珠稻米。長腰杭米。玉粒。白米。筒子米。黃芒。上稈。糯米。紅蒙子。黃粒子。桃花米。黃兒米。長鎗米。轉身米。春簸法，但中心一顆存者極好。糲。音拉。穀石得米六斗。穀。音喟，粺同。穀石得米五斗。槃。音作。穀石得米四斗。《左傳》作繫。精。穀石得米三斗。粲。穀石得米一斗四升。烏撒米。烏羽擇米。供大人米。出犛揭陀國，粒巨。紫米。類苣勝，令人髮黑長年。糙。粗米。脫粟。米不精。粔。音共，粳同。赤米。粞。碎米。粗。音猷。白米。糏。音洪。陳赤米。糈。音核。粗米屑。麪。麥末。麥糗。音限。乾。音核，亦作覈。麥磨不碎者。蘖。芽米。粉。研米豆，使分散爲末。粹。音孚。麪粹。重羅麪。細白者。兒柬晳賦。餦餭。大麥麪。糲。音隆。漿糲。粗。音辛。粉滓。精。音悄。次粉。麩。音填。小麥屑。麴。酒母，又曰酒教。凡黍穀爲酒，必以麥爲釀者，陽據陰乃能動也。又方言曰穀。音器。穀粹。關西稱大麥麪。歛糜。音狹化。河濟稱小麥麪，燕曰麵麵。麪。音卑。細麥麪。糵。音蘗，釀同。麵上細屑。酶。音媒，或作梅、作媒。麵餅也。紅麴。赤米爲之。異名飛雲。又名雪。玉塵。又麥塵。溫陶君。石中美，字信美。以上名麪。麥奴。磨室中浮麪。兀立兒。蒙古言麪。冷仙，酒母，媒孽。以上言麴。

作，軒轅制。糒。音備，乾飯。糗。音救，豆米乾飯。餱。音分，半烝飯。麥飯。磨麥令皮炊。青精飯。用青精葉和米煮。盤遊飯。用鮓脯之類理飯中。御黃王母飯。鏤卵蓋飯加雜味。粥。軒轅制。糜。音眉。粥薄。《釋名》：曰煮米使糜爛也。屑。音薛，粥。餈。音瓷，厚粥。餔。音以，薄粥。饘。音占，粥厚。飪。音壬，清粥。豆粥。麥粥。杏仁粥。榆粥。磨榆白皮和米煮。防風粥。食之口香不散。桃花粥。洛陽人用。麩。力舉反。煮麥。糝。音散，以米和羹。餌。音二，溲米烝。餈。音慈，搗熟米作。公劉制。湯團。周公制。麻團。公劉制。糗。子弄反。粽同。以蒻蘆葉裹粘米，象陰陽相包未分。汝頹作。角粽。又角黍。錐粽。茭粽。筒粽。以綵線束之，端午用。秤錘粽。九子粽。粉繭。有餡。餛團。糯米作，有餡。蒿和米粉造。蓬餅。白蓬和米糝造。槐餅。槐芽和米造。黃兒。黃米稟糕。乾餻。米粉和糖造。圓子。米粉作。賜緋含香粽子。蜜和製。餈。音判，屑米餅。蚶餅。蚶殼劉製。麥糕。稟糕。麪包稟烝。紫龍糕。七返糕。七捲作四花。黑兒。蕎麥麪稟糕。水晶龍鳳糕。稟粉烝，方破見花，乃進。○饅頭。麪包餡烝。《小說》云：諸葛武侯征孟獲，人曰蠻地多邪術，須禱神，以助。禱必殺人頭，神方享。武侯因用羊豕肉包麪，象人頭以祭。出尖饅頭。平坐饅頭。臥饅頭。捺花饅頭。壽帶龜饅頭。龜蓮饅頭。春盤。荷花饅頭。葵花饅頭。秫漏饅頭。玉尖麪。餡用熊鹿。水晶角兒。包子。曼頭。祭用。稍賣。籠上牢丸。湯中牢丸。異名：玉柱。灌漿。籠炊。薄持。口湜。蒙古云饅頭。○婆羅門輕高麪。龍烝。素烝音聲部。麪烝，象仙人，凡七十字。捲烝。稟酒十樣捲生。笑腦兒。駱駝蹄。和糖作。木蜜金毛麪。稟和麪，象獅子。大小虹橋。花截肚。內有花。○餛飩。麪捍薄片，包餡，湯瀹。石崇作，俗名餃兒。生進二十四氣餛飩。花形餡料，二十四種。餳饊角兒。駝峰角兒。餺飥。寒具。環餅，今之饊子。巨勝奴。酥蜜寒具。添酥冷。白寒具。巧果。粉麪，作油糖煠。珧珠粉。科斗粉。○麪筋。梁武帝作。麥麩。異名：但鉢那。番云麩。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・豆食品類》 索粉，玉英粉，粉皮，炒粉，糊辣，烝。音欠。巳上菉豆粉作。豆麪。黃豆粉作。糝拌。夾稟豆。豆餅。豆粉和煠。靈沙臘。鄧連以白馬豆洗皮作。澄沙餡。用赤豆作。豆腐。劉安作。異名：豆乳，小宰羊。時戢爲青陽丞，潔已勤民，日惟市豆腐數箇，邑人因云。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・素食品類》 河豚玉葉羹，乳鹽淘七寶

餡，焦油餕餡，澄糖沙餡，豆腩音糠。山藥望口消，春蟹，壽帶酥油，常熟薄脆，甘露餅，焦油捲，油館兒，裹烝糕，糜餈糕，山藥胡餅，藤花角兒，雜椀團子，雜椀圓子，餷拍巧粽，地黃餅，蓼花餅，薄荷餅，金絲捻頭，逍遥炙，龍鬚炙，石花腐，天花炙，芋炙，薑葉膾，蕨粉，株粉，榆粉，麻腐，鹿角菜炙，炒粉，醬麪觔，豆腐乾，蘿蔔乾，山藥粉，蘑菰炙，蕈炙。異名：纖齒羊，袁居道謂蔬茹。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・國朝御膳米麪品略》 撚尖饅頭，八寶饅頭，攢餡饅頭，烝餻，海清餻子，蝴蝶餻子。○大烝餅，椒鹽餅，豆餅，澄沙餅，夾糖餅，芝麻燒餅，妳皮燒餅，薄脆餅，梅花燒餅，金花餅，寶粧餅，銀錠餅，方勝餅，菊花餅，葵花餅，芙蓉花餅，古老錢餅，石榴花餅，金磚餅，靈芝餅，犀角餅，如意餅，荷花餅。○紅瑪瑙茶食，夾銀茶食，白瑪瑙茶食，糖鈸兒酥茶食，白鈸兒酥茶食，夾線茶食，金銀茶食，雲子茶食，酥子茶食，糖麻葉茶食，透糖茶食，白麻葉茶食。○棗糕，肥麪角兒，白饊子，糖饊子，芝麻象眼滅煤，剪刀麪麪片。清風飯，用水晶飯、龍眼粉、龍腦末、牛酪漿，調入金提缸，垂下冰池，冷透，大暑用。雞蛋麪，白切麪。

穆希文《說原》卷九《附原飲食說》 穀食。黃帝蒸穀爲飯，烹穀爲粥。漸米炊曰飰，以麥爲粉曰麵。餅，并也，搜麥麵使合并也，餅曰飥，或曰饆，或曰餛，蓋以麵爲食具者，均爲餅。故火燒而炙者曰燒餅，水瀹而煮者曰湯餅，籠蒸者曰蒸餅，饅頭爲龍餅，糗餌粉餈爲糕。

汪砢玉《古今鼏略》卷二《供用》 《吳興掌故》論尋常食供，必設燥餅，其餅直甚薄，大抵以塩水發麵，鹼能消人胃氣，小兒多食，多生痞癖。北京餅餌大率類此，故小兒無不病痞者。

明黃秉石《偶得紺珠》 番人畢羅好湯麵，而世名湯麵爲畢羅，加食傍。今詞家用餢飳，皆整飭之意。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五 昌墜麵

杰公曰：昌墜白麥麵烹之將熟，潔白如新。今麵如泥且爛，由是知麥乃宕昌者，非昌墜真物。

蓬子麵

《食貨志》龍勛反，自關東至海大旱。冬蔬皆盡，以蓬子爲麵，以槐葉爲虀。

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部・麪》 塵白。重羅之麵，塵飛雪白。牢丸。

食品烹飪總部・穀食部・綜述

春饅頭，夏薄扞，秋起溲，冬湯餅，四時皆宜惟牢丸乎。 東晳賦 銀絲。玉塵出磨飛屋梁，銀絲入釜須臾湯。寒館發劑炊餅裂，新麻壓油寒且香。 陸放翁 槐葉麪。青青高槐葉，採擷付中廚。新麪來近市，汁滓宛相俱。 杜甫 玉塵。君輸瀛洲玉塵九斛。 橘叟 麥塵。皆乾麪也。苦嗜麪。河東并代人苦於嗜麪，切以吳刀，淘以酪漿，潦斗貯之，擊破渠老幼，自以多寡取之至飽。 《河東備錄》 昌墜麪。昌墜白麥麪，烹之將熟，潔白如新。今麪如泥且爛，由是知麥乃宕昌者，非昌墜真物。 杰公 桄榔麪。桄榔木如莎皮，如櫐木皮，出麪可食。木理有文，堪爲握槊局。類引蓬子麪。鹿勛反，自關東至海，大旱，冬蔬皆盡，以蓬子爲麪，以槐葉爲虀。 《食貨志》 剪刀麪。柳公權以隔風沙作龍城記以進，上方御剪刀麪、月兒羹，命分賜之。 《雲仙散錄》 生日斗麪。玄宗皇后王氏始以愛弛，不自安。承間，泣曰：陛下獨不念阿忠脫縈半臂易斗麪，爲生日湯餅耶。帝憫然動容。 《唐紀》

饅頭玉柱，灌漿。皆饅頭之別稱也。縮葱侍郎。唐侯思正食龍餅，必令縮葱加肉，號縮葱侍郎，即今之饅頭也。祭瀘水。諸葛亮平蠻，回至瀘水，風浪橫起，兵不能渡。回，報亮。亮問，孟獲曰：瀘水原有蜀神爲禍，國人用七七四十九顆人頭並黑牛、白羊祭之，自然浪平波靜，境內豐熟。亮曰：吾今班師，安可妄殺，吾自有見。遂命行廚宰牛馬，和麵爲劑，塑成假人頭，眉目皆具，內以牛羊肉代之，爲言饅頭，奠於瀘水岸上，孔明祭之。祭罷，雲收霧捲，波浪平息，軍獲渡焉。 《三國志》

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部・餅》 餅。《釋名》云：餅，并也，搜麪使合并也。《說文》曰：餅，麪餈也。楊雄《方言》曰：餅謂之飥，或謂之餈，或謂之餛。徐暢《祭記》：五月麥熟，薦新，起漱白餅。崔寔《月令》曰：立秋無食，煮餅水溲餅。《前趙録》曰：胡餅，言以胡麻著之也，石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。《歸田録》云：唐人謂湯餅爲不托，今謂之餺飥。《青箱雜記》：凡以麪爲食，煮之，皆謂湯餅。盧諶祭曰：春祠用饅頭、湯餅、髓餅、牢丸，夏秋冬亦如之。夏祠別用乳餅，冬祠用環餅也。《漢書・百官表》云：少屬有湯官，主餅餌買餅。華山玉屑。細如華山玉屑，白似梁甫銀泥。既聞香而口閟，亦見色而心迷。 吳均《餅說》 秋練。弱如春綿，白若秋練，氣孜鬱以楊布，香飛散而遠遍。 東晳《餅賦》 槐牙餅。青浮卵盎槐芽餅，紅點水盤蓮葉魚。 東坡 銀線。湯餅一杯銀線亂。 山谷 瓊肌。炊製十字瓊肌香。麥隴風香。桑畴雨過羅紈膩，麥隴風來餅餌香。 荆公 餅餌。紅綾餅餌。 《唐宮閨事》 羊肝餅。洛陽人家至重陽，作羊肝餅。 《金門歲節記》 成詩。段維智嗜

煎餅，一餅熟，成一韻詩。《摭言》

類引大售。漢宣帝微時，每買餅，所從賣者輒大售。一筒餅。世祖微時，嘗以事拘于新野。樊曄爲市吏，饋餅一筒，帝不忘，仍賜御食及乘輿服物，因戲之曰：一筒餅得都尉，何如。曄頓首辭謝。《後漢書》胡餅成識。漢靈帝好胡餅，京師皆食胡餅。後董卓弄權，擁胡兵破京師之驗。《續漢書》易餅。太祖啁丁裴曰：印綬何在。曰：易餅耳。《魏略》畫餅。盧毓言有名士，如畫地爲餅，不可啖食。去餅緣。王熊鎮海東日，嘗有臺使至，爲設食。使乃裂去薄餅緣。熊怒曰：耕種收穫，其功已深，舂饗造成，用力不少。爾之選擇，嘗是未飢，命左右撤之。使者大慙。《後周記》又李英公爲相，有鄉人過宅，爲設食。客去餅緣，公責之，客大慙。《南部新書》袖餅。于闐班中有時袖餅，或遺同列。《常朝記》又楊國忠自入市，衣袖中，盛胡餅。《肅宗實録》餅拭刀。肅宗爲太子，上使割羊膀，以餅拭刀徐嚙之。上嘉曰：保福禄，當如是，愛惜。《明皇遺事》販餅。唐衡兄唐珏爲京兆尹進不由德。趙岐及從兄襲數爲貶議。珏恚恨，欲收岐。岐自匿姓名，投難北海，市中販胡餅。孫嵩見岐，疑非常人，問曰自餅耶。曰販之。嵩曰買幾錢。岐曰買三十賣亦曰十。嵩曰：視處士之狀，非賣餅者。乃多直後，載以還家。《三輔決録》珠易餅。賀知章嘗謁賣藥王老問黄白術，持一大珠遺之。老人得珠，即令易餅以與賀食。賀心念賣珠何以市餅，口不敢言。老叟曰：慳吝未除，術何由成。《原化記》鬻餅。劉伯芻巷口有鬻餅者，每嘗讴謳歌一旦。劉憐其貧，貸以萬錢，自是心計轉施，不暇唱渭城矣。賣餅自業。黄巢復入京師，於時饑民棚山谷自保，不得耕，士人或賣餅自業。贈千枚。許康年謁劉游，贈鳴牙餅千枚，雖微物，亦助厨中兩日之費。《退耕録》二儀餅。開元中，長安物價大減，兩市賣二儀餅，一錢數對。《豐年録》十字餅。曾何曾位太常，性豪奢，厨饌滋味過于王者。每燕，見不食太官所設。帝輒命取。其食蒸餅，不折作十字，不食。去皮。鄭濬以儉素知名。尹河南召生姪與之食，有蒸餅。鄭孫去皮而後食之。濬曰：皮之與中，何以異也。於是引手取棄者，鄭孫錯愕失據，奉之，濬盡食之。袖包啗。劉晏五皺入朝，時寒，中路見賣蒸胡餅，乘熱氣，使人買之，以袖包啗，謂同列曰美不可言。《隋唐嘉話》裹蒸。齊明帝儉約，太官進食，有裹蒸，嘗曰：我食此不盡，可四片破之，餘充晚食。《齊記》棄餅楊瑶光歷沔綏二州刺史，姆館孺子以餅，妻偶受而棄之垣外，人咨其廉。銀餅。宣宗賜皇澳孫宏銀餅，啗之，味甚美，皆乳酪膏腴之所爲。《摭言》東牀食餅。王羲之幼有風操，郗虞卿選婿，見羲之坦腹東牀，食胡餅，神色自若。《本傳》寒具。晉人有寒具者，乃今環餅也。桓玄以書畫與客觀之，有食寒具者，不濯手，執書畫，污之，目是不復設。設麪。明帝宗廟設麪起餅。惠一顆。王散耽學家貧，或人惠蒸餅一顆，以充一日，妻子嘗有菜色。《世傳》試何郎。何平叔面白，帝疑傅粉，試以湯餅，汗出皎然。食不托。昭宗幸鳳翔，梁軍圍之，中人相與邀遮李茂貞來路以爲生。昭宗謂茂貞曰：朕與六宮皆一日食粥，一日食不托，安能不與梁和乎。五代驛吏供餅。高元裕兄少逸出爲陝虢觀察使，中人貢峽右驛吏供餅惡，鞭之。少逸封餅以聞，宣帝怒召使者責曰：山谷間是餅豈易。具耶謫隸恭陵，申人皆斂手。玉英粉。道士持湯餅，請人云，玉英粉，服之者，七日必羽化。《廣異記》紅綾餅。唐有文喜宴，僖宗賜進士各紅綾餅一枚。徐寅詩曰：莫欺老缺殘牙齒，曾喫紅綾餅餤來。米屑餅。唐王世充爲秦王所圍城壁，而守之糧具盡，人相食，至以水泊渥去礫，取浮土揉米屑爲餅，尚書郎皆飢死。史一漿十餅。崔承慶曰：諸將皆嗜利者，以一漿十餅啖之去矣。《鎮府》餅師。寧王宅畔有賣餅者，妻甚美，王厚遺其夫而娶之。經歲，問曰頗憶餅師否。召之使見，淚下如雨，遂遣還之。

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部・飯》

飯。《春秋運斗樞》曰：粟五變，而以陽化生爲苗，秀爲禾，二變而粲謂之粟，四變，入曰米出甲，五變而烝飯可食。《説文》云：淅食，飯也。《周書》云黄帝始烝穀爲飯。《禮記》曰：膳夫掌王之食。飲食用六穀稌黍稷粱麥，雕胡也。黍稷稻粱黄粱楷穬。楷，熟稷也，穬，生稷也。《吕氏春秋》曰飯之美者玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之柜。《閑澤九章》曰：粟飯五十，糲飯七十，稗飯五十，鑿飯四十八，御飯四十二。《風土記》曰：精折米十取七八取淅使青蒸而飯色乃紫。紺下粟流水飯食與洗而除不祥土烈之。《安廋記》曰：安成郡毛亭往同亭三十里，二亭田畸膏腴，厥稻馨香，飯若凝脂。宋《東宫儀記》曰：掌侍臣常食唱飯二人。衛宏《漢舊儀》曰：齊則食，文二人旋案，陳三十六肉九穀飯。《潛夫論》云：夫粱飯食肉，有好於面目，不若糲粱藜蒸之，可食於口也。《韓子》曰：孫叔敖爲令尹，糲飯菜羹。東方朔《神異經》曰：東方有人名黄父，以鬼爲飯，以霧爲漿。崔鴻《前秦録》曰：苻堅以乞活夏默爲左鎮郎，胡人讀磨那爲右鎮郎，奄人人申香爲拂荅郎。默等身長一丈八尺，並多力善射。三人每食，飯一石肉三十斤。

魚飧。晉靈公使勇士殺趙盾，窺其户，方食只魚飧，儉也，吾不忍殺。班荆。楚伍舉將奔晉，聲子將如晉，遇之於鄭郊，班荆相與食。戒食。衛獻公戒孫文子寧惠子食，皆服而朝，日旰不召，而射鴻於囿，二子從之，不釋皮冠而與之言，二子怒。《左傳》搏飯。毋搏飯，毋放飯。搏謂欲致飽，不謙也。放去手餘飯于器中。再飯。武王侍文王再飯，亦再飯。食以禮。吾食而少，施氏食我以禮。《禮記》飯食。宰

夫掌朝覲會同賓客，以牢禮之法。飯食飧牽演，客始至所致也。殽醬。槃人掌賓客之殽醬。

《周禮》觘飯。觘飯不及壺飧。觘，大也，謂盛饌也。盛饌未具，不若壺飧之救飢也。

《國語》粱申椒。粱，精細米也，粱申椒以爲糧。唅糗。糗，麥飯也。羹芼唅糗，野人之食也，不足與論太牢之滋味。

《文選》精粱。美飯。香芹。香芹爲飯。青精飯。楊桐葉細冬青，寒食採其葉染飯，道家謂之青精乾石飢信飯，故人曰青飢飯。故杜詩云：豈無青精飲，使我顏色好。會稽菰。菰米飯也，出會稽郡。炊雕。即菰米可作飯，炊雕留上客。

六朝 雕胡飯。主人爲臣炊雕胡之飯。

宋玉賦 饘稼。餉，農也，饘稼返秋場。夜舂。夜揭糧也，鄰女夜舂寒。胡麻。香飯進胡麻。

唐詩 廣文不足。甲第紛紛厭粱肉，廣文先生飯不足。

騎歌行 炊金。炊金饌玉。

駱賓王 雲子。飯抄雲子白。落杵。粳稻熟天風，落杵光輝白。黃粱。新炊間黃粱。緣老翁。軟炊香飯緣老翁。流脂。稻米流脂粟米白。浙玉。浙玉炊香粳。玉粒。玉粒足食炊。

杜 香飯。香飯春菰米。

柳宗元 雪花。雪花凝椀白。乞食詩。飢餓驅我去，不知意何之。行行至斯里，扣門拙言辭。惑於漂母惠，愧我非信才。

溫明 王孫。沙丘無漂母，誰肯飯王孫。

李白 芳菰。芳菰精稗，霜蓄露葵。

曹植 奇稌。神皐奇稌嘉禾之惠。

陸機

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部・粥》

粥。《廣雅》曰粥，糜饘也。《釋名》曰：糜，煮米使糜爛也，粥濯於糜粥，粥然也。《周書》曰黃帝始穀爲粥。《風土記》曰：天正日南黃鐘踐長，是日，始芽動爲饘粥，以養老幼。微尚以赤豆爲糜，所象色也。《月會》云：八月養衰老，行糜粥。《天文要集》曰：下井主粥廚。郭義恭《廣志》曰：遼東赤粱曰鹽饘，粒如蟣子，魏武帝以爲御粥。《南越志》曰盧陵城中有一井，半青半黃。黃者甜滑宜作粥，色如金，似灰汁，甚芬香。《正考父鼎銘》云：饘於是粥，於是以糊余口。《說文》曰：周謂之饘宋衛謂之餬。又粥稠者曰饘，衡者曰酏。《金門歲節記》之餚。楊雄《方言》陳楚之內，相謁食麥謂之餈。曰：洛陽人家，寒食煮楊花粥。《鄴中記》曰：并州之俗，以冬至後百日爲介子推斷火，冷食三日，作乾粥，中國以爲寒食。【略】屑榆粥。陽城歲飢不過，隣里屑榆爲粥。齕焦。尹吉甫仕至上卿，其家大富，食口數百人。時，歲大饑，曾鼎簋作粥，嗷聲聞數里。食訖，失三十人乃在鍍中齕取焦粥而已。

《涼州異志》 辦粥。石崇作豆粥，咄嗟便辦每冬得韭萍虀。王愷密問其帳下云，豆至難熟，豫作熟豆。客來，但作白粥，投之。韭萍虀是揩韭根，揉以麥苗耳。

《錄異》 羅閣。高昌僻土有異於華，寒服冷水，暑啜羅閣。

供饘。顏回有負郭田五十畝足以供饘粥

《家語》 散豆粥。梁任昉爲義興太守，歲荒，散私俸以米豆爲粥，活三千餘人。

《梁書》 進豆粥。光武自薊東馳至饒陽蕪蔞亭，天寒，衆皆餓疲。馮異上豆粥。明旦，光武曰：昨得公孫豆粥，飢寒俱解。

《漢書》 白粥。吕方毅葬母，通人郎餘令以白粥、玄酒、生薤祭路隅。口香七日。白居易在翰林賜防風粥一椀，食之，口香七日。

《金鑾密記》 食粥。唐昭宗在鳳翔爲梁兵所圍，天子食粥。

《食貨志》【略】

蔣一葵《長安客話》卷二《皇都雜記》

餅

水瀹而食者皆爲湯餅。今蝴蝶麪、水滑麪、托掌麪、切麪、掛麪、餺飥、餛飩、合絡、撥魚、冷淘、温淘、禿禿麻失之類是也。水滑麪、切麪、掛麪亦名索餅。籠蒸而食者皆爲籠餅，亦曰炊餅。今畢羅、蒸餅、蒸卷、饅頭、包子、兜子之類是也。鑪熟而食者皆爲胡餅。今燒餅、麻餅、薄脆、酥餅、髓餅、火燒之類是也。

俞安期《唐類函》卷一七六《食物部一・飯一初學記》

按叙：《春秋運斗樞》曰：粟五變，以陽化生而爲苗，秀爲禾，三變而粢，謂之粟，四變入臼米出甲，五變而蒸飯可食。《周書》曰：黃帝始蒸穀爲飯。《禮記》曰：膳夫掌王之食飲，食，飯也。飲，酒漿也。食用六穀，稌黍、稷、粱、麥、菰蓏、雕胡。黍、稷、稻、粱、黃粱、稗穊。稗音酹，熟穫也。穊音陽，聊反生，穫也。《吕氏春秋》曰：飯之美者玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。闕澤《九章》曰：粟飯五十，糲飯七十，稗飯五十，糲飯四十八，御飯四十二。《風土記》曰：精折米十取七八，取淅使青，蒸而飯色乃紫紺，於東流水飯食，與洗而除不祥。王烈之《安成記》曰：安成郡毛亭往同亭三十里，二亭田疇膏腴，厥稻馨香，飯若凝脂。《周禮》曰：凡食眡春時。飯宜温，齊程調。宋《東宫儀記》曰掌侍臣常食唱飯二人。《禮記》曰：毋摶飯，毋放飯，毋流歠，毋揚飯，飯黍毋以箸。衛宏《漢書儀》曰：齊則食文，二人旋案，陳三十六肉九穀飯。《潛夫論》云：夫粱飯食肉有好於面目，不若糲粱藜蒸之可食於口也。韓子曰：孫叔敖爲令尹，糲飯菜羹。《晏子春秋》曰：晏子相齊，食脱粟飯。宗躬《孝子傳》曰：吴人陳遺爲郡吏，母好食鍋底焦飯，遺任役恒帶一囊，每煮食取焦者以貽母。東方朔《神異記》曰：東方有人名黃父，以鬼爲飯，以霧爲漿。崔鴻《前秦録》曰：苻堅以乞活夏默爲左鎮郎，胡人護磨那爲右鎮郎，奄人申香爲拂蓋郎。默等身長一丈八尺，並多力善射，三人每食飯一石、肉三十觔。事對：芳菰，奇稌。曹植《七啓》曰：芳菰精稗，霜蓄露葵。陸機《上徵》曰：神皐奇稌，嘉禾之穗。含滋發馨，素顥王鋭。精粱，濡潤。《左傳》曰：大羹不致，粢食不糞。杜預注曰：

不，精鑿也。傅巽《七誨》曰：孟冬香稌上秋，膏粱雕胡菰子，丹具東牆，滿潤細滑，流澤芬芳。脫粟，折秔。《漢書》曰：公孫弘爲丞相封侯，食一肉脫粟之飯。魚豢《魏略》曰：太祖嘲王郎曰：不能效君昔在會稽折秔米飯。朗曰：適宜實難如朗，昔者未可折而折，明公今日可折乃不折。饛簋，陪鼎。毛詩曰：有饛簋餐，有捄棘匕。毛萇注曰：饛滿簋，貌餐熟食。左傳曰：宴有好貨，食有陪鼎，禮之至也。大粱之黍，不周之粟。張協《七命》曰：大粱之黍，御宿素粲，瓜州紅麴，參糅相半，軟滑膏潤，入口流散。下詳滿潤注。南海之秬，東湖之菰。上詳叙事。徐幹《七喻》曰：西旅遊梁，瓊山之米，唐稷播其根，農帝嘗其華，下詳叙事。西旅，東牆。王粲《七釋》曰：南土之秔，東湖之菰。

俞安期《唐類函》卷一七六《食物部一・飯二北堂書鈔》

粒各自分。《釋名》云：餔，分也，粟粒各自分也。案：餔，音分，半烝飯也。成熟爲飯。《論衡》云：穀之始熟曰粟，舂之於臼最臼去其糠，蒸於釜甑，舉之以火，成熟爲飯，乃其可食也。雕胡。宋玉《諷賦》云：正人之女爲臣炊雕胡之飯，烹露葵之羹，來勸臣食。案：《西京雜記》云：菰之有米者，長安人謂爲雕胡。又云會稽人顧翱少失父，事母至孝，好食雕胡飯，常帥子女躬自採撫。精稗。見初學記。菰粱。劉梁《七舉》云：菰粱之飯，入口叢流，送以熊蹯，咽以豹胎。黃英。劉公幹《清虛賦》云：虞氏之饗，火珠之甑，炊嘉禾之米，和黃英之飯。紅麴。潘尼《釣賦》云：紅麴之飯，糅以菰粱，五味道治，餘氣芬芳。粉粱。傅毅《七激》云：鳧鶴之羹，粉粱之飯。蠱飯。謝承《後漢書》云：司馬苞字仲咸，爲太尉，常食蠱飯。乾飯。又云：胡劭爲淮南太守，使鈴下閣外炊，暴作乾飯，閣內不設釜甑。麥飯。范曄《後漢書》曰：世祖至南宮，遇大風雨，引申入道傍空舍，對竈燎衣，馬異進麥飯充飢。豆飯。應璩新詩云：竈下炊牛矢，甑中共立餐。椹飯。《吳書》云：袁術在壽春，百姓飢窮，以桑椹蝗蟲爲乾飯。橡飯。郭孔舒《在窮記》云：舒到宛墓下，彭城王送橡飯十斛。糲麵若霜。傅玄《七謨》云：雕胡之粢，糅以雍粱，香秔九折，糲麵若霜。杜預《七規》云菰糧雪累，斑鱗錦文。萬鑿百陶。崔駰《七依》云：萬鑿百陶，精細如蟻。既滑且香。桓驎《七說》云：新城之秔，雍丘之粱，重穆代熟，既滑且香，稗細麵精，芳菲異糧。縹粒赤身。孔煒《七引》云：芳秔雕胡，縹粒赤身，辭秬方類，絶域累臻。玄山之粱，不周之稻。崔駰《七依》。陽山之穄，九期之禾。劉劭《七華》。會稽之菰，冀野之粱。張衡《七辨》。鮮若朝雪。孫敏《七誘》云：鏤盤簋丹，實以餘粱，鮮若朝雪，流躍飛芳。散如細蟻。桓驎《七說》云：香箕爲飯，雜以粳菰，散如細蟻，聚似凝霜。釋之叟叟，烝之浮浮。《毛詩傳》曰：釋淅米也，叟叟聲也，浮浮氣也。箋云：釋之烝之以爲酒，汲簋簋之實。膏液黃柔，潤潤流芳。傅玄《七謨》。御宿青穄。王粲《七釋》云：乃有西旅遊粱，御宿青穄。河內青稻。袁子云：河內青稻，新城芳悅，雕胡維弱，游粱精美。【略】精瓊靡以爲粮。《楚辭》案注云：精，鑿也。靡，屑也。粮，糧也。言精鑿玉屑以爲飲。屑瑶蘂以爲糧。張衡《思玄賦》云：屑瑶蘂以爲糧兮，斟白水以爲漿。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・粥一》

張揖《廣雅》曰：粥，糜饘也。《釋名》曰：糜，煮米使糜爛也。粥溦於糜，粥粥然也。《周書》曰：黃帝始烹穀爲粥。《風土記》曰：天正日南，黃鐘踐長，是日始牙動，爲饘粥以養幼。俗尚以赤豆爲糜，所以象色也。《天文要集》曰：玉井主粥廚。郭義恭《廣志》曰：遼東赤粱，魏武帝以爲御粥。《南越志》曰：盧陵城中有井，半青半黃，黃者甜滑宜作粥，色如金，似灰汁甚芬馨。《左傳》曰：正考父鼎銘云：饘於是粥，於是以糊余口。《說文》曰：周謂之饘，宋衛謂之餬。楊雄《方言》：陳楚之內，相謁食之餔。麥，謂之蕎。扶昧反。《鄴中記》曰：并州之俗，以冬至日後百日爲介子推斷火，冷食三日作乾粥，中國以爲寒食。《涼州異物志》曰：高昌僻土有異於華，寒服冷水，暑啜羅蔔。郡人呼粥。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・餅一藝文類聚》

《漢書》曰：宣帝微時，每買餅，所從買家輒大售，亦以自怪。《三輔舊事》曰：太上不樂關中，高祖徙豐沛，居兒沽酒賣餅，商人立爲新豐縣，故一縣多小人。《三輔決録》曰：趙岐避難至北海，於市中販胡餅。孫嵩乘犢車入市，見岐，疑非常人，問曰：自有餅耶。曰：販之。嵩曰：買幾錢賣幾錢。岐曰：買三十賣亦三十。嵩曰：視處士之狀，非賣餅者。乃開車後，載還家。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・餅二初學記》

劉熙《釋名》云：餅，并也，搜麥麵使合并也。胡餅言以胡麻著之也。《說文》曰：餅，麵餈也。楊雄《方言》曰：餅謂之飥，或謂之餈，或謂之餌。徐暢《祭記》：五月麥熟薦新，作起溦白餅。崔寔《四民月令》曰：立秋無食煮餅及水溲餅。崔鴻《前趙録》曰：石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。事對：下乳，曼頭。范江祠制曰：夏薦下乳餅臛，孟秋下雀瑞，孟冬祭下水引。盧諶《祭法》曰：春祠用曼頭，餳餅、髓餅、牢丸，夏秋冬亦如之。夏祠《方言》曰：餅謂之飥，或謂之餈，或謂之餌。徐暢《祭記》：五月麥熟薦新，作起溦白餅。崔寔《四民月令》曰：立秋無食煮餅及水溲餅。崔鴻《前趙録》曰：石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。事對：下乳，曼頭。范江祠制曰：夏薦下乳餅臛，孟秋下雀瑞，孟冬祭下水引。盧諶《祭法》曰：春祠用曼頭，餳餅、髓餅、牢丸，夏秋冬亦如之。夏祠別用乳餅，冬祠用環餅也。麵起，水引。薤子顯《齊書》曰：永明九年正月，詔太廟四時祭，薦宣皇帝麵起餅。又曰：子戢爲司徒左長史，太祖爲領軍，與戢來往，數置歡宴，上好水引餅，戢令婦女躬自執事以設上焉。十字，一笥。《毛詩傳》曰：釋淅米也，叟叟聲也，作十字不食。《東觀漢記》曰：光武問第五倫曰：聞卿爲市掾，有人遺卿母一笥餅，知從外來奪之，母遂探口餅出之。倫對曰：實無此，衆人以臣愚蔽，故爲出此言者也。薄夜　亥曰

荀氏四時列饌傳曰：春祠有頭餅，夏祠以薄夜代曼頭，無能作以白環餅。《雜五行書》曰：十月亥日食餅，令人無病。進壺公，遺王悅。葛洪《神仙傳》曰：壺公者，從遠方來賣藥，常懸一壺於坐上，每日入後跳入壺。市掾費長房於樓上見之，知非常人也，身爲掃除并進餅，公令長房共跳入壺，但見樓觀五色重門閣道，侍者數十人。謝焯宋《拾遺記》曰：鄧琬王悅少厲清操亮，有風檢，爲吏部郎。鄰省有會同者遺悅餅一甌，辭竟不受曰：所費誠復小小，然少來不欲當人之惠。劉子揚知鹽，何平叔疑粉。皇甫謐《玄晏春秋》曰：衛倫以郎應會，於京師過，予而論及於味，倫稱魏故侍中劉子鬱食餅知鹽生精味之至也。予曰：昔師曠識勞薪，易牙別淄澠，子揚之妙抑未乎。倫曰：晉師曠，易牙，古之精也，魏之子揚今之妙子何間焉。《語林》曰：何平叔美姿儀，面絶白，魏文帝疑其著粉。後正夏月，喚乘輿熱餅，既噉之汗出，隨以朱衣自拭，色轉皎潔，帝始信之。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・糗北堂書鈔》 菰葉裹黍。《風俗記》云：俗以菰葉裹黍米，煮令爛熟，於五月五日及夏至日啖之，一名糗，一名角黍。竹筒貯米。《續齊諧記》云：屈原以五月投汨羅而死，楚人哀之，每至此日，取竹筒貯米，投以祭之。汨羅遺風。漢建武中，長沙區回於五月五日。忽見士人自稱三閭大夫，謂回曰：君當見祭，但常年所遺，俱爲蛟龍所竊。今君惠可以練樹葉塞其上，以彩絲纏縛之，此二物蛟龍所憚也。回謹依旨。今世人五日作糭并帶練葉及五彩絲，肯汨羅之遺風。南土所珍。《宋書》云：後魏太祖至彭城求酒并甘橘，孝武帝致螺盃灘糭。盧循遣糭。《晉書》云：廣州刺史盧循遣使遺劉裕益智糭，裕荅以續命湯。李彪設糭。《齊書》云：范雲永明十年使魏，魏人李彪宣命至，雲見彪美，設甘蔗甘糭。《隨書》復益。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・粔籹北堂書鈔》 蜜作粔籹。《楚辭》云：粔籹蜜餌有餦餭。注曰：粔籹，環餅也，吳謂之膏環，亦謂之寒具。餦餭，餳也，言以蜜和米麪煎煮作粔籹，擩黍作餌，又有美餳，衆味甘美也。箸刺粔籹。《異苑》云：張驥永初中喪於都，司馬茂往哭，見驥憑几而坐，以箸刺粔籹食之。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・麵北堂書鈔》 麥末。《說文》云：麪，麥末也，彌箭切。麥屑。《韻學集成》云：麪，莫見切，麥細屑也，亦作麪，麪今作麵。麵肉。王郎上起。蕭子顯《齊書》曰：永明九年正月，詔：太廟四時祭薦，宣皇帝麵起餅。麵肉。王郎上劉纂等楢蒲曰：左中郎樂林得纂麵肉，共啖湯餅。搜麵。《釋名》云：餅搜麵，使合并也。麵資。《說文》曰：餅，麵資也。桄榔麵。《蜀都賦》云：麵有桄榔。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・麩北堂書鈔》 煮麥曰麩。《釋名》云：煮麥曰麩，麩，鬲也，煮熟則鬲壞也。甘麩殊美。《急就章》云：甘麩殊美奏諸君。案：《倉頡解詁》曰：麩，煮麥也。又《說文》曰：麩來，麩麥也。

楊淙《群書考索古今事文玉屑》卷二一《飲食門》 麵爲食煮之，皆謂湯。寒具。晉人有寒具者，乃今環餅也。桓玄以書畫與客觀之，有食寒具者，不灑手，執書畫污之，自是不誤。炊餅。陸放翁詩玉塵出磨飛屋粱，銀絲入釜須臾湯。寒醅發劑炊餅裂，新麻壓油寒且香。十字餅。晉何曾位太常，性豪奢，廚饌滋味過於王者。每燕見不食大官所設。帝輒命取其食蒸餅，不折作十字不食。縮葱侍郎。侯思正食龍餅，必令縮葱加肉，號縮葱侍郎。即今之饅頭也。東牀食餅。晉王羲之幼有風操，郗虞卿選婿，見羲之坦腹東牀食胡餅，神色自如。買餅大售。漢宣帝微時，每買餅所從買家輒人售。○出《漢書》胡餅成識。漢靈帝好胡餅，京師皆食胡餅。後董卓擁胡兵破京師之驗。○又石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。賜熱湯餅。何晏美姿容，魏文帝疑之，以爲傅粉。夏月，賜熱湯餅，拭汗而容愈潔。《世說》紅綾餅餚。唐僖宗幸南內，興慶池泛舟，方食餅餚。時進士在曲江有聞喜宴，上命御廚依人數各賜紅綾餅餚。所司以金盒盛進，上命中官馳以賜。故徐演詩云：莫嫌老缺殘牙齒，曾喫紅綾餅餚來。○以紅綾束餅餚故名。知章易餅。賀知章謁賓客王老，問黃白術，持一美珠遺之。老人得珠，即令買餅與賀共食。賀心念實珠何以易餅。老人曰：憐客未除，術何由成。米屑爲餅。唐王世充爲秦王所圍糧盡，以水澒泥取浮土揉米屑爲餅食之，尚書郎皆餓死。責子啖餅。隋庫狄士文爲具州刺史，其子啖官廚餅，枷之，杖二百餅。生曰湯餅。唐玄宗后王氏以愛弛不自安，泣曰：陸下不念阿忠脫紫臂易斗麵爲生日湯餅邪。趙岐賣餅。趙岐逃難四方，匿姓名賣餅北海市中。長文嚼餅。晉王長文閤爲別駕不就，後於成都市蹲踞嚼胡餅。刺史知其不屈，以禮遣之。彥回却餅。齊褚彥回爲宋吏部尚書，有人求官，將金一餅送之，彥回不受。畫餅。魏明帝詔盧毓曰：有名士如畫地爲餅，不可啖食。

李贄《雅笑》卷三《粔籹粧粈》 今人書梳妝字，類作粔籹字，而不知其誤。按：粔籹音米。宋玉《招魂》云：粔籹蜜餌有餦餭。注：粔籹即環餅也。唐時重九作糍粔，然則與梳妝何與而渾作耶。蓋妝粈二字通用，既誤其莊旁米，又誤其爿旁女，遂混而書作粔耳。其實粔自粔，妝自妝也。

彭儼《五侯鯖》卷一二《飲食門・粉米》 糲米一石舂至九斗爲粺，八斗爲蘩，七斗爲御。白粲擇米使白。扁米糊，虞悰獻世祖。黃兒，以黃米爲粉團棗蒸。黑兒，蕎麥麪。粉餈，粉餌皆糕。菜粉解菽皆豆粉。

陳耀文《天中記》卷五《端午》 角黍。仲夏端五，烹鶩角黍。端，初也，謂五月初五日也。俗重五日與夏至同。令熟，節日啖。煮肥龜極爛，去骨加鹽豉、蒜蓼，名菹龜粘米，一名糗，一曰角黍，蓋取陰陽尚包裹，未分之象也。龜骨表肉裏，陽內陰外之形，取以贊時也。《風土記》

陳耀文《天中記》卷五《端午》 射粉團角黍。開元，宮中端午造粉團角黍，貯金盤中，以小角造弓子，纖妙可愛，架箭射盤中團粉，中者得食。蓋粉團滑膩而難射也，都中盛行此戲。《天寶遺事》端午作水團，又名白團，或雜五色人獸花果之狀。其精者名滴粉團，或加麝香。又有乾團不入水者。《歲時記》

陳耀文《天中記》卷五《九月九日》 麻葛糕。膳部節日食料九月九日麻葛糕。《會典》

陳耀文《天中記》卷五《冬至》 作赤豆粥。《荊州歲時記》曰：十一月冬至日，作赤豆粥。注：共工氏有不才之子，以冬至死爲疫鬼，畏赤小豆，故冬至日作赤豆粥以禳之。

陳耀文《天中記》卷四五《豆》 黑豆屑。黃巢未入京師時，都人以黃米及黑豆屑蒸食之，謂之黃賊打黑賊。《五行志》

陳耀文《天中記》卷四六《粥》 烹穀。黃帝始烹穀爲粥。《周禮》粥，糜也。餬，饘也。《爾雅》糜煮使糜爛也，粥濯於糜粥然也。寒粥，米投寒水中也。《釋名》餬口。正考父鼎銘云：饘於是粥，於是以餬余口。《左傳》

蕪蓌豆粥。光武爲王郎追至蕪蓌亭，馮異上豆粥一椀。明日，上謂諸將曰：昨得公孫豆粥，飢寒俱解。《後漢》

廩賦不實。帝在長安，穀一斛五十餘萬。帝使侍御史侯汶，出太倉米豆爲飢民作糜粥，死者不絕。帝疑廩賦不實，勑取米豆五升於御前作糜，得滿兩盆。詔杖汶五十。《漢文帝傳》

薄粥共啜。臧洪爲青州刺史，爲袁紹所圍，糧食已盡。初尚掘鼠煮筋角，後無可復食。廚有米三升，主簿啓進內，稍以爲糜粥。洪歎曰：吾獨食此何爲。命作薄粥，與共啜之。《九州春秋》

作糜食飢。李壽作糜以食飢者，而不自名。《吳錄》

作粥以待賊。杜弢下蜀人飢，陶侃多作粥以待之，於是悉降。王隱晉書

麭粥不下。桓玄敗走，承石進以麭粥，咽不能下。《晉安帝記》

屑麴供帝。愍帝建興四年十月，京師饑甚，米斗金二兩，人相食，死者太半。太倉有麴數十斛，麴允屑爲粥以供帝。《晉記》

日食麥粥。張昭弟乾，字玄明，聰敏好學，亦有至性。父卒，兄弟日唯食一升麥屑粥。《陳書》

州門造粥。楊逸爲光州刺史時，災儉連歲，逸欲以倉粟賑給，而所司懼罪不敢。逸曰：國以人爲本，人以食爲命，假令以此獲戾，吾所甘心。遂出粟。然後中表右僕射元羅，以下謂公儲難闕，並執不許。尚書令臨淮王彧以爲宜貸二萬，詔聽貸五萬。逸既出粟之後，其老小殘疾不能自存活者，又於州門造粥飼之。將死而得濟者以萬數。帝聞而善逸。

家粟造粥。韋胄字遵顯，少有志業，年十八辟州主簿。時屬歲儉胄，以家粟造粥以飼飢人，所活甚衆。【略】

屑榆。陽城歲飢，屏跡不過。隣里屑榆爲粥，講論不輟。《新唐》【略】

青精飯。杜詩：豈無青精飯，使我顏色好。青精飯，一名南天燭，又曰墨飯草，以其可染墨飯也，道家謂之青精飯。

陳耀文《天中記》卷四六《餅》 改名胡餅。石勒諱胡，胡物皆改名。胡餅曰搏鑪，石虎改曰麻餅。《趙録》【略】

餅作十字。何曾性奢豪，務在華侈，幃帳車服，窮極綺麗。廚膳滋味，過於王者。每燕見，不食大食官所設，而不命。取其食，蒸餅上不坼作十字，不食。

【略】

水引餅。何戢爲司徒左長史，太祖爲領軍。與戢來往，復置歡宴。上好水引餅，戢令婦女躬自執事以設上焉。《齊書》

折裂方食。石虎好食蒸餅，常以乾棗、胡桃瓤爲心蒸之，便坼裂方食。及爲冉閔所篡幽廢，思其不裂者，不可得。《趙録》

設豆餅。庫狄連冬至日親表稱賀，其妻爲設豆餅。連問此豆餅何處得來。妻對曰：於食中減。連大怒。《北齊書》

五色餅。刻木蓮花，藉禽獸形，按成之，累積五色。《酉陽雜俎》

玉英粉。有道人持湯餅語人曰：此玉英粉，食之七日當羽化。《廣異記》

于慎行《穀山筆麈》卷一四《雜解》 玄宗出奔，日中未食，楊國忠自市胡餅以獻。解曰：胡餅，今之蒸餅。言以胡麻着之也，即今之燒餅耳。

于慎行《穀山筆麈》卷一四《雜解》 《南史》宋明帝志慕節儉，大官常進裹

蒸。上曰我食此不盡，可四破之，餘充晚食。裹蒸者，以糖和糕米，入香藥松子等物，以竹籜裹而蒸之，即今之角黍也。

宇文護殺周主，置毒糖餡。糖餡，丸餅也，即今元宵子耳。

陳懋學《事言要玄事集》卷四《餅》 唐，□□人脩邊之食，糗餌粉餈。鄭康成注：二物皆米粉黍粉所合蒸曰餌，爲餅曰餈，即糕也。

《釋名》餅，并也，溲麪使合并也，胡餅作之大漫沍也，亦言以胡麻著上也。蒸餅、湯餅、蝎餅、髓餅、金餅、索餅之屬，皆隨形而名之也。方言餅謂之飥，或謂之餛飩，或謂之餛。

《魏志》嚴翰字公，仲學問，特善春秋公羊。司隸鍾繇不好公羊而好左氏，謂左氏爲太官，而謂公羊爲賣餅家。

晉束晳《餅賦》三春之初，饅頭《小說》：孔明征孟獲，人曰蠻地多邪，殺人首祭神，則兵利。孔明雜以羊豕之肉，以麪包之，以像人頭，後人由之。宜設。炎律方回，莫若薄持。商風既厲，起溲可施。玄冬猛寒，湯餅爲最。四時皆宜唯牢丸。《歸田録》惟饅頭名存薄椅亦曰薄夜湯餅，温麪也，起溲。牢丸，莫曉何物。升菴云：東坡詩以牢丸具對真一酒，誠工矣。而雜俎引伊尹書有範上牢丸、湯中牢丸。

《北史》王羆鎮河東，日嘗有臺使至，爲設食使，乃使裂去薄餅緣。羆怒曰：耕種收穫，其功已深，舂爨造成，用力不少，爾之選擇，當是未饑。命左右撤之。使者大慙。書籍謝人謁食曰：時損豐餡。又曰芳飪。見何曾傳。

《尚書故實》《晉書》中有飲食名寒具者，後於《齊民要術》并《食經》中檢得，是今所謂環餅也。《雞跖集》：桓玄喜書畫，客有不灌手所執書帙者，偶溷之後遂不設。許云環餅也，疑饊子也。劉禹錫《寒具詩》：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黃深。夜來春睡無輕重，壓遍佳人繡臂金。

《隋唐嘉話》劉晏五鼓入朝，時寒中，路見賣蒸胡處，熱氣騰輝，使使人買，以袍袖包裹底啗之，謂同列美不可言。

《湘素雜記》煮餅其來久矣。按《後漢·梁冀傳》云：進炰加煮餅。又齊高帝好食水引餅。《倦游録》乃謂今人呼煮麪爲湯餅，誤矣。余謂凡以麪爲食具者，皆謂之餅。故火燒而食者，呼爲燒餅。水瀹而食者，呼爲湯餅。籠蒸而食者，呼爲蒸餅。而饅頭謂之籠餅是也。晉何曾蒸餅上不折十字則不食。《僉載》：侯思正食籠餅，必令縮慈加肉，號縮慈侍郎，今饅頭。

《本事詩》劉伯芻巷口有鬻餅者，每當壚謳歌一曰。劉憐其貧，贍以萬錢，自是不聞歌聲，心計轉飣，不暇唱渭城矣。

《詩話》唐御食紅綾餅餤爲上。光化中，放進士裝格等二十八人燕於曲江，勅大官賜餅餤二十八枚而已。《西陽雜俎》：衣冠家有蕭家餛飩，庾家粽子，韓約櫻桃餲鱠，又有胡突綿、糜皮索餅之類爲名，食亦紅綾餅餤等也。《升菴集》：文公刘麥詩：霞觴幸自詩真一，垂鉢何須問餲饙。《集韻》：餲饙，修食也，今北人呼爲波波，南人誤爲磨磨。

程良孺《讀書攷定》卷二〇《飲食上》 精鑿

儒書以精鑿喻學精鑿，皆言米也。穀一石得米六斗爲糲，一石五斗爲穀，得四斗爲鑿，得三斗爲精。精之爲字從米，爲義從青，爲聲古文作晶，象三米之形，尤見意義。佛書以醍醐之教，喻于佛性從乳出酪，從酪出酥，出熟從熟酥，出醍醐也。

又

《説文》：鑿米一斛，舂爲九斗，曰鑿。《詩》：召旻彼疏斯粺。鄭云：疏麤糲米。米之率，糲十粺九鑿八侍御七。又《九章算法》云，粟五十爲糲，三十粺，二十七鑿，二十四御，二十一皆三之一也。或云粟一斛爲糲米九斗，舂糲一斗爲粺九升，又去爲鑿，則八升米之細者，乃窮於御，通作鑿。《左傳》：粢食不鑿，監韻舊註鮮明貌誤矣。

麤糲

糲音辣，《後漢書·伏湛傳》：一穀不登，國君徹膳。今民皆饑，奈何歌飽，乃共食麤糲。注：糲，麤米也。《九章算術》曰：粟五十，糲米三十，一斛粟得六斗米爲糲也。杜詩：百年麤糲腐儒飡。正用此。今世俗言麤糲者，聽其音則是，問其字則不知，及見糲字則反讀爲厲矣。

稃

《字書》：稃，麤糠也。《爾雅》：穀皮也。李巡曰：秬是黑黍之大名，秠是黑黍中之有二米者，別名稃，亦皮也。按百穀之中，一稃二米，唯麥爲然。《説文》解秠字，一稃二米。而解來字云，來麰，一來二縫是秠，正此來麰爾。古者來、麰、秠三字相通。鄭註以秠稃皆解，爲皮，失之矣。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 湯餅

湯餅，唐人謂之餺飥。東晳《餅賦》有饅頭、薄持、起溲、牢九之號，惟饅至今名存，而起溲牢九皆莫曉爲何物。薄持，荀氏又謂之薄夜，不知何物也。《筆談》云，生日包湯餅，則世所謂長命麵者也。

餕餡

京師食店賣酸餡者，皆大出牌榜於通衢。俚俗昧於字法，轉酸從食，轉餡從酉。滑稽子謂人曰，彼家所賣餕餡，不知何物。

饅頭

蠻地以人頭祭神，諸葛之征孟獲，命以麪包肉爲人頭以祭之，爲之蠻頭，今人訛而爲饅頭也。古人寒食用桐楊葉染飯青色以祭，資陽氣也。今變而爲青白團子，唐人呼饅頭爲籠餅。

牢丸

東晳《餅賦》有牢丸之目，蓋食具名也。東坡詩以牢九具對真一酒，誠工矣，然不知爲何物。後見《酉陽雜俎》引伊尹書有籠上牢丸，湯中牢丸。丸字詩人貪奇趣韻，而不知其誤，雖東坡亦不能免。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 煮餅

煮餅其來久矣，後漢梁冀傳進鴆加煮餅。又齊高帝好食水引餅。《倦遊録》乃謂今人呼煮麪爲湯餅，誤矣。余謂凡以麪爲食具者，皆謂之餅，故火燒而食者呼爲燒餅，水瀹而食者呼爲湯餅，籠蒸而食者呼爲蒸餅，則饅頭之籠餅是也。

鬪釘

《食經》：五色小餅作花卉禽獸琢寶形。按：抑成之盒中累積，名曰鬪釘。今人猶云釘果盒、釘春盛是也。俗云作鬪釘非。

餛飩

《續釋常談》引《資暇録》云：餛飩以象渾沌，不正書，渾沌從食不載故事，《事物紀原》并無此名。《唐逸史》載李宗回客，知人飲饌，將同謁華陰令。客曰與公喫五般餛飩，及見果然。《酉陽雜俎》云今衣冠家有蕭家餛飩，漉去湯肥，可以瀹茗，是舊有此名。《本草》載艾葉療一切鬼氣，炒作餛飩，吞三五枚以飯壓之，取渾沌之義。信矣，俱從食邊何耶。

程良儒《茹古略集》卷二三《飯》 蓋聞之《呂覽》飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬，五變而蒸，遡化生于陽氣。《運斗》十取而淅事祓，除于土宜。《風記》鮮如朝雪，七香若凝脂。《安成記》濡耶潤耶。七海精之粲之。《左》漿人所掌。記宰夫是司。《周禮》攤以午睡。李白眠之春晡。《周禮》侈之者曰精瓊靡。《楚辭》而屑瑶蘂，《思玄賦》

程良儒《茹古略集》卷二三《餅》 余讀禮，仲春之月，天子食麥而朝事之。內則諸饌不説餅，然則雖云食麥而未有麪也。賦昉古進自梁冀，嗜自齊高，謂煮爲水引，洵有誤矣。以麪爲食具，有通解乎。俱《湘素雜記》故曰：細如華山玉屑，白似梁甫銀泥。注既聞香而口抮，亦見色而心迷。吴均《餅説》。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》 薦祠

春祠餳餅、髓餅、牢丸，夏薦乳餅，秋薦雀瑞餅，冬薦白環餅。

櫻桃餲饐

名食有蕭家餲餌，法云其湯不肥，可以瀹茗。庾家淙子白瑩如玉。韓約作櫻桃餲饐，其色不變。

扁米棚

世祖幸芳林園就，虞侍中悰求扁米棚，大官鼎味不及也。後體不快，虞獻醒酒鮓鮓一方。

土餅

祥祠樂榮山，其土香美，以作餅可食，輒婦嗜之。

聚香團

揚州太守仲端畏妻，不敢延客。謝庭皓謁之，坐久，饑甚，端入内，袖聚香團啗之。

透花餈靈沙膩

吴興米炊之甑香，白馬豆食之齒醉。號國夫人廚吏鄧連以此米擣爲透花餈，以豆洗皮作靈沙膩，以供翠鴛堂。

軟棗羔

宣慈寺每求化人，先留食軟棗羔。柳尚書來方食羔，伸疏求書。尚書亟解，連帶緋袍鏁子魚袋施之。

餛飩粔籹

《周禮》注：祭用麷蔞，即俗人所謂寒具，《楚詞》所謂餛飩，即今之油饊，其遺法也。若粔籹乃蜜麵之。乾者，十月間爐餅也。

吴之俊《獅山掌録》卷三《挈壺部》 粉丸

羿因嫦娥奔月，思惟成疾。忽見童子教以於正月十五，用米粉作丸，團團如月，置室西北方，呼嫦娥之名。如此者，三夕，果降爲夫婦如初。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

棗核中空

楊娗遊王錸家，食一物如棗核而中空，其實麵也。娗詢其法，錸笑而不言。

剪刀麵月兒羹

柳公權作錦糚書以進，上方御剪刀麵、月兒羹，即命分賜。

欖屑餅

交趾有欖木，其内有白麵屑，就水淋之，可作餅。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

乳田

韶陽有乳田，謂掘地成窖，鋪粳米粉實之，罨以草，壅以肥壤。候雨過氣出，視其粉已變蛹。取之作汁，再以粉漬而蒸，成乳也。

碧麥紫米

唐元和，大軫國獻碧麥紫米。麥形大於中華之粒，而表裏俱碧香氣如粳米。食之久，可御風。紫米類苣蕖，炊之一升，可得飯一斗。食之，髭髮縝黑，久則後天不老。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

水引餅

齊太祖好食水引餅，何戢令婦女躬自執事，以設上焉。

玉英粉

有道人持得餅語人曰：此玉英粉，食之，七日當羽化。

桂蠹

陸賈使南越，得桂蠹一缶以獻。蠹是桂中蟲，以食桂故味辛香，漬以蜜可食。

河東飯

晉王窮追，汴師糧運不繼，蒸栗以食，軍中遂呼栗爲河東飯。

菱米飯

魚弘述職西上，道中採菱，作菱米飯以給所部。弘度之，後人見一菱不得。

程良孺《讀書攷定》卷二〇《飲食上》

百穀

《尚書》、《周易》、《毛詩》俱有百穀之稱。《周禮》乃有九穀、六穀、五穀之稱。後世言及穀，必以五爲數，所謂六與九無及焉。《星經》列星圖乃又有八穀、八星之説。穀者，衆種名也。九穀者，鄭司農《周禮注》稷、黍、秫、稻、麻、大小豆、大小麥也。六穀者，據《周禮》殆是禾麥黍稻粟菽，而鄭司農以爲稻黍稷粱麥菰也。五穀者，禾麻菽麥豆也，或云麻麥黍稷豆也，又云黍稷稷麥稻菽也。八穀者，《星經》注黍稷稻粱麻菽麥烏麻也。《列星圖》載八星一主稻，二主黍，三主大麥，四主大豆，五主豆，六主小麥，七主粟，八主麻子，則所謂八穀者此也。《詩·甫田篇》黍稷稻粱，四物並稱，後人不當云其爲某之總名，既以某爲總名，則黍稷與粱菽與豆不當並立爲穀數也。《古今注》：稻之黏者爲秫，禾之黏者爲黍。據此而論，穀數之所取者，不免于複。

程良孺《讀書攷定》卷二〇《飲食上》

麥麵

今呼麥麨爲來牟，或曰牟粉，皆非也。《廣雅》：麰爲小麥，然則來牟自是兩物。《説文》：大麥，牟也。牟一作麰，又作麳，周之所以受瑞麥。來牟即今麰麥。按：小麥生於桃後，二百四十日秀之，後六十日成。秋種冬長，春秀夏實，且四時之氣，兼有寒温熱冷，故小麥性微寒，以爲麵則温，麨則熱，麩則冷。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

點心

世俗例以早晨小食爲點心，自唐時已有此語。按：唐鄭愔爲江淮留後，家備夫人晨饌，夫人顧其弟曰，治汝未畢，我未及餐，爾且可點心。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

餌餈

漢賈誼三表五餌。《周禮》註稻米餅之曰餈。又劉熙《釋名》蒸燥屑餅之曰餈。皆非也。粉米蒸屑，皆餌也，非餈也。許慎曰：餈，稻餅也，謂炊米爛，乃擣之，不爲粉也。粉餈以豆爲粉糝餈食也。餌則先屑米爲粉，然後溲之。故許慎云：餌，餅也。餈之言滋也，餌之言堅潔玉珥也。諸家之説莫精如《説文》，當以《説文》爲正。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

瓊糜

《楚辭》：精瓊糜以爲糧。注：糜，屑也，今之米糊羹。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

麪麭

于國司徒儀祭用麪麭，晉制呼爲猥餅，又曰寒具，今曰饊子。

又

晉桓玄喜陳書畫，客有不濯手而執書帙者，偶涴之後，遂不設寒具。《齊民要術》并《食經》皆云環餅，世疑饊子也。劉禹錫《寒具詩》纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黄深。夜來春睡無輕重，壓匾佳人纏臂金。蓋以寒具爲饊子也。宋人小説以寒具爲寒食之具，即閩人所謂煎餅，以糯粉和麪，油煎沃以糖，食之不濯手，則能污物具，可留月餘，宜禁烟用也。林和靖《山中寒食詩》：方塘波緑杜衡青，

布穀提壺已足聽。有客初嘗寒具擺，據梧慵腹散幽經。則寒具又非饊子。並存之，以俟博古者。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 餳

唐人欲作寒食詩，欲押餳字以無出處，遂不用。殊不知出於六經及《楚辭》也。《周禮》小師掌教簫。注云：簫，編小竹管，如今賣飴餳者所吹也，管如篴併而吹之。《招魂》曰：粔籹蜜餌有餦餭。注云：餦餭，餳也。但戰國時，謂之餳餭，至後漢時，亦謂之餳耳。

又

《楚辭》此句自是三品粔籹，乃蜜麪之乾者，十月間，爐餅也，蜜餌乃寒食寒具也。餦餭乃寒食寒具也。

顧充《古雋考略》卷三《飲食類》 牢丸。今湯餅也。麟麩。餅也。干寶《周禮》注即今饆子。餦餭。餳音分。烝米一熟，以水沃之，乃再烝也。餦，酒食也。蠋録。煮餅也。不托。湯餅也。不托者，言不以掌托也。穀米。穀、糓同，精米也。《左傳》粢米不穀。糜粥。本作糜麋。餬饘。餅也。又作糊。胡餅。即今芝麻燒餅。石勒諱胡改曰麻餅。《鄴中記》麪麩。餡餈同。餅也。紅友。酒名。緑醽。醽音靈，酒也。甘麪。煮麥爲甘粥也。《急就篇》殊美奏諸君也。含糗。糗麥飯。麮蠃。粟粥也。饅頭。又作糲餾。餛飩。《字學》作餫飩。

明王圻《稗史彙編》卷一六《地理門・夷芳類》 韃靼，始起契丹之西北，族出沙陀別種，故於歷代無聞焉。【略】必米食而後飽，乃掠米麥而於札寨處，亦煮粥而食。彼國亦有一二處出黑黍米，可煮。

王圻《稗史彙編》卷一二六《飲食門・酒類中》 周維簡隱於洪州西山，嘗云：得米三四石，作樂道羹七百二十椀，足了一年支費。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 餦

《周禮》：籩人羞籩之實，糗餌粉餈。鄭康成云，二物皆粉稻黍米所爲，合蒸曰餌，餅之曰餈，蓋餌即餦也。《玉燭寶典》曰：秋食餌者，其時黍秫並收，因以黏米佳味觸類嘗新，遂成積習。《禮》月令有嘗新之事，疑周制也。《西京雜記》曰戚夫人侍兒賈佩蘭，説宫内九月九日食餌令人長壽，故今人以爲俗。《方言》曰餌餦或謂之餈。《續事》始引干寶注曰，糗餌者或屑而蒸之，以棗豆之味同食。

麥餦

《鄴中記》曰：并州之俗，冬至一百五日爲介子推冷食，作乾粥食之，故謂之寒食。乾粥即今之麥餦是也。世俗每至清明，熟湯餅即是其物，出於漢魏之間。

軟棗餦

宣慈寺僧每求化人，先留食軟棗餦。柳尚書方食糕，袖疏欲出，柳急解緋袍腰帶、鑰子魚袋施之。海墨微言

青白團子

古人寒食用桐楊葉染飯青色以祭，資陽氣也。今變爲青白團子。

射團

都中每端午節造粉團角黍貯於金盤中，以小角造弓子，纖妙可愛，架箭射盤中粉團，中者得食。蓋粉團滑膩而難射也，都中盛作此戲。

黄兒

《唐五行志》曰：黄巢未入京時，都人以黄米及黑豆屑蒸食之，謂之黄賊打黑賊。唐都長安，今陝西，以黄米爲粉，團棗蒸之，曰黄兒。其蕎麥麵者，曰黑兒，蓋出於此。

寒具

晉桓玄喜陳書畫，客有食寒具不濯手而執書帙者，偶污之後，不設寒具。東坡題古畫上有桓玄寒具跡，此必用油蜜者。《要術》并《食經》皆曰：環餅世疑餲子也。干寶司徒儀曰：祭用麷麪，亦是寒具，或巧夕以酥蜜作食也。杜甫十月一日乃有秬秫作人情之句。《廣記》則載寒食事，中三者俱可疑。及考之朱氏注楚詞，秬秫蜜餌有餦餭些，謂以米麵煎熬作寒食之具也。以是知楚辭一句自是。三品秬秫乃蜜麵之乾者，十月開爐餅也。蜜餌乃蜜麵少潤者，七夕蜜食也。餦餭乃寒食之具，無可疑者。閩人會媚名煎鋪，以糯粉和麵油煎沃，以糖食之。不濯手則能污物，且可留月餘，宜禁烟用也。和靖先生《由中寒食詩》云：方塘波緑杜蘅青，布谷提壺已足聽。有客初嘗寒具罷，據梧坦腹散幽經。信乎，此爲寒食之具矣。又劉禹錫《寒具詩》：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黄深。夜來春睡無輕重，壓匾家人總賞金。蓋以寒具爲饊子也。並存之，以俟博古者。

餳枝

俗以油煠粉餌綴之米糝，名蓼花，取其近似也。放翁詩云：新煠餳枝綴紅糝二字頗新。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 不托

束晳《餅賦》曰：朝事之籩，煮麥爲麵，則麵之名蓋自此而出也。魏世食湯餅，

曾以來有不托之號，意不托之作緣，湯餅而務簡矣。今訛爲餛飩，亦直曰麵也。

饅頭薄特

東晳賦有饅頭薄特，起溲牢丸。今惟饅頭而起溲，牢丸疑是餛飩。薄特，荀氏云，薄夜，今京師餅鋪有一等餅，名薄脆者恐是也。饅亦作幔。

麵食異品

今人呼煮麵爲湯餅，唐人呼饅頭爲籠餅，豈非水淪而食者，皆可呼湯餅，籠蒸而食者，皆可呼籠餅。市井有粥胡餅者，不知名之，所謂得非熟於爐而食者，呼爲爐餅宜矣。

五般餛飩

《續釋常談》引《資暇録》云：餛飩以象渾沌，不正書混沌從食不載，故《事物紀原》并無此名件。《唐逸史》載李宗回客預知人飲饌，將同謁華陰，令客曰與公喫五般餛飩。及見果然。《酉陽雜俎》云：今衣冠家有蕭家餛飩，漉去湯肥，可以瀹茗。是舊有此名。《本草》載艾葉療一切鬼氣，炒作餛飩，吞三五枚以飯壓之。取混沌之義，信矣，俱從食旁。

諸王修事

翰林學士賜食有物，若畢羅大而味美，曰諸王修事。

王圻《稗史彙編》卷一一八《飲食門・食類上》 豆粥

漢光武在蓮亭時，得馮異奉豆粥，至久且不忘報，況山居可無此乎。用砂鍋爛煮赤豆，以米粉調和，少沸同煮，既熟可食。東坡詩曰：豈知江頭千頃雪，茆簷出没晨烟孤。地碓舂秔光似玉，砂鍋煮豆軟如酥。老我此身無着處，賣書來問東家住。卧聽鷄鳴粥熟時，蓬頭曳杖君家去。此豆粥之法也。若夫金谷之會，徒然咄嗟以詩客，孰若山舍清談，徜徉以俟其熟也。

王圻《稗史彙編》卷一一八《飲食門・食類上》 青精飯

青精飯，首以此重穀也。按《本草》南燭木今名黑飯草，即青精也。採枝葉搗汁，浸米，蒸飯，暴乾，堅而碧色，久服益顔延壽。仙方又有青精石飯，世未知石何爲也。按《本草》用赤石脂三斤，青粱米一斗，水浸越三日，搗爲丸如李大，日服一二丸，可不飢。是知石即石脂也。二法皆有據，第以山居供客則當用前法，如欲效子房辟穀，當用後法。

蟠桃飯

採山桃用米泔，煮熟漉實水中，去核，候飯湧同煮，頃之，如盦飯法。

雕菰飯

雕菰葉似蘆，其米黑，故杜有波翻菰米沉雲黑之句。今胡穈是也，暴乾礲洗，造飯既香而滑。杜詩又云：滑憶雕菰飯。又會稽人顧翺事母孝，母嗜雕菰，翺常自採撰。家瀕太湖後，湖中皆生雕菰無復餘草。此孝感如孟筍王魚，豈偶然哉。

玉井飯

章藝齋鑑宰德清時喜延客，一日往訪之，留晚酌數杯，命左右造玉井飯，甚香美。其法：削藕截作塊，採新蓮去皮，候飯少沸，投之如盦飯法。蓋取太華峰頭玉井蓮，花開十丈藕如船之句。

金飯

危巽齋云梅以白爲正，菊以黄爲正。過此，恐澀明和靖二公不取也。今世有七十二種菊，正如《本草》所謂今無真甘菊不可煎者。法：採紫莖黄色正菊英，以甘草湯和硝少許，焯過，候飯少熟投之同煮。久食，可以明目延齡。苟得南陽甘谷水煎之尤佳。

王圻《稗史彙編》卷一一八《飲食門・食類上》 廣寒糕

採桂英去青蒂，洒以甘草水，舂粉，炊作糕。大比歲士友咸作餅子相饋，取廣寒高甲之識。又有採花略蒸暴乾作香者，吟邊酒所以古鼎燃之，尤有清意。

大耐糕

向杭雲公衮云：夏日命飲，作大耐糕，意必粉麵爲之。及出，乃用大李子生者，去皮剜核，以白梅甘草湯焯過，用蜜和松子欖仁填之，入小甑蒸熟，謂大耐糕也。非熟則損脾，且取先公大耐官職之意，以此見向有意於文簡之衣鉢也。夫天下之士，苟知耐之一字，以節義自守，豈患事業之不遠到哉。因賦之曰：既知大耐爲家學，看取清名自此高。

蓬糕

採白蓬嫩者，熟煮細搗，和米粉蒸熟，以香爲度。世之貴介，第知鹿茸鍾乳爲重，而不知食此實大有補。

王圻《稗史彙編》卷一一八《飲食門・食類上》 洞庭饘

舊遊東嘉時，在水心先生席上適淨居僧送饘，至如小錢大，各合以橘葉，清香靄然，如在洞庭左右。先生詩曰：不待歸來霜後熟，蒸來便作洞庭香。因謁寺僧曰：採蓬與橘葉，搗汁加蜜，和米粉作饘，各合以葉蒸之。市亦有賣者，特差大耳。

梅粥

掃落英梅蕊，淨洗，用雪水煮白粥，候熟，同煮。楊誠齋詩曰：才看臘後得春饒，愁見風前作雪飄。脱蕊收將煞粥喫，落英仍好當香燒。

茶蘼粥木香葉附

舊辱趙東嵓子岩雲貫夫寄客詩中，歎友一詩云：好春虚度三之一，滿架荼蘼取次開。有客相看無可設，數枝帶雨剪將來。始謂非可食者。一日，過靈鷲訪僧，蘋洲德修午留粥，甚香美，詢之乃荼蘼花也。其法：採花片，用甘草湯焯，候粥熟同煮。又採木香嫩葉，就原湯焯，以姜油鹽醯爲菜茹，僧苦嗜吟，宜乎知此味之清，且知岩雲之詩不誣也。

真君粥

杏子煮爛去核，候粥熟同煮，可謂真君粥。向游廬山聞董真君未仙時，多種杏，歲稔，則以杏易穀。歲歉則以穀賤糶。時得活者甚衆，後白日升仙。世有詩云：爭似蓮花峰下客，種成紅杏亦升仙。豈必專於煉丹服氣，苟有功德於人，雖未死而以仙名矣。因名之。

河祇粥

記魚乾曰蘇。古詩有酌醴焚枯魚之句，南人謂之羞。多煨食，罕有造粥者。比游天台山，有取乾魚浸洗細截，同米煮，入醬料，加胡椒，言能愈頭風。過於陳琳之檄，亦有裸豆腐爲之者。《雞跖集》云：武夷君食河祇脯，乃乾魚也，因名之。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 紅綾餅

唐御食紅綾餅餤爲上。光化中，放進士裴格盧延孫等二十八人燕於曲江，救大官賜餅餤止二十八枚而已。延孫後入蜀，頗爲蜀人所易。有詩云：莫欺零落殘牙齒，曾喫紅綾餅餤來。《酉陽雜俎》載今衣冠家有蕭家餛飩，庾家粽子，韓約櫻桃饊饠，又有胡突繪、麈皮索餅之類，號爲右食。

松黄餅

暇日，過大理寺，訪秋岩陳評事介。留飲，出二童，歌淵明歸去來辭，以松黄餅供酒。陳方中年，美髯，有超俗之標。飲邊味此，使人灑然起山林之興，覺馳峰熊掌皆下風矣。春末，松花黄和蜜，模作餅，如古龍涎狀。不惟香味清甘，亦自有所益也。

黄精果

候暑深採根，九蒸九曝，搗如飴，可作果實食之。又可細切一石，水二石五升，煮去苦味，漉入絹袋，壓汁澄之，再煎如膏，以炒黑豆黄爲末，作餅約二寸大，客至可供二枚。又採苗可爲菜茹，修羊公服法，芝草之精也，一名仙人餘糧，其補益可知矣。

酥瓊葉

宿蒸餅薄切，塗以蜜，或以油就以火上炙，鋪唇上，散火氣，甚鬆脆，且止疾化食。楊誠齋詩云：削成瓊葉片，嚼作雪花聲。形容善矣。

神仙餅

煮木與菖蒲曝乾爲末，每一斤用蒸山藥末三斤，煉蜜水調入麵，作餅暴乾收。候客至，蒸食切條。亦可作羹。章簡公詩云：術薦神仙餅，菖蒲富貴花。

梅花湯餅

泉之紫帽山，有高人嘗作此供。初浸白梅檀香末，水和麵作餛飩皮，每一疊，用五出鐵盤如梅花樣者，盤取之。候煮熟，乃過於雞汁内，每客止百餘花。後留玉堂元剛有詩云：恍如孤山下，飛玉浮西湖。

萊菔麵

王盤師承宣常搗萊菔汁，搜麵作餅，謂能去麵毒。《本草》：地黄與萊菔同食，能白人鬚髮。水心先生酷嗜萊菔甚於服玉。謂誠齋云，萊菔便是辣底玉僕與靖逸葉。賢良紹翁過從二十年，每飯必索萊菔，與皮生啗，乃快心肺，所欲靖逸。平生讀書不減，水心而所嗜略同。或曰能通心氣，故文人嗜之，然靖逸未老而髮已皤，豈地黄之故與。

百合麵

春秋仲月，採根暴乾搗節，和麵作湯餅，最益血氣。又蒸熟可以佐酒。《歲時廣記》二月種法，宜雞糞化書山蚯化。爲百合乃宜雞糞，豈物類之相感耶。

玉延

山藥名薯蕷，秦楚間名玉延，花白細如粟，葉青鋭於牽牛。夏月，溉以黄土壤則蕃。冬採根白者爲上，以水浸，入礬少許，經宿，净洗去涎，焙乾磨篩爲麵，宜作湯餅用。如作索餅，則熟研濾爲粉，入竹筒，微溜於淺醋盆内，出之於水，浸去酸味，如煮湯餅法。如煮食，宜刮去皮，醯鹽蜜皆可。其味温無毒，且有補益，故陳簡齋有《玉延賦》，陸放翁亦有詩云：久緣多病踈雲液，近爲長齋進玉延。比於杭都多見如　者，名佛手山藥，其味尤佳。

地黃不托

崔元亮《海上方》治心痛，去積追蟲。取地黃大者，洗淨搗汁，和細麵作餛飩，食之，出蟲尺許，即愈。正元間，通事舍人崔杭女作淘，食之出蟲如蚕狀，自是心患除矣。《本草》：浮爲天黃，半沉爲人黃，惟沉者佳，入鹽則不可食。或净細截，和米煮粥，良有益也。

筍蕨餛飩

採笋蕨嫩者，各用湯瀹，以香油和之，酒醬香料裹作餛飩供。向客江西梅少曾家屢作此品。後坐古香序下，採莒菊苗，薦茶對玉茗花，真佳適也。玉茗似茶少異，高約五尺許，今獨林氏有之。林乃金石臺山房之子清，可想矣。

椿根餛飩

劉禹錫煮椿根餛飩皮法：立秋前後，謂世多痢及腰痛，取椿根一大握，搗、篩，和麵，捻餛飩如皂莢子大，清水煮。每日空腹服十枚，並無禁忌。山家早有客至，早食椿實，而香樗踈而臭，惟椿根可也。

槐葉淘

杜甫詩云：「青青高槐葉，採掇付中廚。新麵來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加飡愁欲無。」即此。見其法：於夏採槐葉之高秀者，入湯少瀹，研細、濾清，和麵作淘，乃以醯醬爲熟韲，簇細茵，以盤盛之，取其碧鮮可愛也。末句云：君王納涼晚，此味亦時須。不惟見詩人一食未嘗忘君，且知貴爲君王，亦用此山林之味。

鳧茨粉

鳧茨可作粉，食甚甘滑，異於他粉。鳧茨即荸薺也，採以暴乾，磨而澄濾之，如菉豆粉法。詩云：南山有蹲鴟，春田多鳧茨。何必泌之水，可以樂我飢。

括蔞粉

孫思邈法：深掘大根，厚削至白，寸切，水浸一日一易，五日取出，搗之千百，貯以絹囊，濾爲玉液，候其乾矣，可爲粉食。裸粳爲糜，番匙雪色，加以乳酪，食之補益。

罌乳魚

罌中粟净洗磨乳，先以小粉實缸底，用絹囊濾乳下之，去清入釜，稍沸，乘酒淡醋收聚，仍入囊，壓成塊，乃以小粉皮鋪甑內，下乳蒸熟，略以紅麵水灑之，少蒸，取出，起作魚片，名罌乳魚。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 盤遊飯谷童羹

江南人好作盤遊飯，鮓脯餚炙無不有埋在飯中。里諺曰：掘得窖子，羅浮顯老。取凡飲食雜烹之名。谷童羹詩云：投醪谷童羹鍋內，掘窖盤遊飯盌中。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 點心

世俗例以早辰小食爲點心，自唐時已有此言。按：唐鄭傪爲江淮留後，家人備夫人辰饌，夫人顧其弟曰：治妝未畢，我未及餐爾，且可點心。其弟舉甌已罄，俄而女僕請飯庫鑰匙，備夫人點心。傪詬曰適已給，何得又請。

郭子章《黔類》卷九《食部》 防風粥

白居易在翰林，賜防風粥一甌。啜取防風，得五合餘，食之口香七日。《金鑾密記》

透花餈

吳興米炊之甑香，曰馬豆食之齒醉。號國夫人廚史鄧連以此米擣爲餈，以豆洗去皮，作靈沙膩，供翠鴛堂。《品物類聚》

棗核麵

楊誕遊王鉷家，食一物如棗核而中空，其實麵也。誕詢其法，鉷笑而不言。《河中記》

軟棗糕

宣慈寺每求化人，先留食軟棗餻。柳尚書來方食餻，袖疏欲出，尚書急解連帶緋袍、鞓子、魚袋、施之。《海墨微言》

蘭香粥

蔺先生坐琴裝，食蘭香粥。有鳩至堦上，先生以匙擲飼之，漸至先生肩，遂盡此粥。後日鳩以千百至，先生皆飼之。琴裝美事

寒具

桓玄喜陳法書名畫，客有食寒具不濯手而執書帙者。偶涴之後，遂不設寒具。寒具，今油餅也。《清賞録》

馬嘉松《十可篇》卷九《可嘉・蓮花餅餡清異録》 郭進家能作蓮花餅餡，有十五隔者，每隔有一折枝蓮花作十五色。自云周世宗有故宮婢流落，因受顧于家婢，言宮中人號蓮押班，未論其味若何，先取其色好看。

王路《花史左編》卷一〇《花之味》 百花糕

唐武則天花朝日遊園，令宮女採百花，和米搗碎蒸糕，以賜從臣。

繡雲居士《掌録》卷下　干寶《周禮注》曰：祭用麷麥，晉呼爲環餅，又曰寒具，今曰饊子。劉禹錫《寒具詩》：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黄深。夜來春睡無輕重，壓匾佳人纏臂金。則以寒具爲饊子。林和靖《山中寒食詩》：有客初嘗寒具罷。則又爲寒食之具，宋人小説如此。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・餅》　餅有棗麵爲之、引水爲之者。有櫰木爲之、膗雞爲之者。或槐芽，或米屑，或雀瑞，或白環法，或出于殊方名，或生于里巷。磨安定之麥，和河東之蔥，調濟上之鹽，入北門之豉。然以銀屑煎以金銚，濯以玄醢，超以象箸。既聞芳而口閟，亦見色而心迷。所謂擎器者舐唇，立侍者乾咽，童僕邪盼，行人垂涎，良有以也。孫嵩之于趙岐，時方避難，而販餅市中，即知其爲處士之狀。費長房之于壺公，身自掃除，而進餅樓上，因識其爲神仙之流。王長文辭別駕之徵，而嚙餅蹲踞，刺史重其高風。王右軍就東牀之選，而食餅自如，郗公嘉其坦腹。漢世祖之戲樊曄也，謂以餅而得都尉之官。魏太祖之調丁斐也，謂以餅而易文侯之印第。司空誠性潔，例却饋遺，然何至一餅奪其母氏口飡，無乃廉而太矯。何太常誠性豪，務爲華侈，然何至一餅過于大官滋味，無乃費而太靡有疑。何郎之傅粉而當其啖湯麵餅時，汗流而以衣袂拭去，始信玉質之果出，尋常有欺。徐寅之老年，而當其賜紅綾餅日，口喫而以殘牙餡來，乃知御筵之曾叨寵異。高逸少之爲觀察，而中人責取驛使餅也，輒封之以聞。狄士文之刺真州，而其子竊啖官廚餅也，輒刑之以杖。彼以大珠易餅者，若賀季真，遺之而實有靳心，則慳吝未除，何由成正果。以謳歌鬻餅者，若劉伯芻，憐之而有厚餉，則本業便棄，不復唱渭城矣。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・粥》　古之烹穀爲粥者，始自黄帝。粥，糜饘也，煮之使糜爛爲粥也。天正之日，以粥養幼兒。仲秋之月，以粥養衰老。食粥可以餬其口，嗜粥可以實其藏。左師觸龍之入見太后也，問而知其恃粥不衰。公叔文子之請謚魯君也，按而知其與粥爲惠。周公相武王建都洛邑，而嚴冬之雪一丈餘，却寒之熱粥可進。顔子從宣尼講道杏壇，而負郭之田五十畝，在巷之饘粥可供。黔敖設粥于路傍以待饑者，呼左呼右，第曰：嗟來而終不食死也。餓夫内亦有奇人，魏昭爲粥，於夜半以事林宗，三進三訶，以杯擲地，而卒無變容也。童子中自有善士，尹氏聚族人而羅鼎十里，聞啜粥之聲。劉家遭鬼物而覆盆一甌，見偷糜之跡。有赤梁粥者，可以供御而尚食。有白膏粥者，可以祈神而得靈。進豆粥於馮異，而饑寒頓舒。作豆粥於石崇，而叱嗟立辦。直金鑒而防風粥賜於翰林學士，口齒猶帶餘香。當寒食而桃花粥煮於洛陽人家，歲時獨稱勝事。陸續之爲户曹，而賦民饘粥也，所食六百餘户，悉記其名。任昉之爲郡守，而捐俸作粥也，所部三千餘人，皆活其命。臧洪被圍，而糧食將盡，輒出廚中米三斗，使作薄粥一釜以分軍人。侯汶賑饑而死亡甚多，輒勑御前米五升，令煮爛粥兩盆以救饑餒。孝章之於曹褒而遣中使致之糜粥者，所以憐其抱病，而非徒醫藥之遺。光武之於楚儁而遣黄門送之饘粥者，所以念其居喪，而相繼晨昏之餽。顔魯公之乞米帖，自云生計常踈，舉家食粥已數日。秦少游之對人言，亦云食貧甚苦，舉家啖粥已多時。陽城之隱中條，而屑榆爲粥，每多講論而不休。簡文之集諸士而設粥授餐，每至夜分而不散。若客詣太丘而其子元方、季方竊聽，委火飯至成糜。乃其深心識之，言無遺失，則所謂但糜自可，又何必飯者矣。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・飯》　蓋自黄帝之世，始有釜甑火食，而於是蒸穀爲飯矣。飯之美者，陽山之穄，玄山之禾，雍丘之粱，南海之秬，大梁之黍，神皋之稌，新城之杭，瓊山之米，河内之稻。會稽之菰，釋之則叟叟有聲，烝之則浮浮有氣。亦精而鑿，既滑且香，或雕胡，或精稗，或黄英，或香芧，或芳杭，或紅麵，或青穮，或粉粱。聚如凝脂，散如細蟻，鮮如朝雪，燦如錦文，所謂屑瑶蕤以爲糧，精瓊靡以爲粻者也。仙家有胡麻飯者，劉阮天台之所飡。道家有青精飯者，鄧王霍山之所服。有士人游嵩山，而途中授之異人爲玉屑飯者，食之，可以七日不饑。以長沙之米作飯者，五里聞香。以菰粱之漿糅飯者，五味適口。子桑之病也，子輿憐其，逢霖十日，爲之裹飯。而從郄鑒之餒也，鄉人怪其携食，兩兒爲之含飯而返。陳遺之爲吏，母所好之鐺底飯，未嘗不懷袖而攜歸者一飯而不敢忘其母。張文定之在朝，君所賜之尚方飯，未嘗不衣冠而嘗食者，一飯而不敢忘其君。日食一斗米飯而又噉肉者，乃老年之廉將軍。日食一升米飯而不飲酒者，乃善吏之傳縣尹。范丹之過姊家，而必欲留錢償還飯者，所以成其孤介。陸納之設賓饌，而不欲從子盛爲飯者，所以守其素風。漂母之飯韓信也，豈望報於王孫。馮異之飯滹沱也，非市恩於帝。子喫飯在饑來之候，攤飯在午睡之時，搏飯在致飽之餘，噴飯在失笑之頃。若葛翁之吐蜂成飯者，其人則仙。黄父之以鬼爲飯者，其事則誕矣。

焦竑《焦氏類林》卷七《食品》　世祖幸芳林園，就虞侍中悰求扁米栅。虞獻

棚及雜肴數十羣，大官鼎味不及也。上就虞求諸飲食方，虞秘不肯出。上醉後，體不快，虞乃獻醒酒鮭鮓一方而已。

徐應秋《駢字馮霄》卷一九《釋名飲饌》 麩麪糜餅鼓蘇麴也。

麥粹。屑米餅也。

麩煮。麥飯也。《宛委編》

粉餈。餈糕也。

蜜餌。蜜食也。

裹蒸。饅頭也。

涼胡突餡，靡皮索餅。衣冠家名食。

安定麥。吳筠《餅說》：有安定噎鳩之麥，雒陽董德之麋張掖北門之頭，洞庭貢霜之橘。

滋皋香秔。《南都賦》：華薄重秬，滋皋香秔。

但鉢。那麥也。

禿禿麻。手撒麵也。

單籠金乳酥。是餅，但用劃隔，週範，欲氣隔。

曼陀樣夾餅。

巨勝奴。酥蜜寒具。

貴妃紅。加味金酥。

婆羅門輕高麵。

御黃子母飯。偏鏤卵脂蓋飯而裝雜味。

通花軟牛腸湯餅。

生進二十四氣餛飩。餛飩花形、餡料各異。

生進鴨花湯餅。

唐安餤。

金銀夾花平截。

雙枓方破餅。

火焰盞口餡。

水晶龍鳳膏。粟米蒸，方破見花乃進。

玉露團。酥雕。

漢宮棋子。

長生粥。

八方寒食餅。

素蒸音聲部。麵蒸，象蓮菜仙子凡七十事。

鳴牙餅。許康年謁劉遵，贈遵鳴牙餅千枝。《退耕錄》

聚香團。揚州太守仲端畏妻，不敢延客。謝廷皓謁之。《揚州事述》

防風粥。白居易在翰林，賜防風粥一甌，剔取防風得五合餘。食之口香七口。《金鑾密記》

千金碎香餅子。

花折鵝糕。

雲頭對鑪餅。

春香泛湯渭餅。

紫龍糕。

象牙餡。

湯裝浮萍麵。

金裝韭黃艾炙。

含漿餅。

撮高巧裝壇樣餅。

楊花泛湯糝餅。

添酥冷白寒具。

乾坤突餅。

櫻桃饊饠。韓約能作櫻桃饊饠。

天花饊饠。九煉蜜。

冬凌粥。寒食。

指天餕餡。四月八日。

如意圓。重午。

綠荷包子。伏口。

竦雞臠。二社飯。

羅睺羅飯。七夕。

玩月羹。中秋。

盂蘭餅餤。中元。

米錦。重九糕。

宜盤。冬至。

萱草麵。臘日。

法王料斗。臘日。見《清異録》

韭莽糧。石崇爲客作豆粥，嗞嗟便辦。恒冬天得韭莽糧。

剪刀麵、月兒羹。柳公權以隔風紗作《龍城記》及《八朝名品録》，號錦樣書以進。上方御剪刀麵、月兒羹即命分，賜出字錦。

二儀餅。開元中，長安物價大減，兩市二儀餅一錢數對。

金餻糜。

逍遥炙。睿宗開金仙玉真公主飲素，日令以九龍食輦裝逍遥炙賜之。

紅綾餅。唐進士曲江宴賜紅綾餅。

華月糕。

蜻翅脯。

玉梁糕、楊花粥、明星酒、同心膾、迎涼脯、羊肝餅。

餳彩珠脂花餤。《金門歲節》：洛陽人正月十五，食玉梁糕。寒食，造楊花粥。端午，造木羹。艾酒。乞巧，造明星酒、同心膾。重九，迎涼脯、羊肝餅。冬至，造餳彩珠。臘月，造脂花餤。

姚旅《露書》卷九《風篇中》 寒具即今俗點心之謂，蓋因寒食而得名也。寒食不便舉火，先日具物如餅餤、粔籹以備饑困，故曰寒具。今不專用於寒食，致世不解其義。

劉夢得《寒食詩》：「纖手搓成玉數尋，余唯在合州見之，請官長席面，必有此物爲敬。壓褊佳人纏臂金。」所謂玉數尋，余唯在合州見之，請官長席面，必有此物爲敬。

姚旅《露書》卷九《風篇中》 吾鄉以米粉爲果，又以米粉爲餛飩，曰果齣。土人唯冬至作此，仍以相遺，嫁女之家猶盛，二月二日，則間有之。初不知字作何，亦不知其義謂何。後見載籍，云楚人以米爲團，以祈蠶，始知所自。今其形漸遠，故其義亦晦。又此俗惟盛行莆中，他所未見，未審何以。

張存紳《增定雅俗稽言》卷二《天時》 四月八。《佛運統紀》釋迦佛生於周昭王二十四年甲寅四月八日，奉佛者是月以五香水灌佛頂，謂之浴佛日。今僧家取南燭枝清汁浸米炊飯，名曰烏飯，即杜詩所謂青精飯也。南燭亦曰南天燭，有因其作飯色黑，悞用烏臼爲之者。

張存紳《增定雅俗稽言》卷九《飲食》 餅啜。《因話録》啜字俗多不定，舊或書餤。《爾雅》訓進，本非飲食名，世俗重餅啜，凡關食物偏旁，盡从食。索前史及諸家并仙經，多作口邊啜，與口邊兩火，同徒敢切，音淡。又《玉篇切韻》云：啜，正也。啖，俗也。並徒敢切。近日書餅啜字多誤。啜又釵去聲謂一舉盡臠也，禮無啜炙，是也。《釋名》曰：餅，併也，溲麥使合併也。東哲《餅賦》：終藏飽施惟牢九。東坡詩「豈惟牢九薦古味，要使真一流仙漿。」今按：《酉陽雜俎》引伊尹書有籠上牢丸，湯中牢丸。疑牢九當是牢丸，即東坡亦貪奇趁韻耳。或云牢丸即今湯餅也，一曰今之餛飩也。餛飩音魂豚，一真酒名。湯餅一名餺飥，一名不托。《李正文刊誤》曰：舊未就刀鉆時，皆掌托烹之，刀鉆既具，乃云不托，言不以掌托也。俗傳餺飥字非。今按東哲《餅賦》及宗懔《歲時記》，則知所謂湯餅，即齊高帝所嗜水引麪也，俗又名爲蝴蝶麪，皆臨鼎手托而擘置湯中煮之，不知何時改用刀兀，而名不托耳。餺飥恐古無此字，殆後人因不托聲稱之，而食其旁，與歐公餕音俊餡音叨之謔，同一關捩也。鉆音箝，鍊鉆鋤也，一作鉆，音古，温器也。《齊民要術》并《食經》皆云環餅，世疑饊子也。又劉禹錫詩：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黄深。夜來春睡無輕重，壓扁佳人纏臂金。蓋以寒具爲饊子也。宋人小説以寒具爲寒食之具，謂可留月餘，宜禁火之用。朱文公《刘麥詩》覆觴幸自誇真一，垂盎何須問餺飥。《集韻》餺飥，餅食也。按：《小

安乾。盧湛《祭法》曰：四時皆安乾棗。廣微曰：安乾粔籹之屬。

說》唐宰相有櫻笋廚，食之精者有櫻桃餅饊，今北人呼爲波波，南人訛爲磨磨。

張存紳《增定雅俗稽言》卷九《飲食》 餻。《周禮》籩人修籩之食糗餌粉餈。鄭康成云：二物皆米所造，合蒸曰餌，爲餅曰餈。《方言》餌即餻也，自周時已有之。劉夢得作《九日詩》欲用餻字，以其不見經傳遂止。故宋子京云：劉郎不敢題餻字，空負詩中一世豪。然白樂天詩：移坐就菊叢，餻酒前羅列。則固已用之矣。劉白倡和之時，不知曾談及此否。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 餅，麵餈也，方言謂之餛飩，又爲之餫，然餛飩即今饅頭耳，非餅也，京師謂之饆饠。胡餅即麻餅也，石勒諱胡，故改爲麻餅。又有蒸餅、豆餅、金餅、索餅、籠餅之異。而唐時有紅綾餡餅，惟進士登第日得賜焉，故唐人有莫嫌老缺殘牙齒，曾喫紅綾餡餅來之詩。今京師有酥餅、餡餅二種，皆稱珍品，而內用者，加以玫瑰胡桃諸品，尤勝民間所市。又內中所製有琥珀糖，色如琥珀，有倭絲糖，其細如竹絲而扭成團，食之有焦麵氣。然其法皆不傳於外也。

謝肇淛《五雜組》卷二《天部二》 九日作餻，自是古制。今江浙以北尚沿之，閩人乃以是日作粽與端午同，不知何取也。

謝肇淛《滇略》卷四《俗略》 元旦、清明、端午、七夕，長至人家，咸作赤豆羹啜之，互以相遺。按：《初學記》云，共工氏有不才子七人，死而爲鬾，性畏赤豆，故作羹以祛之，是其遺法也。

顧起元《説略》卷二五《食憲》 寒具，今之鏁餅也。劉禹錫《佳話》有《寒具詩》云：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黃深。夜來春睡無輕重，壓褊佳人纏臂金。乃以捻頭爲寒具也。

劉禹錫嘗曰宋考功詩：馬上逢寒食，春來不見餳。疑此字僻。讀毛詩有瞽注，乃知六經中惟此注有餳字。按：揚雄《方言》有此一字。《樊噲傳》三歲獻甘醪膏餳。又考《周禮》少師掌教簫。注亦有餳字。則是餳字，六經中不但詩注有此一字，又見於《周禮》注矣。且二句是沈佺期詩，誤以爲宋也。

董斯張《廣博物志》卷四一《食飲》 郭林宗友來，夜冒雨剪韭作餅。東哲《餅賦》有牢九之目，蓋食具名也。《西陽雜俎》引伊尹書，有籠上牢丸、湯中牢丸，九字乃是丸字。牢丸，今湯餅也。《丹鉛録》劉穆之好往妻兄江氏乞食，多見辱，江氏慶會，囑勿來，穆之猶往，食畢求檳榔。江曰：檳榔消食，君乃饑，何須此？穆之尹丹陽，令以金盤貯檳榔一斛進之。《宋書》

宋公至長安，得姚泓時，故大官丞程季者，了了人也。公曰：今日之食，何者最先。季曰：仲秋槃景，離蟬欲靜。燮燮曉風，淒淒夜冷。臣當此景，唯能説餅。公曰：善。季乃稱曰：安定噎鳩之麥，洛陽董德之磨，河東長若之葱，隴西舐背之犢，抱罕赤髓之羊，張掖北門之豉，然以銀屑煎以金銚。洞庭負霜之橘，仇池連蒂之椒，調以濟北之鹽，鍾以新豐之鷄，細如華山之玉屑，白如梁甫之銀泥，既聞香而口悶，亦見色而心迷。公曰善。梁吴均《餅説》【略】大官進食有裹蒸，明帝曰：我食此不盡，可四片破之，餘充晚食。《南齊書》

張大復《梅花草堂集》卷一三《臘八》 訪薛更生桑庵，作臘八粥相餉。與郭九解方子旭各啜兩甌，侍兒皆飽嚥而去，覺何家肉穢人。

李日華《六研齋筆記三筆》卷二 高昌國以洿林無半，葡萄置八風谷凍成酒，味甚美。食物有須凍而成者，不獨酒也。余常於僧堂食吾地半邏凍米糕，於臘月用，四春白糯米置大缸中，注水結冰凍之，至春暖冰泮取出，磨粉炊糕，異常鬆美。

李日華《六研齋筆記三筆》卷二 《品物類聚記》云：吴興米炊之甑香，白馬豆食之齒醉。虢國夫人廚吏鄧連，以此米擣爲透花糍，以豆洗皮作靈砂膏，以供翠鴛堂。

鄭仲夔《玉麈新譚偶記》卷七《牢丸》 牢丸，今湯餅也。

劉侗《名物通》卷四《飲食部·豆粥》 江頭千頃雪色蘆，茆簷出没晨烟孤。地碓舂秔光似玉，沙瓶煮豆軟如酥。

陳懋仁《庶物異名疏》卷一六《飲食部》 牢丸，薄扞，起溲。

東皙《餅賦》云：春饅頭，夏薄扞，一作持。秋起溲，冬湯餅，四時皆宜惟牢丸。《西陽雜俎》引伊尹書，有籠上牢丸，湯中牢丸。牢丸，今湯餅。東賦既列此於湯餅之外，則段云湯餅恐未確。《韻府》作牢九。東坡惠州詩：豈惟牢九薦古味，要使真一，酒也，流仙漿。《歸田録》云：起溲、牢久皆莫曉爲何物。薄持，荀氏謂之薄夜，亦莫知其何物。但坡公以牢九對真一。六一居士稱牢久，《韻府》亦收於上聲，而升庵則云非是。並著之以俟攷。

麪糗，寒具。

干寶《周禮注》：祭用麪溲糗黍，晉呼爲環餅，又曰寒具，今曰齩子。鄭玄云：寒具，米食也。賈思勰《要術》云：環餅一名寒具，以水溲入牛羊脂和作之，入口即碎。林洪《清供》云：寒具，捻頭也，以糯米粉和麪，麻油煎成，以糖食之。

據此乃油膩粘膠之物，故客有食寒具不濯手而污桓玄之書畫者，玄自是不設饊饠，饊饠亦名寒具也。

安胡。

安胡，雕胡也。茭結實成雕胡，黑米也。《七發》云：安胡之飯。

側厚，寬焦

《真珠船》：今三原市肆市賣餅，有曰側厚者。按：《東京夢華録》：胡餅店賣寬焦側厚，乃知其稱有自，即武林舊事所謂寬薄脆者，今京師但名薄脆。

薄夜。

薄夜，餅也，荀氏《四時列饌傳》：夏祀以薄夜代曼頭。束晳《餅賦》云：以時爲餅。

粖。

粖板屑，米餅也。《宋書》文帝崩，郭原平號慟，日食麥粖一枚。

餶。

餶郁豆餡，見《説文》。蒼頡《解詁》曰：餶餡，中着豆屑也。

粔籹

《楚辭》注：粔籹，音巨女膏環也。餳餦，張皇也。《方言》曰：餳，張皇。

安乾。

《盧湛祭法》曰：四時祠皆用安乾特束。廣微曰：安乾，粔籹之倫。

羅閣。

《涼州異物志》：高昌僻土有異於華，寒服冷水，暑啜羅閣，郡人呼粥。

陳懋仁《庶物異名疏》卷一六《飲食部》 瓊廱

《楚辭》：精瓊廱以爲糧。瓊廱，今之米糊羹。

胡皴。

《老學庵筆記》：楊朴詩云：數個胡皴遠徹骨乾，一壺村酒膠牙酸。《南楚新聞》亦云：一棵蔥根數十皴，盤中猶自有紅鱗。皴不知何物，疑餅餌之屬。

陳繼儒《文奇豹斑》卷九《器用》 不托，唐人謂湯餅爲不托，今爲餺飥。紅綾餅，唐僖宗新進士文喜宴，各賜紅綾餅一枚。

陳繼儒《文奇豹斑》卷一《天文部》 《金門歲節》曰：寒食裝萬花輿，煮楊花粥。

鐙續《霏雪録》卷上 胡餅，今之蒸餅也，高似孫謂以胡麻着之，故謂之胡餅。崔鴻《前趙録》石虎諱胡，改胡餅曰麻餅。《細素雜記》曰：有鬻胡餅者，不曉名之，所謂易其名曰爐餅，以爲胡人所啗，故曰胡餅也。出《通鑑》二百一十八卷。

飯

吴昭明《五車霏玉》卷二二《飲食部》 飯

成熟爲飯。《論衡》云：穀之始熟曰粟，舂之於臼，簸去其糠，蒸於釜甑，舉之以火，成熟爲飯，乃甘，可食也。精鑿。左 大羹不致，粢食不鑿。注 不，精鑿也。滒潤。

傅巽《七誨》滒潤細滑，流澤芬芳。玄山之粱，不周之稻。崔駰《七依》陽山之穄，九期之禾。劉劭《七華》會稽之菰，冀野之粱。張衡《七辨》

浙米也。叟叟，聲也。浮浮，氣也。胡麻。胡麻，飯。劉阮天台事。青精飯。道士鄧伯元制造青精石爲飯，食之不老。一云用南竹枝草漬汁，浸米爲之。五里聞香。魏文帝與朝臣書，江表惟長沙，有好米作黍，五里聞香。糲飯。糲飯。孫叔敖爲令尹，糲飯菜羹。脱粟。晏嬰相齊時，食脱粟飯。客怒飯。孟嘗君待客夜食，有人蔽火光，客怒以爲飯不等，輟食辭去。孟嘗自搏飯比之，客慙自刎。廉頗善飯。廉頗飯斗米肉十斤，被甲上馬，以示可用。頗之仇郭開還報趙王曰，廉將軍雖老，尚善飯，然與臣坐，頓時三遺矢矣。食埃墨飯。

家語 孔子厄於陳蔡，從者七日不食。子貢犯圍而出，得米一石。顔回、仲由炊之，有埃墨墮甑中。回取食之。子貢曰：仁人廉士，窮改節乎，云云。孔子召回，炊而進飯，吾將祭焉。對曰：有埃墨墮甑中，欲置之則不潔，棄之則可惜。回則食之，不可祭也。不過從兄。帝問第五倫，聞君爲吏，不過從兄飯，有之乎。曰：臣少遭饑亂，實不妄過人飯。帝大笑。【略】麥飯。

後漢書 世祖至南宫，過大風雨，引車入道傍空舍，對竈燎衣，馮異進麥飯充饑。豆飯。應瞻新詩云：竈下炊牛矢，甑中共豆餐。裹飯。

莊子 子輿與子桑友，而霖雨十日，子輿曰子桑殆病矣，裹飯食之。着兩頰。晉 郗鑒初窮餒，鄉人共飯之。兄子邁外甥周翼並小鑒往，食訖，以飯着兩頰還，吐與二兒。小盤。吴 步騭避亂江東，與衛旌俱以種瓜爲業。會稽焦征羌郡之豪族懼爲所侵，乃共奉瓜以獻，云云，征羌自享大案殽膳，而小盤飯與陟旌，惟菜茹而已。旌不能食，陟小盤致飽，旌謂陟曰，能忍此乎。陟曰：吾等貧賤，主人貧賤，遇之宜也。鍋底焦。宋陳遺爲郡吏，毋好食鍋底焦飯。遺在役恒帶一餐，每煮食，取焦者以貽母。先一飯。夫差謂勾踐曰：寡人禮已，先一飯矣。注 言已齒長。擲飯。東坡以晨飲爲澆書，太白以午睡爲擲飯。噴飯。失笑噴飯。

粥

烹穀。《周書》典帝始烹穀爲粥。屑榆。唐 陽城隱中條山，歲饑，屑榆爲粥。豆粥。

光武至姜亭，馮異上豆粥。防風粥。白居易在翰林，賜防風粥一甌，食之，口香七日。《金鑾密記》【略】咄嗟便辦。《晉書》石崇爲客作豆粥、咄嗟便辦，王愷不能及，每以爲恨。餓寒俱解。《東觀漢記》光武爲王郎所追，至蕪姜亭，馮異上豆粥。明旦，謂諸將曰：昨得公孫豆粥，饑寒俱解。糜。即粥也。肉糜。晉惠帝時，民饑，帝曰：何不食肉糜。糠糜。飲於肥甘，慕彼糠糜。韓《送窮》

麵餻附

麥末。麵，麥末也。麥屑。同上。玉塵。同上。橘叟曰：君輸我瀛州玉塵九斛。桄榔麵。《蜀都賦》麵有桄榔。剪刀麵。柳公權作錦樣書以進，上方御剪刀麵、月兒羹，命分賜之。《雲山散録》餻。《周禮》糗餌粉餈。注方言餌曰餻。粢餻。寒食以麵若蒸糕樣，團棗附之，名棗餻。《藝苑雌黄》花糕。趙宋九日，以花糕、法酒賜近臣。鹿糕。民間九日餻上置小鹿數枚，號食禄高。《歲時記》頭上餻。九日，以片餻搭小兒頭上，乳飽，祝云：百事皆高。同上不敢題糕。劉夢得九日詩，以五經無糕字遂輟。《宋子京詩》鬳館輕霜拂曙袍，糗餈花飲嗣分曹。劉郎不敢題糕字，恐負詩中一世豪。《後聞見録》

餅

湯餅。《青箱雜記》凡以麵煮之，皆曰湯餅。《事類序》饅頭入湯烹之，亦名湯餅。籠餅。即今饅頭，亦曰籠炊。十字。何曾位太常，蒸餅上不作十字不食。史一笥。世祖微時，樊嶷餉餅一笥。帝不忘，徵遷河東都尉。因戲曰：一笥餅得都尉，何如嶷頓首辭謝。蹲踞齧胡餅。入胡麻名胡餅，又名麻餅。晉王長文圖爲別傳，不就，後於成都市蹲踞齧胡餅。刺史知其不屈禮，遣之。史食胡餅自若。郡雲卿選壻，見羲之坦腹東牀，食胡餅自若。紅綾餅。唐有文喜晏，僖宗賜進士各紅綾餅一枚。徐寅詩曰：莫欺老缺殘牙齒，曾喫紅綾餅餤來。不復歌渭城劉伯芻巷口有鬻餅者，每當爐謳歌。劉憐其貧，貨以萬錢，自是不聞謳歌。本領既大心計轉，麁不復歌渭城矣。《隋唐嘉話》補天穿。江東俗正月二十四日爲天穿，以紅縷係煎餅置屋上，謂之補天穿。《拾遺記》亥日。《雜五行書》曰：十月亥日，食餅令人無病。通冬達夏，終歲常施。東晳《餅賦》。克虛解戰，湯餅爲最。同上。五內香芳。吴時《外國傳》大秦國以麪爲集餅，五內香芳。聞香口悶。梁吴筠《餅説》：既聞香而口悶，亦見色而心迷。

食品烹飪總部・穀食部・綜述

糗

角黍。糗一名角黍。解糗。京師以端午爲解糗節，以糗葉長者勝，短者輸。九子糗。糗子形製不一，有角糗、錐糗、茭糗、筒糗、秤鎚糗、九子糗。《風土記》百索。唐五日有百索糗。《文昌雜録》益智。《晉書》云：廣州刺史盧循遣使遺劉裕益智糗，裕答以續命湯。南土所珍。《宋書》云，後魏太祖至彭城求酒并甘橘，孝武帝致螺盃裸糗。隨盡復益。《齊書》云，范雲永明十年使魏，魏人李彪宣命至。雲見彪美，設甘蔗、甘糗，隨盡復益。

明諸茂卿《今古鈎玄》卷一七 世俗例以小食爲點心，自唐已有此語。鄭傪爲江淮留後，夫人曰：爾且點心，或爲小食。《昭明太子傳》曰：京師穀貴，改常饌爲小食。小食之名本於此。

諸茂卿《今古鈎玄》卷二六 唐御食紅綾餅餤爲上。光化中，燕進士裴格盧延孫等於曲江，勑太官賜餅餤止二十八枚。《酉陽雜俎》載：今衣冠家有蕭家餛飩，庾家粽子，韓約櫻桃餲饠，又有胡突鮹糜皮餅之類，號爲水食。

周祈《名義考》卷一二《物部・糗餌粉餈糗丘救切，餈音慈。》 《周禮》：饋籩之實，有糗餌粉餈。《内則》注：擣熬穀以爲糗餌，與餈同。又糗，擣粉熬大豆爲之，又曰：合蒸曰餌，粉之曰餈。又曰：粉米蒸屑皆餌也。訓皆未辨。按：《説文》：糗，熬米麥也，一曰熗。乾米麥也，一曰麪，糗也。《説文》：餌，先屑米爲粉，然後溲之爲餅也。粉，以豆爲粉，糝餈上也。餈，炊米糰乃擣之，不爲粉也。諸家之説，莫精於《説文》。熗麪俱音炒，義同。溲音藪。

周祈《名義考》卷一二《物部・餅》 《釋名》：餅，并也，溲麥麪使合并也。凡以麪爲食具者，皆謂之餅。以火炕曰爐餅，有巨勝曰胡餅，漢靈帝所嗜者即今燒餅，以水瀹曰湯餅，亦曰煮餅。東哲云：玄冬爲最者，即今切麪，蒸而食者曰蒸餅，又曰籠餅。侯思正令縮葱加肉者，即今饅頭，繩而食者曰環餅，又曰寒具。桓玄恐污書畫乃不復設，即今饊子。他如不托、起溲、牢丸、冷淘等，皆餅類。

陳詩教《花里活》卷下 東坡一名夕，與子由飲酣甚，槌盧菔爛煮，不用他料，只研白米爲糝食之。忽放箸撫几曰：若非天上酥酡，人間決無此味，名玉糝羹。

范泓《典籍便覽》卷四《政事部上》 角黍。今俗謂之粽子。饕餮。餮餮同音滔鐵，饕貪財。餮貪食。粔籹。《楚辭》音巨汝，擣黍爲之，即方言餻也。黄兒。以黄米爲粉圃棗蒸。黑兒，蕎麥麵。粉餈。粉餌。以上皆糕。蓮花餅餡。郭進。單籠金乳酥餅。韋巨源。生進鴨花湯餅，見風消油浴餅，八方寒食餅。用大笼。餲糊餅，櫻桃餳蝎

餅，餅謂之托。或謂之餺飥，晉東哲有《餅賦》。

餵餾。餅也，又作糲。趙岐胡餅。《三輔決録》：趙岐避難至北海，於市中販胡餅。孫嵩乘犢車入市，見岐疑非常人。問曰：販之。嵩曰：買幾錢，賣幾錢。岐曰：買三千，賣亦三千。嵩曰：視處士之狀，非賣餅者。乃開車後載還家。剪刀麪。曾賜公權。

清風飯。唐。水晶飯，龍睛粉，蘇膏。

范泓《典籍便覽》卷四《政事部上》 白粲，擇米使白。

包汝楫《南中紀聞》 羅鬼國禾米，佳過中國，彼地人又以燕麥爲正糧，間用禾谷。燕麥狀如麥，外皆糠糢，内有芥子一粒，色黄可食，羣苗以此爲麵。每人製一羊皮夾袋，裝盛數升，途中遇饑，輒就山澗調食，謂之香麵。燕麥在羅鬼，徧地有之，利賴甚多。語云兔絲燕麥，徒有其名。當未覈羅施舊誌耳。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝・芡》 芡一名雞頭，一名雁頭。山谷詩云剖蚌煮鴻頭是也。葉大如荷，皺而有刺，花開嚮日，花下結實，故菱氣而芡暖其莖，莊之嫩者名爲莊，人採以爲菜茹。八月採，擘破取子，散著池中，自生雞頭，作粉食之甚妙。河北沿塘濼居人採之，舂去皮，搗爲粉，蒸糕作餅，可以代糧。龔遂守渤海，勸民秋冬益蓄菱芡，蓋謂其能充饑也。又其近根莖莊音耿嫩者名蔦音葦莊，人採以爲菜茹。實味甘，性平無毒。救荒採嫩根莖燥食，實熱剥食之，蒸過烈日曬之，其皮即開，舂去皮，搗爲粉，蒸糕作餅，皆可食。多食不益脾胃氣，兼難消化，生食動風冷氣，與小兒食不能長大。

明焦周《焦氏説楛》卷一 吴興米炊之甑香，白馬豆食之鹵醉。

明焦周《焦氏説楛》卷二 瓊靡，今之米糊羹。楚辭：精瓊靡以爲糧。

焦周《焦氏説楛》卷四 清風飯，用水晶飯、龍睛粉、龍腦末、牛酪漿調畢，入金提缸，垂下冰池，待其冷透，惟大暑方作。

焦周《焦氏説楛》卷五 立春日，春餅生菜爲春盤。杜詩：春日春盤細生菜。坡詩：青蒿黄韭簇春盤，喜見春盤得蓼芽。蓼芽，蒿笋，薦春盤。

焦周《焦氏説楛》卷五 開元，都下上元造麵蘸。

焦周《焦氏説楛》卷七 粥

七寶素粥，五味粥，粟米粥，精豆粥，糖糕粥，糕粥，饊子粥，菉豆粥，肉麪粥。

劉仲達《劉氏鴻書》卷七六《飲食部・餅》 唐御食紅綾餅餡爲上。光化中放進士，裴格、盧延孫等二十八人燕於曲江，勑大官賜餅餡止二十八枚而已。延孫後入蜀，頗爲蜀人所易。有詩云：莫欺零落殘牙齒，曾喫紅綾餅餡來。《酉陽雜俎》載人衣冠家有蕭家餛飩，庾家粽子，韓約櫻桃餵饟，又有胡突繪麋皮索餅之類，號爲名食。唐紀

刑部侍郎劉伯芻常言，某所居安邑里巷口有鬻餅者，早過户未嘗不聞謳歌聲而當壚興甚早。一旦召之與語，貧窘可憐，因與萬錢令多其本，日取餅以償之。欣然持鏹而去，後過其户，則寂然無歌聲。及呼至謂曰：汝何輟歌之遽乎。曰：本流既大，心計轉粗，不暇唱渭城矣。《賓客佳話》

徐炬《新鍥古今事物原始全書》卷一八《饌食》 春餅

《關中記》云：唐人於立春日作春餅，以青蒿、黄韭、蓼芽包之。坡詩云：青蒿黄韭簇春盤。

粉團

《玉壺清話》曰：唐時，宫中端午造粉團、角黍，釘於盤中，以小角弓射之中得食。

饅頭

《稗官小説》云：孔明征孟獲，人曰蠻地多邪，殺人首祭神則出兵利。孔明雜以羊豕之肉，以麵包之以像人頭，後人由此爲饅頭之始。至晉盧諶《祭法》，用饅頭列於祭祀之品，而束晳《餅賦》亦有其説。

餻俗作糕，又作餻。

《周禮》：籩人脩籩之食，糗餌粉餈。鄭康成云：二物皆米粉、黍米所造。合蒸曰餌，爲餅曰餈，即糕也，自周始之。劉夢得《九日詩》，五經無糕字，遂輟。宋子京詩云：飂館輕霜拂曙袍，糗之以食聞分曹。劉郎不敢題糕字，空負詩中一世豪。注云：糗餌者，米屑蒸之，或以棗栗肉之中。《方言》餌曰糕，即今之雪糕、栗糕、甑糕之類。許慎曰：餈者，稻餅也，炊米搗爛爲粉，以荁爲粉糝於餈上也。

餅

晉束晳《餅賦》曰：《周禮》仲春天子食糕，而朝士之邊，煮麥爲餅。周之中葉始有餅焉。又餅一名餵飥，出《青箱雜記》。侯思爲侍郎，止食籠餅，必令縮葱加肉，人號縮葱侍郎，疑即今之饅頭之類。漢靈帝好食胡餅，京師皆食之。後趙石勒諱胡改爲麻餅，之始出《續事始》，注云：漢時之胡餅，即今之芝麻餅也。郭林宗家有交人冒雨夜來剪韭，作炊餅食之，即今之麵餅，以韭爲餡也。晉何曾蒸肉餅上不坼十字不食。東坡詩云：吹裂十字瓊肌香。唐僖宗賜新進士紅綾餅各一枚。徐寅詩云：莫欺老缺殘牙齒，曾喫紅綾餅餡來。

裝輿

《金門歲節》：洛陽人家，寒食日裝萬花輿，煮桃花粥。

黃兒

《唐五行志》曰：黃巢未入京時，都人以黃米及黑豆同屑蒸食之，謂之黃賊打黑賊。唐都長安，今自陝而西，以黃米爲米，團棗蒸之，名曰黃兒。其喬麥麵者名黑兒，蓋出於此也。

彭大翼《山堂肆考》卷九《時令・三月》

採葉染飯

《零陵總記》：楊桐葉，細冬青，居人遇寒食，採其葉染飯，色青而有光，食之又云：春饅頭，夏餺飥，秋起溲，冬湯餅，四時皆宜惟牢九乎。或云牢九即今之餛飩也。東坡云：豈無青精飯，使我顏色好。鄭畋詩：園資陽氣，道家謂之青精乾石飢。杜詩：崖蜜遠尋山寺去，青精飯許野僧分。明青䭔飯，光潤碧霞漿。注云：真一，酒也。又云：起溲十裂照坐光。坡注云：蒸餅不裂十字不食。出何曾傳。

不托

束晳《餅賦》曰：魏世凡麥麵入湯煮者，皆曰湯餅。晉時未有不托之號，意不托之作。緣湯餅而務簡矣，今訛爲飥飥，亦宜曰麵也。

麵

束晳賦云：朝之饔煮麥爲麵。唐以前謂之湯餅，唐時呼爲餺飥，詳見歐陽公《歸田録》，《青箱雜記》胃之濕麵。

粽餻

《風土記》曰：端午以菰葉裹粘米煮之，一名角黍。《齊諧記》曰：屈原五月五日投汨羅江死，士人哀之，至此日以竹筒貯米祭之，後人端午以米作粽，此遺風也。《歲時雜記》云：京師以端午爲解粽節，以葉長者勝，短者輸。明皇時，宮中五月五日造粉團角黍粽子，其制不一，有粒粽、茭粽、平進粽、筒粽、九子粽、秤錘粽。宋時有楊梅粽。歐詩：綵索盤中結，楊梅粽裏紅。《文昌雜記》云：唐時有百索粽，宋時有九子粽。王荆公詩：爭傳九子粽。盧循遺劉裕以益智粽。《異苑》曰：粽，屈原之娣所作。

粢音米

宋玉《招魂》詩云：秬粢蜜餌有餦餭。注云：秬音巨即環餅也。唐時重九作糍粢蜜餌者，皆用蜜和米麵爲之。餦餭者即今之餳糖。出王韶《安陸記》。一曰餦餭即今之油熬饊也。

黃兒

《唐五行志》曰：黃巢未入京時，都人以黃米及黑豆同屑蒸食之，謂之黃賊打黑賊。唐都長安，今自陝而西，以黃米爲米，團棗蒸之，名曰黃兒。其喬麥麵者名黑兒，蓋出於此也。

彭大翼《山堂肆考》卷九《時令・三月》

裝輿

《金門歲節》：洛陽人家，寒食日裝萬花輿，煮桃花粥。

彭大翼《山堂肆考》卷一一《時令・端午》

百索粽

《文昌雜録》：唐時五日，有百索粽，又有九子粽。《風土記》：端午烹鵝，以菰葉裹粘米，謂之角黍，取陰陽包裹未散之象。《歲時記》：京師以端午爲解粽節，以粽葉長者勝，短者輸。宋王沂公《皇后閣帖子》：爭傳九子粽，皇祚續千春。

彭大翼《山堂肆考》卷一二《時令・秋分》

餳糕酒已下社日

《夢華録》：京師八月秋社，以社糕社酒相餽送。貴戚宮院，多以豬羊肉及雜物之屬，切片調和，鋪於飯上，謂之社飯。人家婦女皆歸外家，既歸，即外甥姨舅皆以新葫蘆兒爲遺俗，云宜良外甥。

宴雞豚

韓文公詩：願爲同社人，雞豚宴春秋。又《歲時雜記》：二社重陽尚食糕，而重陽爲盛，大率以棗爲之，或加以栗，亦有用肉者。

彭大翼《山堂肆考》卷一三《時令・秋分》

食餌長壽

《西京雜記》：漢武帝宮人賈佩蘭，九月九日佩茱萸，食餌飲菊酒，令人長壽。按：周官籩人職曰：羞籩之實，糗餌粉餈。許慎注：糗，炒乾米麥也，擣之以爲餌。餈，稻餅也，炊米擣之。粉餈以豆爲粉，糝其上也。

不敢題糕

《邵氏聞見後録》：劉夢得作九日詩，欲用糕字，以五經中無此字輒不復爲。宋子京以爲不然，故《九日食糕詩》：颺館輕霜拂曙袍，糗餈花飲鬧分曹。劉郎不敢題糕字，空負詩家一代豪。遂爲古今絶唱。

不敢食糕

《嘉話録》：袁師德給事中高之子九日客出糕。謂坐客曰：某不忍喫，請諸公食。俛首久之，蓋以父名高，故不忍食糕也。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・粥》 口香七日

《金鑾密記》：白居易在翰林賜防風粥一甌，食之口香七日。

蕪蓑豆粥

漢吏始時，薊城反。應王郎光武趣駕出城，晨夜南馳。至蕪蓑亭時，天寒，馮異上豆粥。明旦，帝曰：昨得公孫豆粥，饑寒俱解。

洛陽花粥

《金門歲節録》：洛陽人家，寒食食桃花粥。

爲客辦粥

《世説》：石崇爲客作豆粥，咄嗟便辦，恒冬天得韭萍虀。王愷爲搤腕，乃密貨崇帳下都督，問所以。都督曰：豆至難煮，唯預作熟，客至但作白粥以投之。韭萍虀是搗韭根，雜以麥苗爾。【略】

待漏進粥

《清異録》：魏王繼岌每薦羹，以羊兔猪鱗參之。時盧澄爲平章事，趨朝待漏堂，廚具小饌。澄惟進粥，其品曰粟粥、乳粥、豆沙加糖粥，三種並供。澄取少許，併和而食。廚官遂有王羹亥卯未相，粥白玄黄之語。

煮茗

《茶録》：吴人采茶煮之，名茗粥。

屑榆

唐陽城隱中條山，歲饑，屑榆爲粥以梁爲粥

郭儀恭《廣志》：遼東赤梁，魏武帝以爲御粥。

和豆煮粥

宋范至能口數粥行，家家臘月二十五，淅米如珠和豆煮。大杓轑鐺分口數，疫鬼聞香走無處。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・糕》 九日糕

《歲時記》：民間九日，以片糕搭小兒頭上，乳母祝云：百事皆糕。又糕上置小鹿數枚，號食禄糕。隋《五行志》童謡云，七月刈禾傷早，九月食糕正好。言豐年之兆也。

八月糕

《夢華録》：京師八月秋社，以社糕、社酒相賀送。

棗糕

《藝苑雌黄》：寒食以麪爲糕，若蒸餅樣，以棗拊之，名棗糕。

花糕

唐武則天花朝日遊園，令宫女採百花，和米搗碎蒸糕，以賜從臣。又趙宋九日，以花糕法酒賜近臣。

馮夢龍《古今譚概》卷一四《汰侈部・大卵大饅頭》 正德時，守備中貴人競爲奢靡，有取雞卵或鵝鴨卵破之，不知何術，分黄白而以牛胞刮净，裹其外，約斗許大熟而獻客，曰此駝鳥卵也。又作饅頭大於斗，蒸熟而當席破之，中有二百許小饅頭，各有餡而皆熟。《朝野異聞》

明木增《雲薖淡墨》卷一《大軫紫米》 《酉陽雜俎》：大軫國貢紫米，類巨勝子，炊之一升，得飯一斗，食之髮鬢黑，顔色美，久食不死。

木增《雲薖淡墨》卷三《餵饟》 餵饟，修食也，今北人呼爲波波，南人誤爲磨磨。

木增《雲薖淡墨》卷三《粔籹》 粔籹，以蜜和米煎作之，即今糖餅。杜詩：粔籹作人情。蓋蜀土風。

筍

《王氏農書》：陸佃云，筍字從旬從日，包之日爲筍，解之日爲竹而用之。終於農工漁隱之流而已。何嘗汲汲自出。抑何嘗以農工漁隱之事爲卑鄙而不爲也。今人知出而不知處。知進而不知退。凡讀書不遂。即鄙農工商賈之事而不屑爲所以有濟世之才而無資生之策者多矣如張齊賢以布衣而條當世之務。藝祖留之。

木增《雲薖淡墨》卷三《胡餅》 胡餅，漢靈帝好食之。石勒諱胡，改爲麻餅，即今之芝麻餅也。

木增《雲薖淡墨》卷三《豆粥》 漢光武在蕪婁亭時，得馮異奉豆粥，至久且不志報，況山居可無此乎。用沙餅爛煮赤豆，候粥少沸投之，同煮，暨熟而食。東坡詩曰：江頭千頃雪色蘆，茅簷中没晨烟孤。地碓舂稻光似玉，沙餅煮豆軟如酥。老我此身無著處，賣書夾問東家住。卧聽雞鳴粥熟時，蓬頭曳杖君家去。此豆粥法也。若夫金谷之會，徒咄嗟以誇客，孰若山舍清談，徜徉以俟其熟也。

木增《雲薖淡墨》卷三《地黄餜飥》 崔元亮海上方，治心痛，去蟲積，取地黄大者，净搗汁和細麪，作餜飥食之，出蟲尺許即愈。貞元間通事舍人崔杭如法作

淘食之，蟲出如蟻狀，自是以忠除矣。《本草》：浮爲天黃，半沉爲人黃，惟沉者佳，宜用清汁入鹽則可食，或净洗細截和米煮粥，良有益也。

木增《雲蕵淡墨》卷三《玉糝羹或用出芋》 東坡一夕，與子豁飲，酣甚，搥鼈臛爛煮，不用它料，只研白米爲粉糝食之。忽放箸，撫儿曰：若非天竺酥酡，人間決無此味。

木增《雲蕵淡墨》卷三《蓬糕候飯沸，以蓬拌麪煮，名蓬飯。》 采白蓮嫩者，熟煮細搗，和米粉蒸熟，以香爲度。世之貴介第知鹿茸鍾乳爲重，而不知食此。實天有補詎，可以山食而鄙之哉，閩中有草稗。

木增《雲蕵淡墨》卷三《廣寒糕》 采桂英去青葉，灑以甘草水，和米舂粉，炊作糕。大比歲士友咸作餽子相饋，取廣寒高中之識。又有采花略蒸，暴乾作香者，吟邊酒裏，以古鼎然之，尤有清意。童用屈師禹詩云：膽瓶清韵撩詩興，古鼎餘葩暈酒香。可謂得此花之趣也。

明木增《雲蕵淡墨》卷五《餳枝》 俗以油煠粉粳，綴之米糝，名蓼花。放翁詩曰：新煤餳枝綴紅糝。二字頗新。

明木增《雲蕵淡墨》卷八《隨筆》 牢丸，今湯餅也。見東晳《餅賦》。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 《山海經》曰：西南黑水之間，有都廣之野，后稷葬焉。爰有膏黍、膏稷。補註云：蜀人種稷於深山中，以釀郫筒酒，間以作飯也。

揚雄《益州箴》曰：有粳有稻，自京徂畛，民攸温飽。其《蜀都賦》則云：五穀馮戎瓜瓠饒多矣。【略】

戎菽，蜀人所謂胡豆也。志云：蜀人得種於羌戎，故名。又云即蚕豆，多食傷腎而面黑。黄山谷《戎州答李任道謝分豆粥詩》云：豆粥能驅晚瘴寒，與公同味更同餐。安知天上養賢鼎，且作山中煮菜看。《益州方物略》曰：佛豆粒大而堅，農夫不甚種，唯圃中蒔之，以鹽漬食，小兒所嗜也。贊曰：豐粒茂苗，豆別一類。秋種春斂，農不常蒔。又云：紅豆花白實若大。紅豆葉如冬青，蜀人以爲果飣。贊曰：葉圓以澤，素蔓春敷。子生莢間，纍纍綴珠。

陸游云：豌豆之不實者，其葉名巢菜，蜀以爲蔬。《廣志》曰：朱提有秬豆，花紫，苗似小豆，可爲麪云。

《巴志》：三峽兩厓土石不分之處，皆種燕麥，春夏之交，黄遍山谷，土民賴以充食。蜀人言食燕麥後嗓水，能令下泄。一名油麥，漂之可作麪。【略】

既言衣青衣而舂，添一字何害，但糜自是粥作，米粱字用恐有所未安耳。舂黄糜之語，牧蓋祖後漢志：慊慊舂黄粱之意，不知糜豈可以言粱耶。

《游宦紀聞》：雲林先生黄長睿云，饅頭當用縵字，見東晳《餅賦》，與元關表諸羣食肆所貨薑豉，用個字最爲有理。《老學菴筆記》楊朴處士詩云：數箇胡蝬徹骨乾，一壺村酒膠去聲牙酸。《南楚新聞》亦云一楪毬根數十蝬，盤中猶自有紅鱗。不知蝬何物，疑是餅餌之屬。

《墨莊漫録》：東坡爲翰苑，元祐三年供端午貼子有云：上林珍木暗池臺，蜀産吴苞萬里來。不獨盤中見盧橘，時於粽裏得楊梅。每疑粽裏楊梅之句。《玉臺新詠》徐君蒨共内人夜坐守歲詩：酒中喜桃子，粽裏覓楊梅。今人未見以楊梅爲粽。徐公乃守歲詩楊梅夏熟，歲暮安有此果，豈昔人以乾實爲之耶。東坡以角黍爲午日之饌，故借言之耳。

《歸田録》：京師食店賣酸醨者，皆大書牌牓於通衢，而俚俗昧於字法，轉酸從食，醨從酉。有滑稽子謂人曰：彼家所賣餕餡，音俊陷。不知爲何物也。飲食四方異宜，而名號亦隨時俗，言語不同，或傳者失其本。湯餅，唐人謂之不托，今俗謂之餺飥矣。晉束晳《餅賦》有饅頭薄持起溲牢丸之號，惟饅頭至今名存，而精麤不同耳。不知何世改用刀几，而名不托耳。若叅束宗所賦，則李正文所紀信而有証也。餺飥恐古無此字，殆後人因不托聲稱之而食其旁，與歐公餕音俊、餡音叨之謔，同一關捩也。

《猗覺寮雜記》：北人食麪名餺飥。揚雄《方言》餅謂之飥。《齊民要術》：青麪麥麪堪作飯及餅飥甚美，磨盡無麩，則飥之名已見於漢魏。《五代史・李茂貞傳》：朕與宫人一日食粥，一日食不托。不托，俗語，當以《方言》爲正作餺飥字。

《鼠璞》續釋常談引《資暇録》云：餛飩以象渾沌，不正書混沌，從食不載。故事事物紀原并無此名件。唐逸史載李宗回客知人飲饌，將同謁華陰令。客曰：與公喫五般餛飩。及見果然。《酉陽雜俎》云：今衣冠家有蕭家餛飩，漉去湯肥，可以瀹茗。是舊有此名。《本草》載，艾葉撩一切鬼氣，炒作餛飩，吞三五枚，以飯壓之，取混沌之義信矣。俱從食邊何耶。

《演繁露》：世言餛飩是胡中混氏沌氏爲之。按《方言》餅謂之飩，徒昆反。或謂之餫，音張或謂之餛，音渾則其來久矣，非出胡人也。

《七修類藁》：饅頭，蠻地以人頭祭神。諸葛之征，孟獲命以麪包肉爲人頭以祭，謂之蠻頭，今訛而爲饅頭也。古人寒食，採桐楊葉染飯青色以祭，資陽氣也。今變而爲青白團子，乃此義耳。

《因話録》：食品饅頭本是蜀饌，世傳以爲諸葛亮征南時，以肉麪像人頭而

爲之流傳。作饅字不知當時音義，如何適以欺瞞同音。孔明與馬謖謀征南，有攻心心戰之説。至伐孟獲，熟視營障，七縱而七擒之，豈於事物間有欺瞞之舉，特世俗釋之如此耳。

《丹鉛録》：《食經》五色小餅，作花卉禽獸珍寶形，按抑盛之盒中累積，名曰闘釘，今人猶云釘果盒釘，春盛是也。俗書作餖釘非也。今作餖飣。

《資暇録》：石鑱餅本曰噉餅，同州人好相噉。將投公狀，必懷此而去，用備猝牢之糧，後增以甘辛，變其名質，以爲貢遺矣。

《演繁露》：釋名曰餅，併也，溲麥使合并也。蒸餅、湯餅之屬，隨形而名之。束晳《餅賦》曰：起溲牢九。何曾蒸餅不折作十字不喫。蕭子顯《齊書》曰：詔太廟四時祭薦，宣皇帝麪起餅，起者入教麪中，俗書教爲酵。令鬆鬆然也。本朝讀蒸爲炊，以蒸字近仁宗御諱故也。

《名義考》：凡以麪爲食具者，皆謂之餅，以火炕曰爐餅，有巨勝曰胡餅。漢靈帝所嗜者，即今燒餅，以水瀹曰湯餅，亦曰煮餅。束晳云：玄冬爲最者，即今切麪，蒸而食者曰蒸餅，又曰籠餅。侯思止令縮葱加肉者，即今饅頭，繩而食者曰環餅，又曰寒具。桓玄恐污書畫，乃不復設，即今饊子。他如不托、起溲、牢九、冷淘等，皆餅類。按崔鴻《前趙録》曰：石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。

《五雜俎》：餅，麪資也，《方言》謂之餛飩，又謂之餺。然餛飩即今饅頭耳，非餅也，京師謂之餺饠。胡餅即麻餅也，石勒諱胡，故改爲麻餅。又有蒸餅、豆餅、金餅、索餅、籠餅之異。而唐時有紅綾餡餅，惟進士登第日得賜焉。故唐人有莫嫌老缺殘牙齒，曾喫紅綾餡餅來之詩。今京師有酥餅餡餅二種，皆稱珍品，而内用者加以玫瑰胡桃諸品，尤勝民間所市。又内中所製有琥珀糖，色如琥珀。有倭絲糖，其細如竹絲而扭成團，食之有焦麪氣，然其法皆不傳於外也。

《余氏辨林》：俗傳屈原五月五日投汨羅江，國人每於此日祭之，往往爲蛟龍所攫。屈原顯靈於長沙，歐回因以楝葉裹米，綵絲縛之投江，以二物爲蛟龍所憚也。不知古俗五月五日烹黿食糭，蓋自《續齊諧》所載之謬耳。【略】

《竹坡詩話》：東坡在黄州時，嘗赴何秀才會食，油果甚酥。因問主人此名爲何，主人對以無名。東坡又問爲甚酥，坐客皆曰：是可以爲名矣。又潘長官以東坡不能飲，每爲設醴。坡笑曰：此必錯著水也。他日，忽思油果，作小詩求之。云：野飲花前百事無，腰間唯繫一葫蘆。已傾潘子錯著水，更覓君家爲甚酥。

《留青日札》：麪，小麥末也，今市肆標曰重羅之麪，塵飛雪白，又名玉塵。橘中叟曰：君輸我瀛洲，玉塵九斛。元尚食局有御麥麪，恐即今之番麥也。或以爲因其磨製之巧，不沾塵埃，而名非也。

《漁隱叢話》：今歲時人家作餳蜜油煎花果之類，蓋亦舊矣。粔籹蜜餌有餹餦些。餹餦，餳也，言以蜜和米麪，煎作粔籹。將投公狀，必懷此而去，用備饘是也。

吴楚材《彊識略》卷二六《飲食部》

飯，饋，餉，餔，餵稔也。滫食，飯也。餾，蒸飯氣也。見《説文》。黄帝始蒸穀爲飯，見《周書》。飯食飧饔，見《周禮》。膳夫掌王之飲食，食用六穀黍稷稻粱稗穊。見《禮記》。又灼穀爲之，亦曰餌，亦曰食。食半蒸曰饋，雜飯曰粗，乾飯曰餱，熬粺曰糗飯，殽以水和之也，饋以羹澆之也。飯壞謂之飯。飯臭謂之餲。沙入飯曰慘。所謂饗者設盛禮以飯賓也。見《合璧》。又吕氏《春秋》曰：飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。闕澤《九章》曰：粟飯五十，糲飯七十，稗飯五十，粱飯四十八，御飯四十二。《古史考》：神農時，始有釜甑火食。東方朔《神異記》曰：東方有人名黄父，以鬼爲飯，以霧爲漿。

粥。黄帝始烹穀爲粥，見《禮》。《廣雅》曰：粥，糜饘也。《釋名》：糜，煮米使糜爛也，粥濯於糜，粥粥然也，鼎銘有饘粥以餬余口。《説文》：粥謂之饘，宋衛謂之餬。又饘，厚粥。酏，薄粥也。《方言》：陳楚食麥，謂之養。《鄴中記》：并州斷火作乾粥，中國以爲寒食。又膏糜，見《御覽》：陳太丘令元方季方炊飯成糜。

羹。《釋名》：汪也，汁，汪郎也。《説文》：五味，和也。燒豕肉羹也，《廣雅》謂之清。《淮南子》：豆之上，先大羹。《禮記》曰：大羹不和，鉶、羹有菜，鹽豉其中，菜爲其形象，可食，因以鉶爲名。又羹定、羹齊，皆羹熟也。又《説文》：臛，肉羹。《釋名》：糁，香氣也。王逸注：有菜曰羹，無菜曰臛。堯食藜藿之羹。《楚辭》云：彭鏗斟雉羹以事帝堯。又糝食。酏食，見《周禮》。又記曰：太羹和糝不蓼。《説文》：糂，以米和羹也。又煮米糕食。見《通俗文》。煮麥曰麩。

糭。《風俗記》云，俗以菰葉裹黍米，以淳濃灰汁煮之，令爛熟，於五月五日及夏至日，啖之，一名粽，一名角黍。蓋取陰陽尚相，表裏未分散時之像也。屈

原棟菜事見歲時部。又盧循遺劉裕以益智粽子，裕荅以續命湯。又麥料、蘇料、糖鎚、麪蛙、甘脆、安乾，特見《御覽》。又餳，洋也，煮米謂爛洋洋然也。《方言》謂之張皇，飴謂之餹，今人謂之白糖。《說文》：米糜，煎也，餪飴中煮豆屑也，饘熬稻張餼也。【略】

餅。《釋名》：并也，溲麥麵使合并也。《說文》：麵餈也。《方言》謂之飥，或謂之餺，或謂之餛。《世言》：餛飩是虜中渾氏屯氏爲之，非也。又入爐熬者，名熬餅，亦曰燒餅。入籠蒸者，名蒸餅，亦曰饅頭。《小說》云：武侯征孟獲，人云蠻俗必殺人，以其首祭神。武侯不從，因雜羊豕肉，以麵包之，象人頭以祭，後人遂謂饅頭。入湯烹之，曰湯餅，亦曰濕麵，曰不托，曰餺飥。不托者，言不以掌托也。俗云餺飥者，非見《繁露》。入胡麻者之，曰胡餅。石季龍諱胡，改胡餅曰麻餅。晉人飲食中有寒具，乃環餅也。齊明帝食裹蒸，侯思正食籠餅，即饅頭也。又《湘山野録》有酸餡。蓋轉酸從食，轉餡從西耳。又有冷淘。《齊書》有起餅，起者入教麵中，俗書教爲酵，令鬆鬆然也。宋忌仁宗諱，讀蒸爲炊。

餈。《周禮》：籩人羞籩之實，糗餌粉餈。鄭康成云二物皆粉稻黍米所爲，合蒸曰餌，餅之曰餈。蓋餌即餈也。西漢，宮內九月九日食餌，令人長壽，故今爲俗。《演繁露》云餈，即今人書爲糍，恐餌餈粘，故粉大豆以傳之。糗熬，大豆也。

麥餈。《鄴中記》：始於并州之乾粥。世俗，每至清明，以麥與秫，以杏酪煮爲薏粥，俟凝冷，裁作薄葉，沃以餳若蜜而食之，謂之麥餈。《御覽》謂醴酪，又糗餌，以棗栗豆果蒸之，今謂花糕。又糗，熬米也，糒，乾食也。見《說文》。又粗枚，膏環也。又天寶中，麪以三斤四兩爲斗。

徐世溥《夏小正解》 五月，菽糜。糜，粥也。豆通謂菽。煮豆爲粥，以解暑濕。

周嘉冑《香乘》卷一〇《飲食香》 聚香團

揚州太守仲端啗客以聚香團。揚州事迹

周嘉冑《香乘》卷一〇《飲食香》

淡洋與阿魯山地連接，去滿剌加三日程，田肥禾盛，米粒尖小，炊飯甚香，其地產諸香。《星槎勝覽》

香飯

香積如來，以衆香鉢盛香飯。

又

西域長者子，施尊者香飯而歸，其飯香氣遍王舍城。《大唐西域記》

又

時花菩薩以滿鉢香與維摩詰飯，香普熏毘耶離城，及三千大千世界。時維摩詰語舍利佛諸大聲聞仁者，可食如來甘露味飯，大悲所熏，無以限意，食之使不消。《維摩詰經》

李肇亨《清異續録・饌羞》 環餅，

桓玄待客有寒具。《齊民要術》曰：寒具，今之環餅也。劉禹錫《寒食詩》：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黃深。夜來春睡濃於酒，壓扁佳人纏臂金。則似今之饊子矣。出《表異録》

潘永因《宋稗類鈔》卷三《異數第六》 唐御膳以紅綾餅餤爲重。昭宗光化中，放進士榜，得裴格等二十八人，以爲得人。會燕曲江，乃令大官特作二十八餅餤賜之。盧延讓在其間，後入蜀爲學士。既老，頗爲蜀人所易。延讓詩素平易，近俳。乃作詩云：莫欺零落殘牙齒，曾喫紅綾餅餤來。王衍聞知，遂命供膳，亦以餅餤爲上品，用紅羅裹之。至今蜀人工爲餅餤，而紅羅裹其外。公廚大晏，設爲第一。

方以智《通雅》卷三九《飲食》 不托，餅也。薄夜、薄餅也。起溲，今之蒸酥也。《方言》：餅謂之飥。《齊民要術》：青粟麥麵堪作飯及餅飥。《五代史・李茂貞傳》：朕與宮人一日食粥，一日食不托。不托當時語也，後加餅飥，又作餺飥。王闢之《澠水燕談》曰：筵饌以餅飥在水飯前近蒲，左丞相坐先食之，曰：此中羊麵無異北方，每日餐餺飥，不知身之在遠。東哲言春饅頭，夏薄托，秋起溲，冬湯餺。起溲即今發酵入世謂餅飥爲頭食。范堯夫謫居永州以書寄人曰：油糖之酥也，湯餺，以湯沃之。裸俎作薄衍，陰復舂，又作薄持。《歸田録》作薄持，疑即今煎夾子。陳無功所載一作薄扞。荀氏《四時列饌》傳夏祀以薄夜代饅頭、夾子者，殆今之合餅乎。六朝又呼餅爲餈。《南史》：郭原平感文帝、文帝崩，月食麥餅一枚。齊衡陽王鈞生母病，不肯食五色餅。林洪引崔元亮方作地黃餜飥，則不飥之訛也。

牢丸，乃牢丸也。段成式食品有簡上牢丸，湯中牢丸，元美曰：即子瞻誤以爲牢九者也。東坡惠州詩：豈惟牢九薦，古味要使真。然普已誤用之。東哲賦：終歲飽食惟牢九乎。注：牢九，饅頭類。永叔《歸田録》亦疑之。今陰氏韻

書收此事入九字，下皆相沿未考。智按所謂籠上牢丸乃饅頭，扁食之類，湯中牢丸乃今元宵、湯丸或水餃餌之類。《說文》：餈，粉餅也，即餌後謂之粉角。北人讀角如矯，遂作餃餌。

粔籹、膏環、安乾、餛飩、餛餛、環餅、粹糕、麪麮、餧餖，皆寒具，糝子也。《桓譚新論》曰：孔子匹夫莫不祭之，下及酒脯寒具，致敬而去。《楚辭》：粔籹、蜜餌，有餦餭些。王逸注：吳謂之膏環，亦曰寒具。《通俗文》曰：寒具謂之餟，一曰安乾。盧湛《祭法》曰：四時祠皆用安乾、粔籹之倫。干寶《周禮注》：祭用麪麮，音連婁。晉呼爲環餅。晉時客食寒具污桓玄衣，玄自是不設餧餖。劉禹錫佳話以寒具爲捻頭。《通鑑》有茗糜，一省曰糜，色則反粽也。《南史》：虞悰作扁米糜，即今饊子，一曰寒具，一曰粔籹，一曰餛飩。升菴以餛飩爲波波、磨磨，粔籹則紐形者。餛飩，有餡者。餺餭則粉和餳者，古所謂餈餌也。此皆可充乾物，若京飩糯糍，則必濡濕而熱食者。《南粵志》：閩中十月一日，作糯糍或京飩，以祀祖告冬。楚是日亦裹京飩充節物。《歲時記》：是日黍臛，荊楚十月一日食燋糟，或作燋糖糯糍，今擣糍成餅者也。京飩，今之渾飩，亦曰餃餌。時珍以捻頭、環餅、寒具、粔籹爲一物。寒具一曰巨勝奴。郎瑛注：繁祈雨引，祭之以露。毋勉注云：禮有餽食，乃飴米食也。黃朝瑛曰：《資暇集》云：蕃中畢氏、羅氏好食此味，因謂之畢羅，後人加食爲餵飩。又元和中，有姦僧鑒虛以羊之六府特造一味，時號之曰鑒虛，又加食爲饘餖，然則糊餅謂之糊，可知矣。《玉篇》：餬，音胡餅也，諸聲別畫耳。柯古曰格糈。粹糕，饊也。《禮記》餈即饊字。《禮記》餈餅以糈溲而煎之。糈，粉糕也。餦餭、膊饘，飢餌也。《賓退錄》以糈專爲神供，見《山海經》，糈即饊字。《禮記》餈即是以牙飾盤矣。此說拘甚，或曰牙盤，食有薄餌甘脆。《食經》言：五色小餅盛盒累積曰餖飣，今曰春盛是也。因作餖飣也。坡公與章質夫帖云：公會用香藥卓，皆珍物，爲番商坐賈之苦。今公宴以香藥別卓爲盛禮，私家亦用之。

糊皴，餅上之紋也。糊餅，蒸餅也。《老學菴筆記》楊朴詩：數個糊皴徹骨乾，一壺村醪膠牙酸。《南楚新聞》亦云：一楪羶根數十皴，盤中猶自有紅鱗。紅鱗當作紅綾，蓋唐進士有紅綾餅餤，市中餅或作豚耳狗舌之形，見東晳賦所謂安乾也。《顧遜園》載：南唐烈祖受禪，有鷺鷥餤馳、蹄餤、瓏璁餤、子母饅餖，即饅頭，餤非毛詩之餤，蓋與餡通，歐公所笑酸鹹爲餖餡者。《燕翼貽謀錄》言：仁宗誕日賜包子，即饅頭。

遊水委縆，即水引也，今之切麵也。弘君《舉食檄》云：催廚人作茶餅，剛軟中適，然後引水。傅玄《七謨》曰：蕤賓之時，麵忽遊水而清，引進飛羽之薄衍。即東晳所云弱似春綿。皆謂今之切麵也。六朝人常言水引餅。《齊書》：太祖好水引餅，何戢令婦自執事設上，即水麵也。程大昌載毛植之爲蝴蝶麵，今山陝有此語。

餺飥本渾沌之轉，鶻突亦混沌之轉。程大昌言餛飩出於渾氏屯氏。智按：乃混沌之轉。《食物志》言：蘇家餛飩可以瀹茗。《鼠璞》戴埴何疑其食邊邪，煮切麵過冷水，重作湯下之，言其清也。近時又名鶻突、《釋稗》曰：鶻者，渾之入突者，啜之入。《夢華錄》有餺飥菜。《指南引名物考》有骨董羹，燒樹根爲椑柮。升菴作鶻濁，凡渾沌、餛飩、糊塗、鶻突、椑柮，皆聲轉。

看食，飣坐也。角子，小粽也。鍋子，粘果油燋物。臆餅，餡飣也。《老學菴筆記》曰：淳熙間，集英殿宴金國人使九盞，第一肉鹹豉，第二爆肉雙下角子，第三蓮花油餅骨頭，第四白肉糊餅，第五羣仙炙，第六假圓魚，第七奈花索粉，第八假沙魚，第九水飽、鹹豉、旋鮓、瓜薑、看食棗餌子、臆餅、白胡餅、環餅。智按：蜀人以蒸餅爲餡。音堆《雲溪友議》曰：李日新《題仙娥驛詩》曰：商山食店大悠悠，陳黯餡飣古餘頭。更有嵩中牛肉炙，尚盤數臠紫光毬。餘頭，即捻頭也。看食，今人列置卓上者，古稱釘坐，謂釘而不食者。唐劉遠人目爲釘坐棨。宋祁《益部方物圖》云：海紅豆，蜀人用爲果釘。嵇含曰：人面子仁，南海用爲飣餖。

牙盤，看食盤也。看卓，一名香藥卓。唐少府監御饌，器用九飣，食以牙盤九枚裝食，亦謂之看食。《演繁露》曰：據此即是以牙飾盤矣。此說拘甚，或曰牙盤，謂其色白也，一曰看食飣坐，如今粘果高卓，牙列在前，謂之牙盤。隋唐皆以牙盤進食。高似孫言：奉祀攢陵，得牙盤，食有薄餌甘脆。《食經》言：五色小餅盛盒累積曰餖飣。《鼠璞》曰：香藥卓乃看卓也。坡公與章質夫帖云：公會用香藥卓，皆珍物，爲番商坐賈之苦。今公宴以香藥別卓爲盛禮，私家亦用之。

寬焦，今之薄脆。《真珠船》曰：今三原市賣餅，有曰側厚。按：《東京夢華錄》：糊餅店賣寬焦、側厚。乃知其稱有自，即《武林舊事》所謂寬薄脆者，今但名薄脆。高似孫以安乾即薄脆，一名甘脆。范注祠制曰：孟夏祭有甘脆。

糫麵麵麵皴，皆麥屑也。皇甫謐曰：況臣糠麵糅之雕胡。麵音鑛，麥之麩殼也。安慶緒淘牆麩。麩，麥殼破碎者也。《要術》云：麷音果。者麵，音消。也。唐將作寺丞，以課麩麵遲晚。《類篇》曰：麥莖也。《唐韻》作稍麵麵，音滴頭。麥麶，屑也。見《說文》。《漢書》食糠覈。音紇。注：今京師謂粗屑爲覈頭。《陳平傳》食糠覈。杜詩：黎民糠覈窄。韓詩：土不厭糠粃。粃覈即覈也，亦作

糇，通作紇。

甘麪煮麥爲甘粥也。小顔曰：麪之言齲也，齲，爛也，一曰麪者，糗也，糗亦作麴，今人通以麪音炒米麥爲之麪。甘麪丘舉以蜜和糗，味甘也。孫愐曰：麪麥，粥汁也，麪亦作麵。荀子曰：夏日則與之瓜麪。

餈屠言其膏屠也。《周禮》玉人注：瓚讀爲餈屠作旦反。之屠。疏云：醢人有餈食。漢時有膏屠。按：餈即饘字，粥也。《釋名》曰：粥粥然也，一曰糜，周謂之饘，宋謂之糊。《説文》以糊爲奇食，而以糜爲饘粥之糊。《説文》又有饘以羹，澆食也，以作旦之音，則屠當是饘。今人以食物湯汁，或醬醋曰饘。《周禮》四飲，注漿：今之酨，漿也。酏，今之粥。疏酨昨再切言：載米汁。漢時名爲酨漿。《内則》有黍酏酏，飲粥之清也。《涼州異物志》：高昌以粥爲羅閣。

古人多麥飯，故《説文》著其方言曰餬，曰餈，曰餻，曰餺，皆相謁食麥之名也。《説文》：餬奴廉切餈非尾切餺在各切饘焉困切餻五困切不知於食麥飯一事，而各記其方言何詳也。蓋古多北人，北人食米飯者少耳。今山陝之民有終身不識大米飯者，飯作餅飩。

粢煮之麥曰逢。朝事之籩，其實麷蕡。注：熬麥也。河間以北煮穜麥賣之，名曰逢。賈公彦引漢法，證麷是粢煮之麥。

佻飯，盛饌也。《國語》：佻音脁飯不及壺餐。又作觿飯。觿本作觶。《周禮》：閭胥比觶是也，其狀觶觶然。今猶得古玉觿者，蓋觶類是也。觿飯，蓋行觴而後飯也，今吴下猶然中原韻，讀觿觿如公。

青餲飯，烏飯也。今釋家四月八作，或以烏桕，或以楓，一曰青精飯。《綱目》作餲飯，乃餲訛也。智謂因青精而造耳。吴曾曰：《神仙王褒傳》太極真人以太極青精飯方授之，褒鍊服五季，色如少女。杜詩：惜無青精飯，使我顔色好是也。青精用南天燭葉染之，所謂烏飯樹也。林洪以南燭即旱蓮草，誤矣。沈括云：今人家所種之天竹，有紅子者。智按：不然。《登真隱訣》：謚飯方始創字者。

飯粥

雲子飯言其白也。《漢武内傳》煉丹以赤者爲風，實白者爲雲子。杜詩：飯，抄雲子白。宋許顗彦《周詩話》曰：雲子，雨也，言如雨點耳。出荀子雲篇。智按：荀子《賦篇》：託地而遊宇，友風而子雨，可以餰飣解雲子乎。葛洪《丹經》用雲子，碎雲母也。今蜀中有碎礫，狀如米粒圓白，雲子石也，可證稱雲子者方言耳，杜偶用之。

紅白相雜曰桃花米。崔祖思稱宋武帝節儉，有五盞盤，桃花米飯。問奇廣曰：紅白雜也。智按：是遲芒稻，其米赤，號桃花米，或曰赤米早稻，名鬼見愁。

後飯者先服藥也。岐伯曰：病名酒風，治之以澤瀉朮各三五分，糜銜五分，合以三指撮爲後飯。注曰：先服藥而從容飯也。

温淘滲，溲麵也。溲麵，《説文》从泔也。或作潼，即古所謂滲也。今南京皆以温麵爲温淘。《東坡志林》曰：南都撥心麵，作槐芽温淘糝是也。

輕高麵，發酵起麵也。蕭子顯《齊書》曰：永明九季正月，詔：大廟四時祭薦，宣皇帝起麵餅。注曰：今發酵也。智按：韋巨源《食單》有婆羅門、輕高麵、正籠蒸饅頭，發酵浮起者也。賈公彦解醴食爲起膠餅即此。遵元志有酵課。按：《齊民要術》：奇字有酵、餡餘、糗糒、粳粮、粳粞、睎溲。元美亦抄之并云無音，其别條乃云餡餘，起麵也。陳懋仁曰：《海篇》作倍偷，餅也。元美書多令客纂集得毋誤。見上文之酵，起麵也，而遂以下文之餡餘合之乎以義論之。賈氏嘗以酵發酵之類是也。

李漁《閒情偶寄》卷一二《飲饌部・穀食第二》 食之養人，全賴五穀，使天止生五穀而不産他物，則人身之肥而壽也。較此必有過焉，保無疾病相煎，誇殀不齊之患矣。試觀鳥之啄粟，魚之飲水，皆止靠一物爲生，未聞於一物之外，又有爲之餚饌酒漿，諸飲雜食者也。乃禽魚之死，皆死於人，未聞有疾病而死。及天年自盡而死者，是止食一物，乃長生久親之道也。人則不幸而爲精膳所誤，多食一物，多受一物之損傷，少静一時，少安一時之澹泊。其疾病之生，死古之速，皆飲食太繁，嗜慾過度之所致也。此非人之自誤，天誤之耳。天地生物之初，亦不料其如是。原欲利入口腹，孰意利之反以害之哉。然則人欲自愛其生者，即不能止食一物，亦當稍存其意，而以一物爲君，使酒肉雖多，不勝食氣，即使爲害，當亦不甚烈耳。

飯粥

粥飯一物，爲家常日用之需，其中機彀無人不曉，焉用越俎者强爲致詞。然有喫緊二語，巧婦知之而不能言者，不妨代爲喝破，使姑傳之媳，母傳之女，以兩言代千百言，亦簡便利人之事也。先就庖者言之，飯之大病，在内生外熟，非爛即焦。粥之大病，在上清下淀，如糊如膏，此火候不均之故。惟最拙最笨者有之，稍能炊爨者，必無是事。然亦有剛柔合道，燥濕得宜，而令人咀之嚼之，有粥飯之美形，無飲食之至味者。其病何在，日挹水無度，增減不常之爲害也。其喫

緊二語，則曰粥水忌增，飯水忌減。米用幾何，則水用幾何，宜有一定之度數。如醫人用藥，水一鍾，或鍾半，煎至七分或八分，皆有定數。若以意爲增減，則非藥味不出，即藥性不存，而服之無效矣。不善執爨者，用水不均，煮粥常患其少，煮飯常苦其多。多則逼而去之，少則增而入之，不知米之精液，全在於水，逼去飯湯者，非去飯湯，去飯之精液也。精液去則飯爲渣滓，食之尚有味乎。粥之既熟，水米成交，猶米之釀而爲酒矣。慮其太厚而入之以水，非入水於粥，猶入水於酒也。水入而酒成糟粕，其味尚可咀乎。故善主中饋者，挹水時必限以數，使其勺不能增，滴無可減，再加以火候調勻，則其爲粥爲飯，不求異而異乎人矣。

讌客者有時用飯，必較家常所食者爲稍精，精用何法，曰使之有香而已矣。予嘗授意小婦，預設花露一盞，俟飯之初熟而澆之，澆過稍閉，拌勻而後入碗，食者歸功於穀米，詫爲異種而訊之，不知其爲尋常五穀也。此法秘之已久，今始告人。行此法者，不必滿釜澆遍，遍則費露甚多而此法不行於世矣。止以一盞澆一隅，足供佳客所需而止。露以薔薇香，食者易辨，知非穀性所有。薔薇香櫰桂花三種，與穀性之香者相載，使人難辨，故用之。

湯

湯即羹之別名也，羹之爲名，雅而近古，不曰羹而曰湯者，慮人古雅其名而即鄭重其實，似專爲宴客而設者然。不知羹之爲物，與飯相俱者也，有飯即應有羹，無羹則飯不能下。設羹以下飯，乃圖省儉之法，非尚奢靡之法也。古人飲酒，即有下酒之物，食飯即有下飯之物。世俗改下飯爲廈飯，謬矣。前人以讀史爲下酒物，豈下酒之下，亦從廈乎。下飯二字，人謂指餚饌而言，予曰不然。餚饌乃滯飯之具，非下飯之具也。食飯之人，見美儉在前，七箸遲疑而不下，非滯飯之具而何。飯猶舟也，羹猶水也，舟之在灘，非水不下，與飯之在喉，非湯不下，其勢一也。且養生之法，食貴能消，飯得羹而即消，其理易見。故善養生者，喫飯不可無羹，善作家者，喫飯亦不可無羹。宴客而爲省饌計者，不可無羹，即宴客而欲其果腹始去，一饌不留者，亦不可無羹。何也，羹能下飯，亦能下饌，故也。近□吳越張筵，每饌必注以湯，大得此法。吾謂家常自餚，亦莫妙於此，寧可食無饌，不可飯無湯。有湯下飯，即小菜不設，亦可使哺啜如流。無湯下飯，即美味盈前，亦有時食不下咽。予以一赤貧之士，而養半百口之家，有饑時而無饘日者，遵是道也。

糕餅

穀食之有糕餅，猶肉食之有脯膾。魯論云：食不厭精，膾不厭細。製糕餅者於此二句，當兼而有之。食之精者，米麥是也。膾之細者，粉麵是也。精細兼長，始可論及工拙。求工之法，坊刻所載甚詳，予使拾而言之。以作製餅製糕之印板，則觀者必大笑曰：笠翁不拾唾餘。今於飲食之中，現增一副依樣葫蘆矣。馮婦下車，請戒其始，祇用二語括之曰：餻貴乎鬆，餅利於薄。

麵

南人飯米，北人飯麵，常也。《本草》云：米能養脾，麥能補心，各有所裨於人者也。然使竟日窮年，止食一物，亦何其膠柱口腹，而不肯兼愛心脾乎。予南人而北相，性之剛直似之，食之強橫亦似之。一日三飡二米一麵，是酌南北之中而善處心脾之道也。但其食麵之法，小異於北而且大異於南。北人食麵多作餅，予喜條分而縷晰之，南人之所謂切麵是也。南人食切麵，其油鹽醬醋等作料，皆下於麵湯之中，湯有味而麵無味，是人之所重者不在麵而在湯，與未嘗食麵等也。予則不然，以調和諸物盡歸於麵，麵具五味而湯獨清，如此方是食麵非飲湯也。所製麵目有二種，一曰五香麵，一曰八珍麵。五香饎已，八珍餉客，略分豐儉於其間。五香者何，醬也，醋也，椒末也，芝麻屑也，焯筍或煮蕈煮蝦之鮮汁也。先以椒末芝麻屑二物，拌入麵中，後以醬醋及鮮汁三物和爲一處，即充拌麵之水，勿再用水，拌宜極勻，捍宜極薄，切宜極細，然後以滾水下之，則精粹之物盡在麵中，儘勾咀嚼，不似尋常。喫麵者，麵則直吞下肚，而止咀嚼其湯也。八珍者何，鷄魚蝦三物之肉，晒使極乾，與鮮筍、香蕈、芝麻、花椒四物，共成極細之末，和入麵中，與鮮汁共爲八種。醬醋亦用而不列數內者，以家常日用之物，不得名之以珍也。鷄魚之肉，務取極精，稍帶肥膩者弗用，以麵性見油即散，捍不成片，切不成絲故也。但觀製餅餌者，欲其鬆而不實，即拌以油，則麵之爲性可知已。鮮汁不用煮肉之湯而用筍蕈蝦汁者，亦以忌油故耳。所用之肉，鷄魚蝦三者之中，惟蝦最便，屑米爲麵，勢如反掌，多存其末，以備不時之需，即膳已之，五香亦未嘗不可六也。拌麵之汁，加鷄蛋青一二盞更宜。此物不列於前而附於後者，以世人知用者多，列之又同剿襲耳。

粉

粉之名目甚多，其常有而適於用者，則惟藕葛蕨菜豆四種。藕葛二物，不用下鍋，調以滾水，即能變生成熟。昔人云有倉卒客無倉卒主人，欲爲倉卒主人，

則請多儲二物，且卒急救餓，亦莫善於此。駕舟車行遠路者，此是餱糧中首善之物。粉食之耐咀嚼者，蕨爲上，菉豆次之。欲菉豆粉之耐嚼，當稍以蕨粉和之。凡物入口而不能即下，不即下而又使人咀之有味，嚼之無聲者，斯爲妙品。吾徧索飲食中，惟得此二物，菉豆粉爲湯，蕨粉爲下湯之飯，可稱二耐，齒牙遇此，殆亦所謂勢而不怨者哉。

陳大章《詩傳名物集覽》卷八《草》 彼黍離離

朱傳：黍，穀名，苗似蘆，高丈餘，穗黑色，實圓重。說文：禾屬而黏者也，大暑而種。暑盡而穫，故謂之黍。孔子曰：黍可爲酒，禾入水也。箕子曰：麥秀漸漸兮，禾黍油油。亦與黍離之詩同意。六書精蘊，黍禾下從氽，象細粒散垂之形。爾雅：粢秫。疏：粢一名秫，謂黏粟也，與穀相似，北人用之釀酒。其莖稈似禾而麤大，又秬，黑黍，一稈二米，所以釀鬯。本草黍米味甘温無毒，主益氣補中。陶隱居云：其苗如蘆而異於粟，粒亦大於粟而多於秫，今人呼秫粟爲黍，非也。北人作黍飯，方藥釀黍米酒，則皆用秫也。唐本注黍有數種，亦不似蘆，似粟而非粟。《圖經》云：有二種米，粘者爲秫，可以釀酒，不粘者爲黍，可食，如稻之有粳糯。【略】

彼稷之苗

朱傳：稷亦穀也，一名穄，似黍而小，或曰粟也。《爾雅》：粢稷。注：今江東人呼粟爲粢。《左傳》：粢食不鑿。《月令》：孟春行冬令，首種不入。注：粢歲初先種，孟夏先熟。故云首種不入，謂極寒種不入土也。稷有黃白紫黑，北人呼烏禾，不甚珍，惟祠事用之。《玉藻》云：子卯稷食而菜羹。又云：沐稷而醴粱。【略】

丘中有麻

朱傳：麻，穀名，子可食，皮可績爲布者。【略】《明堂月令》：秋食麻與犬。古者朝事之籩，熬麻麥以實之，謂之麷黃，於植物中最多子。又有蔴者，亦麻類，有實。又胡麻亦有實，本生大宛，一名油麻，淳黑者名巨勝，亦曰一葉兩莢爲巨勝。

陳大章《詩傳名物集覽》卷一〇《草》 維秬維秠

朱傳：秬，黑黍。釋草：秬，黑黍。李巡曰：黑黍一名秬黍。《雅翼》：古者薦籩，有白黑形鹽，白爲燉秬，黑黍即秬也。《左傳》：黑牡秬黍，以享司寒。蓋用以藏冰也，又以爲酒謂之秬鬯。召穆公平淮，宣王策命之詞，詹爾圭瓚，秬鬯一卣。【略】

維糜維芑

朱傳：糜，赤粱粟也。《釋草》：芑，白苗。郭云：今之白粱粟，與贅皆好穀。芑，朱傳，白粱粟也。《釋草》：芑，白苗。郭云：今之白粱粟也。《釋草》：芑，白苗。郭云：今之赤粱粟。《六書故》：俗作床。鄭剛中曰：岐山之陽，種床尤盛，米類稷，可麪可餅，西人飽麪，非床猶飢也。

褚稼軒《堅瓠續集》卷二《端五》 《天中記》：仲夏端午，烹鷹角黍。端，初也，謂五月初五日。

褚稼軒《堅瓠續集》卷二《角黍》 以屈原五月五日，投汨羅江而死，裹飯祀之。《風土記》：端午日，以菰葉裹粘米粟棗，灰汁煮熟，謂之粽。一説開元宮中造粉團及粽，以小角弓射之，中者方食，故曰角黍。宋以菖蒲，或縷或屑，泛酒。章簡公端午帖子云：菖花泛酒堯尊綠，菰葉縈絲楚粽香。

褚稼軒《堅瓠續集》卷三《牢丸》 《丹鉛録》引束哲《餅賦》，有牢丸之目，蓋食具名也。東坡以牢丸具對真一酒，偶語雖工，然不知牢丸具爲何物。後見《西陽雜俎》引伊尹書，有籠上牢丸、湯中牢丸。註云：牢丸，今湯餅也。並無牢丸具。貪奇趁韻，雖東坡亦不免。考《歸田録》引《餅賦》，有饅頭、薄持、起溲、牢丸之號。薄持，荀氏謂之薄夜。起溲、牢丸，皆莫曉爲何物。又見一書引《餅賦》終歲飽施惟牢九乎。觀此，則牢丸未嘗無本，久或誤爲九，九或誤爲丸，亦未可知。○寒具，寒食具也，楚詞所謂餦餭及粔籹蜜餌，即今燒餅與油餜之類，《齊民要術》作環餅。

褚家軒《堅瓠三集》卷三《葱湯麥飯》 朱晦菴訪婿蔡沈不遇，其女出葱湯麥飯留之，意謂簡褻不安。晦庵題詩曰：葱湯麥飯兩相宜，葱補丹田麥療飢。莫謂此中滋味薄，前村還有未炊時。

褚家軒《堅瓠三集》卷四《神仙粥》 神仙粥專治感冒風寒暑濕，頭痛骨疼，并四時疫氣流行等症。初得病兩三日，服此即解。用糯米半合，生薑五大片，河水二碗，於沙鍋内煮一二滾，次入帶鬚大葱白五七個。煮至米熟，再加米醋小半盞，入内和勻，乘熱喫粥，或只喫粥湯，即於無風處睡以出汗爲度。此以糯米補養爲君，薑葱發散爲臣，一補一散，而又以酸醋斂之。甚有妙理，屢用屢驗，非尋常發表之劑可比也。

褚家軒《堅瓠九集》卷一《甘貧嚥粥》 《宦遊紀聞》：解大紳，官詞苑，食天

廚，未至於屢空也。第水旱頻仍，歲遭荒歉，每甘貧而啜粥。一日有感，詠詩云：水旱年來稻不收，至今煮粥未曾稠。人言筋插東西倒，我道匙挑前後流。捧出堂前風起浪，將來庭下月沉鉤。早間不用青銅照，眉目分明在裏頭。紈袴之子，不識歲之凶荒，而帷欲飽食終日者，可以省矣。《戒菴漫筆》載煮粥詩云：煮粥何如煮飯強，好同兒女熟商量。一升可作二升用，兩日堪爲六日糧。有客只須添水火，無錢不必問羹湯。莫言淡薄少滋味，淡薄之中滋味長。詩亦淡而有味，一書作沈石田詩。近聞嘲薄粥詩云：薄粥稀稀水面浮，鼻風吹動浪千層。有時看來好似西湖景，只少漁翁下釣鉤。薄粥稀稀碗底沉，鼻風吹起浪波秋。有時首魚，不知石乃藥石之石，或云石耳。乳乃乳田所種，非吳中牛酪所成。嘉定間，黃子中在廣中，見韶陽屬邑民爭乳田。問之，曰：村民掘地爲窖，以粳米粉遍鋪之，雜草卷其上，用糞壤擁之，候雨過氣出，發之，米粉皆化成白蛹蠐蟧狀。取蛹搗汁，和粳米粉蒸成乳餅，味甚甘美。佛經所食此乳也。

褚家軒《堅瓠秘集》卷三《乳田》 今齋食者，以佛經許食乳石，故唤乳餅石耳。乳乃乳田所種，非吳中牛酪所成。嘉定間，黃子中在廣中，見韶陽屬邑民爭乳田。問之，曰：村民掘地爲窖，以粳米粉遍鋪之，雜草卷其上，用糞壤擁之，候雨過氣出，發之，米粉皆化成白蛹蠐蟧狀。取蛹搗汁，和粳米粉蒸成乳餅，味甚甘美。佛經所食此乳也。

褚家軒《堅瓠秘集》卷六《饅頭》 蠻地以人頭祭神，諸葛孔明征孟獲，命以麪包肉爲人頭以祭，謂之蠻頭。今則訛而爲饅頭。又淮源舊有祠堂，蠻俗恒用人祭之。《北史》韋珍爲東荆州刺史，乃曉告曰：天地明靈，即人之父母，豈有父母甘子肉味，自今宜悉以酒脯代用，羣蠻從約。而春秋時，至用國君於社，如用邾子於次睢之社，其慘酷更倍於蠻俗矣。

來集之《倘湖樵書二編》卷一〇《湯餅索餅》 今俗以麥麪之線索而長者曰麪，其團塊而匾者曰餅。考之古人則皆謂餅也。劉禹錫賜進士張盥詩云：憶爾懸弧日，余爲座上賓。舉筯食湯餅，祝辭添麒麟。湯餅而舉筯食之，馬永卿云，即世之長命麪。此唐人以麪爲餅之一證也。漢張仲景《傷寒論》云：食以索餅，餅而云索，乃麪耳。此漢人以麪爲餅之一證也。《後漢梁冀傳》云：進鳩加炙拭之轉皎白。則漢謂之煮餅，晉謂之湯餅耳。《荆楚歲時記》：六月伏日並作湯餅，名爲辟惡。越人俗言冬至餛飩，夏至麪是也。《唐書·王皇后傳》云：獨不念阿忠脱紫半臂，易斗麪爲生日湯餅耶。《湘素雜記》：凡以麪爲食具，皆謂之餅。火燒而食，呼爲燒餅，水瀹而食，呼爲湯餅，籠蒸而食，呼爲蒸餅，而饅頭謂之籠餅。市井有鬻胡餅者，不曉名之所謂，易其名爲爐餅，則誤也。《晉書》：王

長文在市中鬻胡餅。《唐肅宗實録》：楊國忠自入市，衣袖中盛胡餅。

吴景旭《歷代詩話》卷一七丙集中之中《牢丸》 東晳《餅賦》：其可以通冬達夏，終歲常施，四時從用，無所不宜，惟牢丸乎。

吴旦生曰：注勞頭之類。《藝文類聚》謂《餅賦》有牢丸之目，蓋食具名也。余觀盧諶《祭法》云，春祠用勞頭、餳餅牢丸，夏秋冬亦如之。則牢丸洵四時皆宜矣。

《西陽雜俎》引伊尹書有籠上牢丸，湯中牢丸，則是牢丸類勞頭，又類湯餅耶。東坡詩以牢丸具對真一酒，悞以丸字作九字。陸放翁詩蟹供牢丸美，亦悞。賦中又云，春則勞頭宜設，夏則莫若薄夜，秋則起溲可施，冬則湯餅爲最。余按荀氏《四時列饌傳》云：春祠有勞頭餅，夏祠以薄夜代勞頭。徐暢《祭記》云：五月麥熟薦，新起漱白餅。《世説》云：何平叔噉熱湯餅，汗出自拭，色轉皎潔。據此，則晉時自有此食具也。

吴景旭《歷代詩話》卷四九庚集中之上《糕》 《聞見後録》曰：劉夢得作九日詩，欲用糕字，以六經中無之，輒不復爲。宋子京以爲不然，特於九日詩中用糕字，爲古今絶唱。詩云：廳館輕霜拂曙袍，糗餈花飲勸分曹。劉郎不敢題糕字，空負詩中一世豪。

吴旦生曰：《周禮》：籩人羞籩之實，粉餈粉稻黍米，所爲合蒸曰餌，餅之曰資，蓋餌即餈也。賈佩蘭説宫中九月九日，食蓬餌，令人長壽。方餌謂之餈，或謂之粢，或謂之餦，或謂之飴，或謂之餈。《歲時記》：民間九日，餈上置小鹿數枚，號食禄高。《字學集要》云：餈亦作糕餻糍，《鶴林玉露》云：白樂天詩，移坐就菊叢，餈酒前羅列。則固已用之矣。劉白唱和之時，不知曾談及此否。余因攻樂天詩：宜城酒似餳，黏臺，酒似餳。緑餳黏盞杓，如餳氣味緑。黏臺，則禹錫之疑字，豈倡和時亦未談及耶。

吴景旭《歷代詩話》卷五八辛集中之上《生子》 東坡《賀陳章生子詩》剩欲去爲湯餅客，却愁錯寫弄麈書。

吴旦生曰：劉禹錫《送進士張盥詩》：爾生始懸弧，我作座上賓。引筯舉湯餅，祝詞天麒麟。注云：三朝會曰湯餅會。《嬾真子》云：東坡正用此詩，故謂之湯餅客也。必食湯餅者，世所謂長命麪也。《青箱雜記》云：湯餅，濕麪也，凡以麪爲食煮之，皆謂之湯餅。《珊瑚鈎詩話》云：或問湯餅謂之不托，何也。曰未有刀機時，以手托之。既用刀機，則不托矣。《資暇集》云：今俗字有餺飥，乖

之且甚。然余觀《五代史》昭宗云：朕與宮人一日食粥，一日食不托。注謂不托，俗語當以方言爲正，作餺飥字。按：《方言》餅謂之飥。《齊民要術》：青麪麥麪堪作飯及餅飥，甚美。則飥之名，已見於漢魏矣。

《舊唐書》：太常少卿姜度妻誕子，李林甫手書慶之，曰：聞有弄麞之慶。客視之掩口。

吳景旭《歷代詩話》卷六二壬前集上《寒具》 劉無黨題梁忠信山水云：明窓短幅來何處，亂點依稀浣寒具。

吳旦生曰：桓玄喜陳書畫，客有食寒具不濯手而執畫帙者，偶涴之後，遂不設寒具。蘇東坡跋二王書云：恠君何處得此本，上有桓玄寒具油。無黨句與坡同意。陸放翁詩：看畫客無寒具手。

按《齊民要術》云：寒具一名饊餅。《西陽雜俎》：伊尹干湯之言有寒具。吳綱《五總志》謂是今之饊子也。劉禹錫《寒具詩》：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黃深。夜來春睡無輕重，壓匾佳人纏臂金。亦以爲饊子也。若林和靖《寒食詩》有客初嘗寒具罷。蓋又以寒具爲寒食之具矣。宋玉《招魂》云：粔籹密餌有餦餭。些五臣注：粔籹，饊餅也，吳謂之寒具。餌，《方言》謂糕。餦餭，餳也，亦謂之餡，此則其乾者也。王逸注：以蜜和米麵，熬煎作粔籹，擣黍作餌。又有美餳漿味甘美也。朱晦翁注：以米麵煎熬作之，寒具也。宋林洪謂《招魂》此句自是三品粔籹，乃蜜麪少潤者，七夕蜜食也。餦餭，乃寒食、寒具也。又觀《漢制考》云：以二竹簞方，玄被纊裹有蓋。注竹簞方者，器名也，以竹爲之，狀如簞而方，如今寒具。《箋疏》：寒具若邊人朝事之籩。注謂清廟未食，先進寒具，口實之邊實，以冬食，故謂之寒具。蓋又以寒具爲寒冬之具矣。

干寶司徒儀曰祭用麴糱，晉制呼爲撮餅，又曰寒具。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論豆第七》 薏苡仁可作粥、作飯、蒸糕，皆命方者，器名也，以竹爲之，狀如簞而方，如今寒具。注謂清廟未食，先進寒具，口實之邊。注謂清廟未食，先進寒具，口實之邊實，以冬食，故謂之寒具。蓋又以寒具爲寒冬之具矣。

張岱《夜航船》卷一《天文部》 臘八粥。宋制十二月八日浴佛，送七寶五味粳米中加入也。東土人呼爲陸穀，種在家園者，用其鮮葉可助粥之色味，或作湯飲亦佳而益人。凡白米陳者以嫩葉助之，庶幾如新。水田香稻青葉，秋間摘以煮粥更佳。

張岱《夜航船》卷一《天文部》 臘八粥。宋制十二月八日浴佛，送七寶五味粳米中加入也。東土人呼爲陸穀，種在家園者，用其鮮葉可助粥之色味，或作湯飲亦佳而益人。凡白米陳者以嫩葉助之，庶幾如新。水田香稻青葉，秋間摘以煮粥更佳。

張岱《夜航船》卷一《天文部》 臘八粥。

張岱《夜航船》卷一《天文部》 角黍。屈原午日投汨羅，楚人以竹筒貯米投水祭之。有歐回者，見三閭大夫曰：君所祭物多爲蛟龍所奪，須裹以練樹葉，五綵絲縛之，可免龍患。故後人製爲角黍。一曰唐天寶中，宮人中五日造粉團角食，以小角弓射之，中者方食，故曰角黍。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 饅頭。諸葛武侯南征孟獲，瀘水洶湧不得渡。有云須殺人以頭祭之。武侯曰：吾仁義之師，奚忍殺人以代犧牲。於是用麵爲皮，裹猪羊肉於內，象人頭而祭之。後之有饅頭始此。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 防風粥。白居易在翰林，賜防風粥一甌，食之口香七日。

胡麻飯。晉劉晨阮肇入天台山採藥迷路，流水中得一杯胡麻飯屑，二人相謂曰：此去人家不遠。因窮源而進，見二女曰：郎君來何暮也。邀至家，待以胡麻飯，山龍脯，結爲夫婦。逾月二人辭歸，訪於家，子孫已七世矣。

青精飯。道士鄧伯元受青精石爲飯，食之延年益壽。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 麷糱麷糱

《升菴集》干寶《周禮》注云：祭用麷糱，晉呼環餅，又曰寒具，今曰饊子。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 粔籹密餌

《升菴集》杜詩云：粔籹蜜餌有餦餭。此一句是三品粔籹，乃蜜麪之乾者，十月間爐餅也。蜜餌，乃蜜麪少潤者，七夕蜜食也。餦餭，乃寒食寒具也。《方輿勝覽》云：粔籹，以蜜和米煎之。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 餺飥

朱翼猗《覺寮襍記》北人食麪名餺飥。揚雄《方言》：餅謂之飥。《齊民要術》云：青麪麥麪堪作飯及餺飥。則飥之名已見於漢魏矣。《五代史・李茂貞傳》：朕與宮人一日食粥，一日食不托。不托乃俗語也，當以《方言》餺飥字爲正。

明按：《資暇録》云：或問湯餅謂之不托，何也。曰：未有刀几，時以手托之，既用刀几，則不托矣。此説爲長。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 畢羅

《升菴集》朱文公《刈麥詩》云：霞觴幸自詩真一，垂鉢何須問畢羅。《集韻》畢羅，修食也。按《西陽襍俎》：韓約有櫻桃饆饠。今北人呼爲波波，南人呼爲磨磨。

明按：貞一，酒名。又張表臣《珊瑚鈎詩話》云：畢氏羅氏好以羊鵝之肉爲

餅而食，因號畢羅。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 牢丸

《升菴集》：東晳《餅賦》有牢丸之目，蓋食具名也。東坡以牢丸具對真一酒，誠工矣。然不知爲何物，後見《酉陽襍俎》引伊尹書，有籠上牢丸、湯中牢丸，以丸爲九東坡之誤也。牢丸即今之湯餅。

陳祥裔《蜀都碎事》卷一 火米，蜀皆有之，以稻穀蒸熟，然後舂以爲米，即南中之蒸穀米也，但蜀盛行之耳。又有稻米作飯甚香，食之令人脹，曰香稻米。

高士奇《天禄識餘》卷六《起麪》 齊永明元年詔：太廟四時薦起麪餅。蓋以麪和酒酵爲之，即今之蒸餅也。

高士奇《扈從東巡附録》 飛石黑阿峰，黏穀米糕也，俗重跳神祭品，此爲上獻，色黄如玉，味膩如脂，頗香潔。跳神之家，主婦主鬯，而男擊鼓佐之，無親疎，男女環觀。祭畢雜坐，分糕如受餕，餽遺鄰里，若重呪然。

高士奇《扈從東巡附録》 希福百勒稗子米也，塞田境膚，粳稻不生，故種莧稗，亦自芃芃可愛，需火焙而始舂，脱粟成米，圓白如珠。

高士奇《編珠》卷三《酒膳部》 玉饌珍肴

左思《吴都賦》曰：競其區宇則，并疆兼巷。矜其宴居，則珠服玉饌。辛延年《羽林郎歌》云：不意金吾子，娉婷至我廬。就我求珍肴，金盤膾鯉魚。

西旅東牆。

玉粢《七釋》曰：西旅游梁，御宿素粢。瓜州紅麴，參糅相半。軟滑膏潤，入口流散。傅巽《七誨》曰：孟冬香秔，上秋膏粱。雕胡菰子，舟具東牆。濡潤細滑，流澤芬芳。

南海秬東湖菰

《吕氏春秋》曰：飯之美者，元山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。徐幹《七喻》曰：南土之秔，東湖之菰。

高士奇《編珠》卷三《酒膳部》 韭萍虀莫莢飯

《世説》曰：石崇爲客作豆粥，咄嗟立辦，恒冬天得韭萍虀，王愷不能及，乃密貨帳下都督問所以。都督曰：豆至難煮，惟預作熟，客至但作白粥以待之。韭萍虀是搗韭根，雜以麥苗耳。劉公幹《清慮賦》曰：虞氏之爨，火珠之甑，炊嘉禾之米，和莫莢之飯。

五雲漿十字餅

《漢武故事》曰：西王母次藥，有五雲之漿。王隱《晉書》曰：何曾字穎考，位太常，性豪侈。大官所供蒸餅，上不坼作十字，不食。

胡麻飯露葵羹

《列仙傳》曰：漢明帝永平中，剡縣有劉晨阮肇，入天台山採藥，迷失道路，見二女喚劉阮姓名，因邀過家，供胡麻飯及山羊脯噉之。宋玉《諷賦》曰：主人之女，爲臣炊雕胡之飯，烹露葵之羹，勸臣食。

紅麵粉粱

潘尼賦曰：紅麵之飯，糅以茨粱。五味道洽，餘氣芬芳。傅毅《七激》曰：鳧鴿之羹，粉粱之飯。

瓊靡瑶蕤

《楚詞》曰：精瓊靡以爲粮。王逸注曰：精，鑿也。靡，屑也。粮，糧也。言精鑿玉屑，以爲糧也。張衡《思元賦》曰：屑瑶蕤以爲糧兮，斟白水以爲漿。

高士奇《編珠》卷三《酒膳部》 屑藥飯透花餲

張衡《思元賦》曰：屑瑶藥以爲糧兮，斟白水以爲漿。

《品物類聚》曰：吴興米炊之甑香，人以此米擣爲餲，名透花餲。

乾飯水餐

《漢書》曰：胡邵爲淮南太守，使鈴下閣外炊，暴作乾飯，閣内不設釜甑。《北堂書鈔・顧和與蔡節度書》曰：宜食水餐，夏侯家漿酪。水餐獨勝於粱也。

高士奇《編珠》卷三《酒膳部》 玉屑瓊枝

吴筠《餅説》：細似華山之玉屑，白如梁甫之銀泥。《楚詞》云：折瓊枝以爲羞。注：羞，脯也。

高士奇《續編珠》卷一《歲時部》 《玉燭寶典》曰：洛陽人家，重陽日造迎涼脯、羊肝餅。

《荆楚歲時記》曰：民間九日作糕，上置粉麵小鹿數枚，號食禄糕。

《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載五》 飯一

《説文》：饋，餐飯也。餾，飯氣增。《爾雅》曰：饋，餾飤也，食飯謂之餾。《説文》：餾，飯氣蒸也。鑽以粱，澆飯也。饎飯，傷熱也。饐傷，濕也。原《春秋運斗樞》曰：粟五變，以陽化生而爲苗，秀爲禾，三變而粢，謂之粟，四變入臼，米出甲，五變而蒸飯可食。《周禮》曰：膳夫掌王之食飲。食，飯也。飲，酒漿也。食用六穀，稌黍稷稬麥粱

菰蒲雕胡。《禮記》曰：母搏飯，母放飯，母流歠，母揚飯，飯黍毋以箸。又曰：凡食齊眡春時。飯宜溫齊和調。《呂氏春秋》曰：飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。《潛夫論》曰：夫粱飯食肉，有好於面目，不若糲飯藜蒸之可食於口也。閻澤《九章》曰：粟飯五十，糲飯七十，稗飯五十，黍飯四十八，御飯四十二。《風土記》曰：精折米十取七，八取漸，使青蒸而飯色，乃紫紺於東流水，飯食與洗而除不祥。王烈之《安成記》曰：安成郡毛亭往同亭三十里，二亭田畴膏腴，厥稻馨香，飯若凝脂。東方朔《神異記》曰：東方有人名黃父，以鬼爲飯，以霧爲漿。

飯二

原：《周書》曰：黃帝始蒸穀爲飯。增：韓子曰：堯糲蒸之飯。尹文子曰：晉國貧，文公儉以矯之，因食脫粟之飯。

原：韓子曰：孫叔敖爲令尹，糲飯菜羹。《晏子春秋》曰：晏子相齊，食脫粟飯。增《列子》曰：楚王好細腰，宮中皆以三飯爲節，期年而有黎黑之色。《莊子》曰：宋鈃尹文其爲人太多，其自爲太少。日請置五升之飯足矣。原：衛宏《漢舊儀》曰：齊則食文，二人旋案陳三十六肉、九穀飯。宗躬，《孝子傳》曰：吳人陳遺爲郡吏，母好食鍋底焦飯。遺在役，恒帶一囊，每煮食取焦者以貽母。【略】

飯三

原：芳菰，奇秣。曹植《七啓》曰：芳菰精稗，霜蓄露葵。陸機《七徵》曰：神泉奇秣，嘉禾之穗，含滋發馨，素穎玉銳。精粢，湍潤。《左傳》曰：太羹不致，粢食不鑿。杜預注曰：不精鑿也。傅巽《七誨》曰：黍稷孟冬香秔，上秋脊粱，雕胡、菰子，丹貝東牆，湍潤細滑，流澤芬芳。脫粟，折秔。《漢書》曰：公孫弘爲丞相封侯，食一肉脫粟之飯。魚豢《魏略》曰：太祖嘲王朗不能效君，昔在會稽折秔米飯。朗曰：適宜實難如朗，昔者未可折而折，明公今日可折乃不折。饛簋，陪鼎。毛詩曰有饛簋飧有捄棘匕毛萇注曰饛簋盛飧捄棘匕長也。鄭玄注曰：西旅，東牆。王粲《七釋》曰：西旅遊粱，御宿素餐。瓜州紅糗，參糅相半。軟滑膏潤，入口流散。下已見前雲子，雪花。杜甫詩曰：飯抄雲子白，簸去糠粞，蒸於釜古詩曰：雪花凝椀白。青精，黃粱。青精一名南天燭，又曰黑飯草，以其可染黑飯也，道家謂之青精飯。故《仙經》云：服草本之正氣，與神通，食青燭之精，命不復限。謂此也。杜詩曰：豈無青精飯，使我顏色好。《本草》云：黃粱穗大毛長，其穀米皆粗於白粱，而收子少。古詩云：新炊間黃粱。玉屑，瓊糜。《酉陽雜俎》云：太和有二人遊嵩山迷路，見一人衣潔白，枕一樸物方眠。見二人且問，所自因開樸，兩裏皆玉屑飯授與二人，曰：分食此，雖不足長生，可一生無疾。乃起，與二人指路。《楚詞》精瓊糜以爲糧。按：注云：精，鑿也。糜，屑也。粮，糒也。言精鑿玉屑以爲飯。【略】

飯四

原：雕胡。宋玉《風賦》云：主人之女，爲臣炊雕胡之飯，烹露葵之羹，來勸臣食。按：《西京雜記》云：菰之有米者，長安人謂之雕胡。又云：會稽人顧翺少失父，事母至孝，好食雕胡飯，常率子女躬自採撰。精稗見前飯三。菰梁。劉梁《七舉》云：菰梁之飯，入口灑流。送以熊蹯，咽以豹胎。葇英。劉公幹《清慮賦》云：虞氏之饗，火珠之飯，炊嘉禾之米，和葇英之飯。紅麴。潘尼《釣賦》云：紅麴之飯，糅以菰米，五味道洽，餘氣芬芳。粉粱。傅毅《七激》云：晁鴿之羹，粉粱之飯。蠶飯。謝承《後漢書》曰：司馬苞字仲威，爲太尉，常食粗飯。乾飯。又云：胡劭爲淮南太守，使鈴下閣外炊，暴作乾飯，閤內不設釜甑。麥飯。《後漢書》曰：世祖至南宮，遇大風雨，引車入道旁空舍，對竈燎衣。馮異進麥飯充飢。豆飯。應璩新詩曰：寵下炊牛犬，甑中共豆餐。椹飯。《吳書》袁術在壽春時，百姓飢窮，以桑椹蝗蟲爲乾飯。橡飯。郭孔舒《在窮記》云：舒到宛墓下，彭城王送橡飯十斛。一飯。夫差謂勾踐曰寡人禮先一飯矣言已齒長也。再飯。《禮記》武王侍文王一飯亦一飯，再飯亦再飯。共飯。不澤手。搏飯。致飽之意不廉。勸飯。臣勸如是賢者三。放飯。去手餘飯於器中。增：申椒。《楚詞》雜申椒與菌桂。胡麻。劉阮入天台山採藥，見澗中有胡麻飯一杯流出，因取食之。王昌齡《贈米鍊師詩》：百花仙醞能留客，一飯胡麻幾度春。覆甑。《物理論》云：忿譽之末熟，覆甑而棄之，所害亦多矣。【略】清風飯。唐有清風飯，用水、精米、龍睛粉、龍腦末、牛酪漿、調事畢，下水池冷透，進之。原：大梁之黍。張協《七命》曰：大梁之黍，瓊山之禾，唐稷播其根，農帝嘗其華。不周之粟，南海之秬，東湖之菰。徐幹《七喻》曰：南土之秔，東湖之菰。粒各自分《釋名》曰：飥，分也，粟粒各自分也。按：飥音分，半蒸飯也。成熟爲飯。《論衡》曰：穀之始熟曰粟，舂之於臼，簸去糠，蒸於釜甑，舉之以火，成熟爲飯，乃甘可食也。糝麵若霜。傅玄《七謨》云：雕胡之粱，穆以饘粱。香秔九折，糝麵若霜。菰糧雪累。杜預《七規》云：菰糧雪累，斑鯖錦文。萬盤百陶。崔駰《七依》云：萬盤百陶，精細如蟻。既滑且香。桓驎《七說》云：新城之秔，雍丘之粱。重穋代熟，既滑且香。稗細麵精，芳菲異糧。縹粒赤身。孔煒《七引》云：芳秔雕胡，縹粒赤

身。離秬方顯，絶域累臻。鮮若朝雪。孫敏《七誘》云：鏤盤盦丹，實以餘糧。鮮若朝雪，流曜飛芳。散如細蟻。桓驎《七說》云：香粢爲飯，雜以粳菰。散如細蟻，聚若凝膏。御宿青穮。王粲《七釋》云：乃有西旅游梁，御宿青穮。河內旨稻。袁子云：河內青稻，新城芳稅，雕胡細筍，游梁精美。爲客治飯。《淮南子》云：屑玉蕊以爲糧。張衡《思玄賦》云：屑玉蕊以爲糧兮，雜白水以爲漿。玄山之梁，不周之稻。崔駰《七依》。陽山之穮，九期之禾。劉劭《七華》。會稽之菰，冀野之粱。張衡《七辨》。南箕無舌，飯多沙糖。《易林》：大畜之益，天女推牀，不成文章。南箕無舌，飯多沙糖。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二》

粥一　原：張揖《廣雅》曰：粥，糜饘也。增：又曰：粥厚曰饘，粥薄曰酏，米爛曰潘。原：《釋名》曰：糜，煮米使糜爛也。粥濯於糜，粥粥然也。增：又曰寒粥末稻，米投寒水中育育然。原：揚雄《方言》：陳楚之間，相謁食麥，謂之餈。餬於是粥，於是以餬予口。《風土記》曰：天正日南，黃鐘踐長，是日始，牙動爲餬粥以養幼。俗尚以赤豆爲糜，所以象色也。郭義恭《廣志》曰：遼東赤粱，魏武帝以爲御粥。《南越志》曰：盧陵城中有井，半青半黃，黃者甜滑宜作粥，色如金似灰汁，甚芬馨。《鄴中記》曰：并州之俗，以冬至日後百日爲介子推斷火，冷食三日作乾粥，中國以爲寒食。《涼州異物志》曰：高昌僻土有異於華，寒服冷水，暑啜羅閣。鄙人呼粥。《天文要集》曰：玉井主粥廚。

粥二　原：《周書》曰：黃帝始烹穀爲粥。增：《禮記》曰：齊大饑，黔敖爲粥於路。有餓者來，敖左奉食，右執飲。曰：嗟來食。餓者揚目而視曰：予惟不食嗟來之食，以至於斯也。【略】《時鏡新書》曰：齊魏收當寒食，餉王元景粥。因與收書曰：始知令節，須御麥粥，加之以糖，彌覺香冷。蘇軾帖曰：夜飢甚，吳子野勸食白粥，云能推陳致新，利膈益胃。

粥三　【略】屑麴，斧冰。《晉紀》建興中，京師饑甚，太倉有麴數十餅，麴允屑爲粥，以供帝。魏武帝《苦寒行》曰：行行日以遠，人馬同時飢。擔囊行米薪，斧冰持作糜。烹穀，泛膏。上詳粥二《齊諧記》曰：吳縣張成夜起，忽見一婦人立於宅南角，舉手招成曰：此地是君家之蠶室，我即此地之神。明年正月半，宜作白粥泛膏於上，以後年年大得蠶。今之作膏糜像此。劉家發盆　尹氏羅鼎。《續搜神記》曰：樂安劉池荀家在夏口，忽有鬼來劉家喜偷食。劉即於池家煮治葛取二升汁，密齎還家。向夜舉家作粥食，餘一甌，因瀉葛汁著中於瓦上，以盆覆之。人定後，聞鬼從外來，發盆啖糜。既須臾間，在屋頭吐，送於此絶。《録異傳》曰：周時，尹氏貲盛，五菜不別，會食數千人遭饑荒，羅貼作粥饗之，聲聞數十里。增：煮茶，屑榆《茶録》：吳人采茶煮之，名茗粥。《新唐書》曰：陽城歲饑，屏跡不避，鄰里屑榆爲粥，講論不輟。宰相三種　翰林一甌。《清異録》曰：魏王繼妾每煮羹，以羊兔豬鵝參之。時盧澄爲平章事，趨朝待漏堂，廚具小饌，澄惟進粥。其品曰：粟粥、乳粥、豆沙加糖粥三種，並供。澄取少許，併和而食。廚官遂有玉糝玄卵，未相粥白玄黃之語。《金鑾密記》曰：白居易在翰林，賜防風粥一甌，食之口香七日。【略】

粥四　【略】蜀嫗茶粥。傅咸爲司隸教云，聞南市有蜀嫗，作茶粥賣之，廉事打破其器物。許婦粟粥。郭子云，許允爲吏部郎，多用其鄉里。帝遣虎賁收之，婦云無憂，尋還作粟粥待之。進粥却寒。太公金匱云：武王伐紂，都洛邑而雪深丈餘。師尚父使人持一器粥，開門而進，曰：天寒，故進熱粥以却寒。咄嗟便辦。王愷不能及，每以爲恨。朝輔作粥。曹植表云：諸老熙朝之輔，每作粥食肴惟蔬薤。都亭賦粥。謝承《後漢書》云：南陽陸續仕郡户曹吏，時饑荒，太守尹興使續於都亭賦民饘粥。續悉簡閱其人，訊以名氏，六百餘人無有差謬，興異之。【略】全活甚衆《王裒別傳》云：裒爲吳郡內史，其年大饑，裒出私財爲百姓餘粥，全活甚衆。作粥呼之王隱《晉書》云：孔恒太作粥置門外，呼飢人食之，謂是嗟來。皆無往食者。鮪粥折齒《焦氏易林》云：鮪粥折齒，失其道理。【略】

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餅一》

原：劉熙《釋名》云：餅，并也，溲麥麵使合并也。胡餅，言以胡麻著之也。《説文》曰：餅，麵資也。揚雄《方言》曰：餅謂之飥，或謂之餈，或謂之餛。增：范子曰：餅出三輔。原徐暢《祭祀記》曰：五月麥熟薦新，作起溲白餅。崔寔《四民月令》曰：立秋，無食煮餅及水溲餅。增：《餅餌閒談》曰：餅，搜資麥麵所爲，或合爲之。入爐熬者名熬餅，亦曰燒餅。入籠蒸者，名蒸餅。入湯烹之，名湯餅。其他豆屑雜糖爲之，曰環餅。和乳爲之，曰乳餅。《歸田録》曰：唐人謂湯餅爲不托，今謂餺飥。《青箱雜記》曰：凡以麵爲食煮之，皆爲湯餅。盧諶《祭義》曰：春祠用饅頭、湯餅、髓餅、牢丸。夏秋冬亦如之。夏祠別用乳餅，冬祠用環餅也。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餅二》

《隋唐嘉話》曰：劉晏五鼓

入朝，時寒，中路見賣胡餅，乘熱氣，使人買之，以袖包啖。謂同列曰：美不可言。《唐摭言》曰：宣宗賜韋澳孫宏銀餅餡，食之甚美，皆乳酪膏腴之所爲。【略】《清異録》曰：湯悦逢士人於驛舍，士人揖食，其中一物是爐餅，各五事。細味之，餡料不同。以問士人，歎曰：此五福餅也。又曰郭進家能作蓮花餅餡，有十五隔者，每隔有一折枝蓮花，作十五色。自云周世宗有故宫婢流落，因傳此法。婢言宫中人號蕊押班。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餅三》 麵起，水引。蕭子顯《齊書》曰：永明九年正月，詔太廟四時祭，薦宣皇帝麵起餅。又曰：何戡爲司徒左長史，太祖爲領軍，與戡來往，數置歡宴。上好水引餅，戡令婦女躬自執事，以設上焉。【略】五色，二儀。《西陽雜俎》曰：刻木蓮花，藕窠獸形，按成之，累積五色。《豐年録》曰：開元中，長安物價大減，兩市賣二儀餅，一錢數對。薄夜，亥日，《荀氏四時列饌傳》曰：春祠有曼頭、餅，夏祠以薄夜代曼頭，無能作以白環餅。《雜五行書》曰：十月亥日，食餅令人無病。【略】銀線，玉英。山谷詩：湯餅一杯銀線亂。《廣異記》曰：有道人持湯餅語人曰：此玉英粉，食之七日當羽化。【略】豚耳，羊肝。東晳《餅賦》曰：若夫安乾粔籹之倫，豚耳狗舌之屬。劍帶案成，餡飪髓燭，或名生於里巷，或法出乎殊俗。《荆門歲節記》曰：洛陽人家，重陽作羊肝餅。玉屑，瓊肌。上詳吴均《餅説》。東坡《餅詩》：炊裂瓊肌十字香。作賦，成詩。上詳後餅四。《摭言》曰：段維智嗜煎餅，一餅熟成一韻詩。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餅四》 原：通冬達夏，終歲常施。充虚解戰，湯餅爲最。並見東晳《餅賦》崔瑞范汪《祠制》云：秋薦雀瑞餅，冬薦白環餅。見餅二。樓木作餅。《吴録》曰：交趾有樓木，其内有白米屑，就水淋之如麵，可作餅臛雞爲餅。見庾闡《惡餅賦》。手縈迴而交錯。見東晳賦。披素麵之揮霍。杜預《七規》云：膳夫騁伎，飄忽若仙。披素麵之揮霍，若將絶而復連。遊水清引，飛羽薄衍。傅玄《七謨》曰：乃有三牲之和羹，蔡賓之時麵，忽遊水而清引，進飛羽之薄衍。弱似春綿。見東晳賦。細如委纓。弘君《舉食檢》云：催廚人作茶餅，煞油煎葱，瀝茶以絹，當用輕羽，拂取飛麵，剛軟中適，然後水引細如委纓，白如秋練。三牲之和。傅玄《七謨》，見上。五内香芳。吴時《外國傳》曰：大秦國以麵爲集餅，五内香芳。濯以玄醢，鈔以象箸。東晳賦。停食作賦。《諸葛恪别傳》云：孫權常饗客設餅，恪停食，索筆作《麥賦》。張桂賣胡餅。《廷尉決事》云：張桂私賣胡餅，後爲蘭臺令。湯官主餅餌。見餅二。畫地爲餅，不可啖食。增：槐芽。蘇軾詩：青浮卵盌槐芽餅，紅點冰盤菡萏魚。縮葱爲餅。侯思止食龍餅，必令縮葱加肉，號縮葱侍郎。糅米爲餅。唐王世充爲秦王所圍，糧且盡，人相食。至以水泊泥去礫，取浮土糅米屑爲餅，尚書郎皆餓死。置之屋上。《拾遺記》曰：江東俗，正月廿四日爲天穿日，以紅縷繫煎餅置屋上，謂之補天穿。杖子。隋庾狄士文爲貝州刺史，其子啖官廚餅，杖二百。乞兒。《時鏡新書》曰：四月八日，長沙市肆之人無子者，供寺閣下羊肉薄餅，結願以乞兒，往往有驗。起餅。《齊民要術》有《餡餬篇》云：餡餬滑而美。按：餡餬，起餅也，發酵，使麵輕高浮起。炊之。賈公彦以爲起膠餅也。啖將。《韻府》曰：崔承慶云，諸將皆嗜利者，以一漿十餅啖之去矣。見風消，《潛確類書》：見風消油，俗餅也。可映字。《清異録》曰：金陵士大夫鼎鑉有七妙，餅可映字，其一也。同阿。又曰天成中，帝令作同阿餅。法，用碎肉與麵溲和如臂，刀截，每隻二寸，厚蒸之。六朝呼餅。齊衡陽王鈞母病，不食五色餅。注：六朝人呼餅爲餅。蜀人呼餡。李商《饊語詩》：拈餡舐指不知休。注：蜀呼蒸餅爲餡。櫻桃餲餻。《小説》唐宰相有櫻笋會，廚食之精者有櫻桃餲餻。今北人喚爲波波，南人喚爲磨磨。蓮花餅餡。見餅二。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餅五》 粄。即粽，又餅。案：六朝人呼餅爲餅。

增：《荆楚歲時記》曰：三月三日，取鼠趨草汁蜜和爲粉，謂之龍舌粽。音板。《齊書》曰：虞悰少以孝聞，父病不欲見人，雖子弟亦不得前。時悰年十二三，晝夜伏户外，問内消息，未知輒嗚咽流涕。如此者百餘日，及亡終喪，惟食麥粽一枚。囊麥嗽。《南史》曰：沈衆，陳武帝時，兼起部尚書，監起太極殿，恒布袍芒履，以麻繩爲帶，又囊麥粽以嗽。合米擣。《夏統別傳》注曰：蔵初生，合米搗作粽。

糍即餻。按：蜀人呼餅爲糍。

增：膏糍。《埤蒼》曰：餻，膏糍也。糖糍。《時鏡新書》曰：龍山食，有糖糍菊酒。

餺飥。《五代史・李茂貞傳》作餺飥，其爲餅一也。

增：《猗覺寮雜記》曰：北人食麵名餺飥。揚雄《方言》曰：餅謂之飥。《齊民要術》曰：麥麵堪作餺飥。宋范堯夫謫居永州與人書曰：此中麵無異北方，每日餐餺飥，不知身之在遠。朱子上丞相書曰：安得食此，無麵之不托。

糗糒

原：峙乃糗糧。《尚書》云：峙乃糗糧，無敢不逮。以待賓位。崔寔《四民月令》曰：四月可以作棗糒，以待賓位。羞籩之實，雜用之下。《儀禮》云：主婦反取籩於房中，執棗糗，坐設之棗在稷南，糗在棗南。按：鄭注云，棗餌食之籩糗，羞籩之實，雜用之下，賓尸也。【略】奉糗一斛。《東觀漢記》云：嚴尤擊江賊，世祖奉糗一斛，脯三十朐。舂糗芳。《楚詞》九章曰：播江離與滋菊兮，願春以爲糗芳。道進。《左傳》曰：陳轅頗出奔鄭，道渴，

其族輩咀進稻醴粱糗腶脩焉。船戟。韓愈送窮文曰：草船載糗。止樹下食。《東觀漢記》曰：張禹巡行守舍，止大樹下食糗乾飯。使長史持糒膠遺廣。乾食。《說文》曰：糒，乾食也。糗，熬米也。磨散。《釋名》曰：糗，齲也，飯而磨散之，使齲碎也。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・糝》 原：藜羹不糝。《莊子》云：原憲居魯，藜羹不糝。藜蒸不糝。《墨子》云：孔子窮於陳蔡之間，蒸藜不糝。無損肉餚，使糝肥羹。《神異經》曰：南方有獸名無損，肉可作餚，使糝肥羹而咋肉不壞，吞之不入糝，盡吏添肉，復作餚，如初愈美，名不盡餚是也。案：此獸如鹿豕頭，善依人，求五穀割取，肉不病，肉自復生。日食百粒，以糝藜藿。《老子傳》云：桑虞喪父，毀瘠過禮，日食百粒，以糝藜藿。增：米屑。米屑爲糝。《釋名》糝，敖也，相黏敖也。米粉。《禮・內則》云：糝，取牛羊豕之肉，三如一，小切之，與稻米二肉一，合以爲餌煎之。注：糝，米粉也，米二肉一，米爲主，肉爲輔，合以爲餌也。掌羞豆。《周禮》曰：醢人掌羞豆之實，酏食糝食。投羹中。《正字通》曰：投粒羹中，亦曰糝。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・糜二》 原：作糜食飢者。《吳錄》云：海鹽李壽作糜，以食飢者，而不自名。爲飢民作糜。《漢獻帝紀》曰：興平元年，帝在長安，是歲穀一斛五十萬，豆麥一斛二十萬。帝使侍御史侯汶出太倉米豆爲飢人作糜。增：嗽糜。俗說曰王東亭常之吳郡，就汰公宿。別，汰公設豆薏糜，白嗽一大甌，東亭有難色，汰公強進半甌。潰粥。《六書》曰：糜，故粥之潰熟者也。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二》 糭一

增：包金，粘玉。吳子和《端午詞》：角黍包金，香蒲切玉。章簡公詩：九子粘蒲玉粽香。原：菰葉裹黍，竹筒貯米。《風俗記》云：俗以菰葉裹黍米，煮令爛熟，於五月五日及夏至日啖之，一名糭，一名角黍。《續齊諧記》云：屈原以五月投汨羅而死，楚人哀之，每至此日，取竹筒貯米投以祭之。

糭二

原：汨羅遺風。漢建武中，長沙區迴於五月五日，忽見士人自稱三閭大夫，謂迴曰：君當見祭，但常所遺俱爲蛟龍所竊。今君忠可以楝樹葉塞，其上以綵絲纏縛之，此二物蛟龍所憚也。迴謹依旨。今世人五日作糭，并帶楝葉及五綵絲，皆汨羅遺風。南土所珍《宋書》云：後魏太祖至彭城求酒并甘橘，孝武帝致蠃杯雜糭。盧循遺糭。《晉書》云：廣州刺史盧循遣使遺劉裕益智糭，裕苔以續命湯。李彪設糭。《齊書》云：范雲，永明十年使魏，魏人李彪宣命至，雲見彪美，設甘蔗甘糭，隨盡復益。增：射粉團。唐宮造粉團角黍，以小角弓射之，中者得食。傅九子。王禹《玉端陽皇后閣帖》：爭傳九子粽，皇祚續千秋。按：糭子形不一，有角糭、雞糭、菱糭、筒糭、秤槌糭、九子糭。連昌歜。蘇子瞻詞：菰黍連昌歜。庾家糭。庾家糭子，白瑩如玉。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・粔籹》 原：蜜作粔籹。《楚詞》曰：粔籹蜜餌，有餦餭些。注曰：粔籹，環餅也。吳謂之膏環，亦謂之寒具。餦餭，餳也，言以蜜和米麵，煎煮作粔籹，搗黍作餌。又有美餳，衆味甘美也。簪刺粔籹。《異苑》云：張驥，永初中喪於，都司馬茂往哭，見驥悉几而坐，以簪刺粔籹食之。增：可留。粔籹，蜜和米麵煎之，作之冬春，成者可留數月。寒食，禁烟時用也。易散。《齊民要術》名環餅，粉和麵牽索捻成，象環釧形。《廣雅》謂之粹饊，今通名饊子。饊，易消散也。葛方。葛洪《肘後方》名捻頭，捻其頭也。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二》 寒具一

原：寒具不入。張逸遺令曰：閉口寒具不得入。《通俗文》云：寒具謂之餈。寒具致敬。《桓譚新論》云：孔子匹夫耳，而卓然名著天下，莫不以牛羊雞豕而祭之，下及酒脯寒具致敬而去。增：會客不設。桓靈寶具法書名畫，請客觀之，客有食寒具不濯手而執書畫，因有涴玄不懌，自是會客不設寒具。食宜濯手。宋人小說以寒具爲寒食之具，即閩人所謂煎脯，以糯粉和麵油煎，沃以糖食之，不濯手則能污物。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・麵二》 增詩：宋陸游《朝飢食蜜麪甚美詩》曰：一杯蜜餺飥，老子腹膨脝。坐擁茅簷日，山茶未用烹。又曰：一杯蜜餺飥，未著芼油葱。天上蘇陀供，懸知未易同。明程敏政《傅家麪食行》曰：傅家麪食天下工，製法來自東山東。美如甘酥色瑩雪，一匕入口心神融。旁人未許窺炙爺，素手每自開蒸籠。侯鯖尚食固多品，此味或恐無專功。并洛人家亦精辨，斂手未敢來爭雄。主人官屬司徒公，好客往往尊罍同。我雖北人本南產，飢腸不受餅餌充。惟到君家不須勸，大嚼頗懼冰盤空。滕前新生兩小童，大者已解呼乃翁。願君飣餖常加豐，待我醉攜雙袖中。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・冷淘一》 增：切以吳刀野狐泉一臠，善製水花冷淘，切以吳刀，淘以洛酒，潦葉於鎔耳中，過投於湯，其疾徐鳴掌，趁之不及，富子攜金就食之。苦於嗜麪《河東備錄》曰：并代人苦於嗜麪，潦斗貯之，老幼自以多寡，取之至飽。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餛飩一》 增：《食物志》曰：餛飩或作餫飩，象其圜形。唐高懌《羣官解頤》云：嶺南地暖，其俗入冬好食餛飩，往

往稍暄食，須用扇。至十月旦，率以扇一柄相遺。書中以喫餛飩爲題，故俗云：踏梯摘茄子，把扇食餛飩。《南越志》曰：閩人十月一日，作京飩祀祖告冬。程大昌曰：餛飩出於混氏屯氏。《清異録》曰：金陵士大夫家事鼎鐺，餛飩湯可注研。又曰：蕭家餛飩可以淪茗。宋陸游詩曰：蒸餅猶能十字，裂餛飩那得五般來。元方回詩曰：争似梢工留口喫，秀州城外鴨餛飩。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・饅頭一》 增：奠瀘水。《三國志》曰：諸葛亮平蠻回，至瀘水風浪横起，兵不能渡，回報亮。亮問孟獲，曰：瀘水源猖神爲禍，國人用七七四十九顆人頭並黑牛白羊祭之，自然浪平静，境内豐熟。亮曰：我今班師，安可妄殺，吾自有見。遂命行厨宰牛馬，和麪爲劑，塑成假人頭，眉目皆具，内以牛羊肉代之，爲言饅頭，奠瀘水岸上，孔明祭之。祭罷，雲收霧捲，波浪平息，軍獲渡焉。案駝膞。《正字通》：饅開首者曰案駝膞，吴下呼餡餡，讀作攔詐，言熟食之肥也。子母饅頭。南唐有子母饅頭。誕日，賜羣臣包子，即饅頭。玉柱，灌漿。皆饅頭之别名也。包子。《燕翼貽謀録》：仁宗誕日，賜羣臣包子，即饅頭。玉柱，灌漿。皆饅頭之别名也。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・糕》 增：餈粉。《周禮》疏云：蒸籠之實，模餌粉餈。鄭箋云：今之餈糕。九日糕，《歲時記》民間九日，以片糕搭小兒頭上，乳母祝云百事皆高。又糕上置小鹿數枚，號食禄糕。八月糕。《夢華録》曰：京師八月秋社，以社酒社糕相賫送。棗糕《藝苑雌黄》曰：寒食以麪爲糕，若蒸餅樣，以棗附之，名棗糕。花糕。唐武則天花朝日游園，令宫女采百花和米搗碎蒸糕，以賜從臣。又趙宋九日，以花糕法酒賜近臣。師德不食。《嘉話録》曰：袁師德給侍中高之子也，九日出糕，謂坐客曰：某不忍食糕。俛首者久之，以父名高故耳。夢得罷題。《野客叢書》曰：劉夢得嘗作九日詩欲用糕字，思六經中無此字遂止。故宋景文《九日詩》曰：劉郎不敢題糕字，虚負詩人一世豪。豐兆。《隋五行志》童謡云：七月刈禾傷早，九月食糕正好。言豐年之兆也。寶階。《松漠紀聞》曰：金國重陽，有寶階糕。花糕員外。《清異録》曰：皇建僧舍，傍有糕坊，主人由此入貲爲員外官，都人呼花糕員外。嘗赤棗糕。明高啓詩曰：故園莫憶黄花酒，内府初嘗赤棗糕。

王士禎《居易録》卷一六 猺人社日以南天燭染飯，競相餽遺，曰青精飯。

揆叙《隙光亭雜識》卷一 蜀人呼粽爲餈筒，吴中謂粔籹爲米果。見放翁詩。

王棠《燕在閣知新録》卷七《烏飯》 《零陵總記》：烏飯謂之青精飯，又名黑飯，又名青飯。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《麵飯》 肅宗爲太子時，嘗侍明皇膳，尚食置熟俎，有半臂膞上。顧使太子割餘，汚漫在手，以餅潔之，上熟視不懌。肅宗舉餅啖之，上乃悦，曰福當如此愛惜。覩此事可知，唐時進膳用麵與飯，與今北人同也。攷明皇初如此惜福，後乃命宦者姚思藝爲檢校進食，使水陸珍饈數千盤，一盤費中人十家之産。末年失國奔走食糲飯而雜以麥豆，猶未得飽，與皇孫等相視而泣。棠謂明皇若能常如教肅宗惜福之時，亦何必遽至，於是肅宗啖餅一事，深爲可嘉，若今世富貴子弟，任父兄不懌，彼必將餅棄之。唐祚失而復延，雖不在此，然此一事，亦可云改過遷善矣。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《不落英》 四月八日，用白麵調蔬品，攤桐葉上，合葉蒸食，名不落英。《大明會典》：四月八日，以此賜百官。又以米蒸作飯，用不落葉包蒸之，胡人爲供佛之食。與烏飯同謂之不落角兒。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《餅》 《續漢書》曰：靈帝好胡餅。後趙石勒諱胡字，改爲麻餅。又《漢書・百官表》有湯官主餅餌。後代因有湯餅之名。晉何曾好食蒸餅，所食非作十字拆則不下箸。所云靈帝好胡餅，既曰胡餅則必有漢餅也。總而論之，餅不同有四，一曰餅，今之厚餅是也。二曰胡餅，今之麻餅是也。三曰蒸餅，何曾所食，即今之油餅是也。四曰湯餅，今之薄餅是也。晉以來有不托之名，不托亦餅之屬，今訛爲餑飥矣。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《饅頭》 《食物紀原》云：武侯南征，將渡瀘水，土俗殺人首祭神。亮以羊豕代，取麵書人頭祭之，饅頭始此。南唐有子母饅頭。《燕翼貽謀録》：宋仁宗誕日，賜羣臣包子，即饅頭别名也。今徽俗誕辰必用饅頭餽客，可知此俗帝王家已然，不獨徽郡也。盧邁《祭法》：春祀用饅頭、餌餅、餻餅、牢九。束晳賦饅頭與薄持分爲二。荀氏《四時列饌傳》：夏祀以薄夜代饅頭。薄夜、薄持，皆餅名也。又徽俗謂饅頭曰壽桃。《正字通》云：麵食之長曰薾，斜曰桃，施於生辰，故曰壽桃。此物賤而易得，昔宋王丞相沂公與孫冲同榜，冲子京往辭，公相留云：喫食了去。飭子弟云：已留孫京喫食，安排饅頭。饅頭時爲盛饌也。事出《莊敏遺事》。束晳云：饅頭之類。按：牢九當是牢丸之誤。又唐人謂麵曰饅頭。韋巨源《食帳》中有輕高麵。注云籠蒸也。又大内有玉尖麵，《清異録》云：出尖饅頭也。事已詳載饌餚内。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《苦賈餈饠》 餈饠以麵爲之，中有餡。黄朝瑛曰《資暇集》論餈饠云，蕃中畢氏羅氏好食此物，因名畢羅，後人又加食旁也。唐劉僕射崇龜以清儉自居，甚招物論。嘗召同列餐苦賈餈饠，朝士莫不哂其矯，然

嗜好在人。《劍南病酒詩》云：一杯苦竇壘，價直婆娑界。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《麻蕊》 古人名稷曰粢，粢在器曰盛，故曰粢盛。今俗以糗米屑爲餅曰粢。《釋名》：粢，慈，軟也，通作粢。方名讀若慈，今世之麻慈，即古之所謂粢也。

方式濟《龍沙紀略・飲食》 稻米甚貴，販自濮陽，用以待賓客食病者。三城並産蕎麥，甘香如雪，宜糕餅，中土所未得有。

方式濟《龍沙紀略・飲食》 三城之地，艾渾爲腴，産粟黍大小麥。默爾根産靡穄麥。卜魁土最瘠，唯産靡麽，似小米而黄，即稷也，關西謂之穄。夏秋間，以未脱者入釜，淺湯熟燀，爆以烈日，焙以炕火，礲而炊之，香軟可食，冬則生礲香稍減。

方式濟《龍沙紀略・物産》 老鸛穀莖葉如雞冠，高丈許，實如栟櫚子，深赤色，取粒作粥香美。

方式濟《龍沙紀略・貢賦》 菱六稜而小，産諾尼江，去皮乾之。

蕎麥麵更三四磨者白如雪。

艾渾麥麵甘香，勝中土所産，作餅鬆美。

楊賓《柳邊紀略》卷四 供祭者，猪肉及飛石黑阿峰，飛石黑阿峰者，黏穀米糕也，色黄如玉，質膩，糝以豆粉，蘸以蜜，跳畢以此徧餽隣里親族，而肉則拉人於家食之，以盡爲度，不盡則以爲不祥。

姚之駰《元明事類鈔》卷三《歲時門》 花糕。《帝京景物略》：京師九日，麪餅種棗栗，其面星星然，曰花糕。

赤棗糕。高啓《九日食賜糕詩》：故園莫憶黄花酒，内府初嘗赤棗糕。

花糕旗。《帝京景物略》：九日糕肆，摽紙彩旗，曰花糕旗，都人市以相問遺，父母必迎女食花糕。

姚之駰《元明事類鈔》卷三一《飲食門・餅》 徑二尺。《帝京景物略》：京師於八月十五日爲月餅，月果，咸屬相饋，餅有徑二尺者。

閣老餅。《玉堂叢話》：邱文莊自製餅，軟膩適口，托中官進，上食之喜，命司膳效爲之。不中。程俱被貢，因請之，邱不告。以故中官曰：此豈宰相事耶。由是京師盛傳爲閣老餅。吴偉業《説餅詩》：閣老膏環常對酒，徵君寒具好烹茶。

雞粉溲麵。《卓異記》高皇欲食湯餅，光禄治具不精，多所誅戮。言往時入一山寺中，僧進湯餅甚佳，今竟不能致。遣使尋寺僧問法，乃以嫩雞作粉溲麵爲之。使復命盡戮寺僧。

餅須葱味。《談薈》：李于鱗食蒸餅，必須有葱味而不見葱。

眉公餅。吴偉業詩：餅師柜粢山翁印。自注：眉公好説餅，市者以爲名。

眉公名動寰宇，甚至鬻柜粢，市塩豉者，皆被以眉公之名，無得免焉。

春餅。申時行《立春賜百官春餅詩》：紫宸朝罷聽傳餐，玉餌瓊殽出大官。

甘酥瑩雪。程敏政詩：傳家麪食天下工，製法來自東山東。美如甘酥色瑩雪，一由入口心神融。

兩舉箸。《談薈》：楊襄毅公每噉麪一甌，輒兩舉箸，凡十六舉箸而罄八甌。

姚之駰《元明事類鈔》卷三一《飲食門・糕》 華月糕。《元氏掖庭記》：武宗泛月於太液池，酌元霜之酒，啗華月之糕。

榆錢糕。《帝京景物略》京師四月，以榆錢麪和糖蒸食之，曰榆錢糕。

花糕。《帝京景物略》：京師九月，麪餅種棗栗，其面星星然，曰花糕。

赤棗糕。高啓詩：故園莫憶黄花酒，内府初嘗赤棗糕。

燈圓。夏言《上元賜喫圓子詩》：雕盤露甲絲絲袖，玉盌霜團顆顆圓。明顧清《以燈圓餉人詩》：梅欲酬圓忙着意，雪如爭巧故成團。

粉丸。莫寬《粉丸詩》：净淘細碾玉霏霏，萬顆完成素手稀。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷二一《天地門二一・火》 火米。《本草》：火米有三，有火蒸治成者，有火燒治成者，又有畬田火米，與此不同。李德裕《嶺南道中詩》：五月畬田收火米，三更津吏報潮難。元稹《酬翰林白學士代書詩》：麪黎通蒂朽，火米帶芒炊。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一六〇《器物門一三・甑》 甑香。《雲仙雜記》：吴興米炊之甑香，白馬豆食之齒醉。號國夫人廚吏鄧連以此米舂爲透花甑，以豆洗皮作霊沙腻，以供翠鴛堂。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一六〇《器物門一三・籠》 籠餅。《倦遊雜録》：今人呼煮麪爲湯餅，唐人呼饅頭爲籠餅，豈非水瀹而食者，皆可呼湯餅，籠蒸而食者，皆可呼籠餅。市井有鬻胡餅者，不曉名之，所謂得非熱於爐而食者，呼爲籠餅宜矣。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七〇《器物門二三・酏》 酏食。《周禮》酏人羞豆之實，酏食糝食。注：鄭司農云，酏食以酒酏爲餅。玄謂酏，餈也。《内則》曰：取稻米，舉糔羞之，小切狼臅膏，以與稻米爲餈。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・粥》 粥厚。《廣雅》：粥厚曰餬粥，薄曰酏米，爛曰潘。

粥熟蘇軾《豆粥詩》：卧聽雞鳴粥熟時，蓬頭曳履君家去。

粥薄《廣雅》，見粥厚下。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・麪》 麪食。【略】《青箱雜記》爲以麪爲食，煮之皆爲湯餅。程敏政傳家麪食行：傅家麪食天下工，製法來自東山東，美如甘酥色瑩玉，一匕入口心神融。

麪資。《説文》：餅，麪資也。

麪水。《北户録》：栟櫚莖葉與波斯棗、古貝、椰子、檳榔小異，其木如莎樹皮，釀木皮出麪可食。《洛陽伽藍記》云：昭儀寺有酒樹麪水，得非栟櫚乎，其心爲炙，滋腴極美。

麪梨。元稹《詶翰林白學士代書詩》：麪梨通蓓朽，火米帶芒炊。

麪糊。《詩話總龜》：潁州張龍圖嘗見州牒押字，多圈下拽一畫。有人云，押字有如蒸麪糊。

餅樣。張應聲曰：爲官恰似麪糊圈。

麪堆。《雲仙雜記》：郡公對雪，尚隆之曰：麪堆金井，誰調湯餅。吴永素曰：玉滿天山，難刻珮環。坐間服其韵精。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・餅》 餅脯。《大方便佛報恩經》：嚴駕五百大象，負載飲食運趣施壇，飯食如山，乳酪如池，膏油餅脯，種種餚饍，百味具足。

餅餌。《漢書・百官表》：少府屬官有大官、湯官、導官。注：師古曰：大官主膳食，湯官主餅餌，導官主擇米。《唐書・黠戛斯傳》：諸部食肉及馬酪，惟阿熱設餅餌。【略】《急就篇》：餅餌麥飯甘豆羹。注：溲麪而蒸熟之，則爲餅。餅之言并也，相合并也。溲米而蒸之，則爲餌，餌之言而也，相黏而也。【略】

餅餤。《摭言》：宣宗賜韋澳孫宏銀餅餤，食之甚美，皆乳酪膏腴之所爲。《清異録》：郭進家能蓮花餅餤，有十五隔者，每隔有一折枝蓮花，作十五色。【略】

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・醯》 醯酢。《急就篇》：餅餌麥飯甘豆羹。注：甘豆羹，以洮米泔和小豆而煮之也。一曰以小豆爲羹，不以醯酢，其味純甘，故云甘豆羹也。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七六《草木門一・麥》 麥麵。《後漢書・夜郎傳》注。《臨海異物志》曰：栟櫚木皮中有似搗稻米片，又似麥麵，中作餅餌。《原化記》：大曆初，鍾陵客崔希真家於郡西。二年十月初朔，夜大雪，希真晨出門，見一老人衣裘戴笠，避雪門下。崔異之，請入。既去簑笠，見神色毛骨非常人也，益敬之。問曰：家有大麥麵聊以充飯，叟能是乎。老父曰：大麥受四時氣，穀之善者也，能沃以豉汁則彌佳。崔因命家人具之，叟又獻松花酒。老父曰：花蕊無味，某野人也能令其醇美。乃於懷中取一丸藥，色黄而堅。老人以石碎之，置於酒中，則頓甘美矣。《癸辛雜識》：今人呼麥麵爲來牟，或曰牟粉，皆非也。《廣雅》云：餅爲小麥，然則來牟，自是兩物。《説文》云：大麥，牟也，牟一作鞪，又作麰，周之所以受瑞麥。來牟即今之大麥。按：小麥生於秋後二百四十日，秀之後六十日成。秋種冬長，春秀夏實，具四時之氣，兼有寒温冷熱，故小麥性微寒，以爲麪則温。麪則熱，麩則冷。

麥餅。黄庭堅《謝張泰伯惠黄雀酢詩》：麥餅薄於紙，含漿和鹹酢。

麥糕。《東京夢華録》：清明節日，坊市賣稠餳、麥糕、乳酪、乳餅之類。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七六《草木門一・麥》 麥飯。【略】《急就篇》：餅餌麥飯甘豆羹。注：甘豆羹，以洮米泔和小豆而煮之也。又孟子一簞食一豆羹。又是舍簞食豆羹之義也。

豆屑。《周禮》：籩人糗餌粉餈。注：鄭司農云：糗，熬大豆與米也。粉，豆屑也。

豆糜。《荆楚歲時記》：正月十五日，作豆糜，加油膏其上，初門户先以楊枝插門，隨柳枝所指，仍以酒脯飲食及豆粥插箸而祭之。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七七《草木門二・麻》 麻葛。《唐六典・膳部》：有節日食料，九月九日麻葛糕。

汪森《粤西叢載》卷一九《青精飯》 猺人社日，以南天燭染飯競相遺送，名曰青精飯。杜詩：豈無青精飯，令我顔色好。赤雅

香滑而膏，異於常產。問所出，則蜀中歲進。其米生於鷓鴣，每尾止取二粒，放去，明年仍可取也。

查慎行《人海記》卷上《鷓鴣米》 戈陽汪少宰，偉。嘗赴中官席，飯僅半甌，

程哲《蓉槎蠡說》卷六 王罷鎮河東，臺使至，爲設食，使裂去餅緣。罷怒曰：耕種收穫，其功已深，舂爨造成，用力不少，爾之選擇，當是未飢。命左右撤去之。鄭澣尹河南，召甥姪會食，去烝餅皮食之。澣大怒，皮與裹何異，嘗病澆俗驕侈，奈何嘗浮，甚於五侯家乳臭兒。引手取所棄者盡啖之。明皇從複道，窺見衛士以餅餌棄水竇，大怒，命高力士杖殺之。王鄭二公享有天祿固宜，臺使、鄭家甥姪必餓而死。石虎食烝餅，以乾棗胡桃瓤爲心烝之，坼裂方食。及爲冉閔所幽，思其不裂者不可得，是殷鑒也。李英公爲相，鄉人過宅，食餅去其緣而啖其中，亦被責。按吳均《餅說》：安定噎鳩之麥，雒陽董德之磨，河東長若之葱，隴西舐背之犢，枹罕赤恥之羊，張掖北門之豉，洞庭負霜之橘，仇池連蔕之椒，調以濟北之鹽，鍾以新豐之雞，必如此兼美，儒生斷不能知此味，庶幾縮葱作之，有取乎爾。

陳元龍《格致鏡原》卷二二《飲食類二・粥》 總論《廣雅》：粥，糜饘也。《釋名》：糜，煮米使糜爛也。粥，濯於糜，粥粥然也。《說文》：饘，糜也，宋謂之餬，周謂之饘，宋衛謂之粥。楊雄《方言》：粥稠者曰饘，稀者曰酏。《周書》：黃帝始烹穀爲粥。《月令》：八月養衰老行糜粥。《禮・內則》：小切狼臅膏，以與稻米爲酏。註：以其膏滫溲稻米之粉，和米作粥糜也。《漢晉陽秋》：愍帝在長安，爲劉粲所攻糧盡，太食有麴數十餅，屑之爲粥，以供奉帝。《南史》：齊沔北諸郡爲魏所攻，相繼亡敗。新野太守劉忌隨宜應接食，盡煮土爲粥。《唐書》：陽城歲飢不過，隣里屑榆爲粥。《異物志》：高昌郡寒服冷水，暑啜羅閣。注：郡人呼粥曰羅閣。《事物紺珠》：單公潔貧，諱其粥曰雙弓。

名類《玉燭寶典》：正月十五，作膏粥以祠門戶。《歲時記》作豆糜。《唐六典》有膏糜即此。《續齊諧記》：吳縣張成夜起，見一婦人立於宅上南角，舉手招成曰：此地是君家蠶室，我即是此地之神，明年正月半，宜作白粥泛膏於上祭我，必當令君蠶桑百倍。言絕失之。成如言作膏粥，自此後大得蠶。今正月半作白膏粥，自此始也。《荆楚歲時記》：寒食造大麥粥。《玉燭寶典》：今人悉爲大麥粥，研杏仁爲酪，引餳沃之。《金門歲節》：洛陽人家，寒食煮楊花粥。《禮志》：天寶二年，諸陵常以寒食薦餳粥。《鄴中記》：并州之俗，以冬至後百日，爲介子推斷火，冷食三日作乾粥。《清異録》：張手美家食肆，寒食節賣冬凌粥。又韋巨源上燒尾食，有長生粥。《合璧事類》：江浙間養蠶，每繰絲畢，煎茶葉爲汁，搗朱粉溲之，篩於茶汁中煮爲粥，謂之洗甌粥。聚族啜之，謂益明年之蠶。《風土記》：天正日南黃鐘踐長，是日始牙動爲饘粥，以養幼微。尚以赤豆爲糜，所象色也。《荆楚歲時記》：共工氏有不才之子，以冬至死爲疫鬼，畏赤小菽，故冬至作赤菽粥以禳之。《天中記》：宋時東京十二月初八日，都城諸大寺作浴佛會，并送七寶五味粥，謂之臘八粥。《事物紺珠》：臘粥以猪肉雜果菜入米煮。《歲時雜記》：十二月八日，佛成道日，僧家以乳蔗胡桃百合等造七寶粥，亦謂之臘粥。豆粥本上月望日祭門，故事流傳於此。《漢書》：光武自薊東馳至饒陽蕪蔞亭，天寒衆皆餓疲，馮異上豆粥。明旦，光武曰：昨得公孫豆粥，飢寒俱解。《清異録》：光武在滹沱有公孫豆粥之薦，至今西北州縣，號粥爲滹沱飯。《世説》：石崇作豆粥，咄嗟便辦。王愷密問其帳下，云豆至難熟，豫作熟豆，客來但作白粥投之耳。《南史》齊陳皇后生高帝乏乳，夢人以兩甌麻粥與之，覺而乳大出，因此豐足。郭義恭《廣志》：遼東赤粱，魏武帝以爲御粥。《金鑾密記》：白居易在翰林，賜防風粥一甌，食之口香七日。

《清異録》：盧澄爲平章事趨朝，待漏堂廚具小饌。澄惟進粥，其品曰粟粥、乳粥、豆沙加糖粥三種竝供，澄各取少許併和而食。

陳元龍《格致鏡原》卷二二《飲食類二・飯》 總論《飲膳閒談》：飯，炊穀爲之，亦曰饌，曰食，又曰湌食。半烝曰餾，雜飯曰粗，乾飯曰餱，烝稻曰餲。飯，飧以水和之也，饋以羹澆之也，烝飯氣謂之餾，飯壞謂之飯。《周書》：黃帝始烝穀爲飯。《禮記》：毋搏飯，毋放飯，毋揚飯。《春秋運斗樞》：粟五變而以陽化生爲苗秀，爲禾三變而粢，謂之粟。四變入臼米出甲，五變而烝飯可食。《論衡》：穀之始熟曰粟，舂之於臼，簸去其糠，烝於釜甑，舉之以火，成熟爲飯，乃甘可食也。《周禮》：膳夫掌王之飯食，用六穀。《風土記》精折米十取七，八取淅，使青烝而飯色乃紫紺，於東流水飯食與洗而除不祥。闕澤《九章》：粟飯五十，糲飯七十，稗飯五十，粺飯四十八，御飯四十二。《吕氏春秋》：飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。王烈之《安城記》：安城郡毛亭，往同亭

三十里，二亭田畸膏腴，厥稻馨香，飯若凝脂。桓麟《七説》：香芰爲飯，雜以粳菰，散如細虵，聚如凝膚。傅玄《七謨》：雕胡之粢，糅以雍粱，香秔九折，糯麪若霜。《韓非子》：嬰兒相與戲也，以塵爲飯，以塗爲羹，然至日晚必歸。饟者塵飯塗羹可以戲，而不可食也。《通志》董龍，盛屋人，家貧，與里人共祀社，衆逐出龍，龍造泥飯以祭。《吴書》：袁術在壽春，百姓飢窮，以桑椹、蝗蟲爲乾飯。焦氏《説楛》：海濱以魚爲飯曰鹽餐。曾慥《高齋漫録》：東坡嘗謂錢穆父曰：尋常往來心知，稱家有無，不必過爲具。穆父一日折簡，召坡食韲飯。及至設飯一盂，蘿蔔一楪，白湯一盞，蓋以三白爲韲也。坡復召穆父食毳飯，比至日，晏不設食，穆父餒甚。坡曰：蘿蔔湯飯俱毛也，俗謂無曰毛。《魏王語録》作西蜀郭震任介事。《清異録》：漢蒙州刺史龍驤武人，極諱已名，并其父子名亦諱之。部屬私相告云，若使君祖諱飯，吾輩亦當稱甑家粥耶。

名類　《晏子春秋》：晏嬰相齊，食脱粟飯。《漢書》：左雄爲冀州刺史，常食乾飯。又司馬苞爲太尉，常食瀝飯。李固爲太尉，常食麥飯。孫子楚《祀介子推祝文》曰：棗飯一盤。孔衍《在窮記》：彭城王送橡飯十斛。《漢書》儀齋則陳九穀飯。《録異傳》：袁公路年十八，常飯乳食蜜飯。《續齊諧記》：永平中，劉晨、阮肇入天台山採藥，見二女顔容絶妙，便喚劉阮姓名，因邀過家，設胡麻飯與食之。《山堂肆考》：柳詩：香春菰米飯。按：《本草》菰又謂之茭白，歲久中心生白臺，謂之菰米。其臺中有黑者謂之茭，鬱至後結實，乃雕胡黑米也。宗躬好食鍋底焦飯。遊在役恒帶一囊，每煮食取焦《孝子傳》：吴人陳遺爲郡吏，母者以貽母。《風土記》：荆楚社日，以猪羊肉調和其飯，謂之社飯，以葫蘆盛之相遺送。《夢華録》：秋社，貴戚宫院以猪羊肉腰子、妳旁肚肺、鴨餅、瓜薑之屬，切作棊子片樣，滋味調和鋪飯上，謂之社飯。《瑣碎録》：蜀人遇寒食日，採楊桐葉染飯色青而有光，食之資陽氣，謂之楊桐飯，道家謂之青飯。陶隱居《登真隱訣》有太祖真人青精乾石飢飯法。又云取南燭草木葉，煮汁漬米炊，又名黑飯。《清異録》：食肆張手美家，七夕賣羅睺飯。《仇池筆記》：江南人好作盤遊飯、鮓脯膾炙，無有不埋在飯下。里諺曰：掘得窖子。《清異録》：寶曆元年，内出清風飯，制度賜御庖，令造進法。用水晶飯、龍睛粉、龍腦末、牛酪漿調事，畢入金提缸，垂下冰池，待其冷透供進，惟大暑方作。《清異録》：韋巨源上燒尾食，有御黄王母飯。編纂印脂，蓋飯面裝維味。謝諷《食經》：越國公有碎金飯。《西陽雜俎》：道士許象之言，以盆覆寒食飯於閨室地，入夏悉化爲赤蜘蛛。東方朔《神異記》：南方有人名黄父，以鬼爲飯，以霧爲漿。

陳元龍《格致鏡原》卷二五《飲食類五・麪》

總論　《學齋佔畢》：九經中無麪字，《周禮》所稱只是如今炒麥，至王莽始有啖麪之文。《廣雅》：糗謂之麪。《齊民要術》：麥麪堪作餅飥。《演繁露》：天寶元載勅，麪今後以三斤四兩爲斗。《河東備録》：河東并代人苦於嗜麪，切以吴刀，淘以洛酒，潦斗貯之，擊鼓集老幼，自以多寡取之至飽。《清異録》：金陵士大夫家鼎鑄之妙，濕麪可穿結帶。范堯夫《謫居永州與人書》：此中麪無異北方，每日餐餺飥，不知身之在遠。《文苑英華》：玄宗時，王倕奏，武威郡番禾縣嘉瑞鄉天寶山，周回五六里，石化爲麪，在近村閭及諸部落，自今載正月以來取食，甘美益人。孫逖表云，豈來葬之足方，何雨粟之能喻。《事物紺珠》：石脂如麪，宋真宗時，慈州飢，山生石脂，民取爲餅餌。《事物紺珠》：麪筋，梁武帝作。

名類　《留青日札》：今市肆標曰重羅白麪。漢束晳賦曰：重羅之麪，塵飛雪白，又名玉塵。橘中叟曰：君輸我瀛洲玉塵九斛。《雲仙散録》：柳公權進錦樣書，上方御剪刀麪分賜之。《清異録》：尚書令韋巨源上燒尾食，有婆羅門輕高麪，籠蒸。張手美家食肆，逢臘日賣萱草麪。《解醒語》：尚書范谷英賜食帝前，食韭芽麪。《都城紀勝》：南食店所賣如鋪羊麪，盆生麪，姜撥刀鹽煎麪，鯚魚桐皮麪，抹肉淘，肉鏖淘，鰕燥子麪，下至撲刀雞鵝麪，家常三刀麪，皆是也。《河中記》：楊娃遊王琪家，食一物狀如棗核而中空，其實麪也，詢其法笑而不答。《東京夢華録》：尋常京師以冬至後一百五日爲大寒食，前一日謂之炊熟。用麪造棗錮飛燕，以柳條串之，插於門楣，謂之子推燕。《唐食貨志》：龍勛反，自關東至海大旱，冬蔬皆盡，以蓬子爲麪，以槐葉爲鏖。《事物紺珠》：毅弊，闢西稱大麥麪。數糜，河濟稱小麥麪。燕曰：糜麪、翠縷麪、槐葉汁和麪作。勾雜俎》：太和中，有二人遊嵩山，見一人枕一襆方眠，因開襆，兩裹皆玉屑飯，授

麪，煮蘿蔔汁，漉去滓，和麪作。山藥撥魚麪，豆粉、山藥擂勻，匙撥入湯煮。《述異記》：西蜀有桄榔樹，皮裏出屑如麪，用作餅食，因謂之桄榔麪。《廣志》：莎木生麪，取作飯餌之輕滑美好白勝桄榔麪，味平温無毒，主補虚冷消食，彼人呼爲莎麪。《楊慎外集》：木之有麪，不止桄榔，灌木皮中亦有白粉，可作餅。《入洛記》：野狐泉一姥善製水花冷淘，切以吴刀，淘以洛酒，潦葉於鐺耳中過，投於湯中，其疾徐鳴掌，趁之不及，富子擱金就食之。

陳元龍《格致鏡原》卷二五《飲食類五・糕》 總論 《方言》：餌謂之糕，或謂之餈。《周禮》：籩人羞籩之實，糗餌粉餈。注：皆粉稻黍米爲之，餌言糗，餈言粉，互足其義也。合烝曰餌，餅之曰餈。疏：今餈糕之名出於此。劉禹錫《嘉話》：詩用僻字，宜有來歷。宋考功云，沈佺期《嶺表寒食詩》：馬上逢寒食，春來不見餳。常疑之，因讀《毛詩》簫管備舉。鄭箋：簫編，小竹管，如今賣餳者所吹，六經惟此中有餳字，吾緣明日重九，押一餻字，尋思六經無餻，故不敢爲之。朱弁《風月堂詩話》：劉夢得九日作詩，欲用餻字韻，苦無故實。予觀隋《五行志》載謡言曰：八月刈禾傷早，九月食餻正好。則不爲無故實矣。

名類 《玉燭寶典》：洛陽人家，上元食玉粱糕。《山堂肆考》：唐武則天花朝日遊園，令宫女採百花，和米搗碎蒸糕以賜從臣。《藝苑雌黄》：寒食以麪爲蒸餅樣，團棗附之，名曰棗糕。《歲時雜記》：二社重陽尚食餻，而重陽爲盛大，率以棗爲之，或加以栗，亦有用肉者。《風土記》：民間九日糕上置小鹿數枚，號食鹿糕。《盧公家範》：重陽日，上五色糕。《清異録》：張手美家食肆賣重九糕，名米錦。《夢華録》：都人重九，各以粉麪蒸糕相遺，上插剪綵小旗，糝飣果實，如石榴子、栗黄、銀杏、崧子肉之類。《歲時記》：民間九日，以片糕搭小兒頭上，乳母祝云：百事皆高。崔寔《四民月令》：冬至之日，薦黍糕先薦玄冥以及祖禰。《清異録》：韋巨源上燒尾食，有七返膏，七捲作四花，恐是糕字。水晶龍鳳糕。棗米蒸破，見花乃進。又皇建僧舍傍有糕坊，糕目録有滿天星，金米摻拌夾棗豆。金糕糜員外糝，外有花。花截肚，内有花。大小虹橋，畢子。木蜜金毛麪。棗，獅子也。《武林舊事》有栗糕、花糕、雪糕、線糕、乳糕、間炊糕。文懋昭《金志》：金俗酒三行進蜜糕，人各一盤，曰茶食。《松漠紀聞》：蜜糕以松實、胡桃肉漬蜜，和糯米粉爲之，形或方，或圓，或爲柿蔕花，大略類浙中寶塔糕。

陳元龍《格致鏡原》卷二五《飲食類五・餅附饅頭牢丸》 總論 《説文》：餅，麪餈也。《逸雅》：餅，并也，溲麪使合并也。揚雄《方言》：餅謂之飥，或謂之餛飩，或謂之饼。山藥撥魚麪，豆粉、山藥擂勻，匙撥入湯煮。《述異記》：西蜀有桄榔樹，皮裏出屑如麪，用作餅食，因謂之桄榔麪。《廣志》：莎木生麪，取作飯餌之輕滑美好白勝桄榔麪，味平温無毒，主補虚冷消食，彼人呼爲莎麪。《楊慎外集》：木之有麪，不止桄榔，灌木皮中亦有白粉，可作餅。《入洛記》：野狐泉一姥善製水花冷淘，切以吴刀，淘以洛酒，潦葉於鐺耳中過，投於湯中，其疾徐鳴掌，趁之不及，富子擱金就食之。

陳元龍《格致鏡原》卷二五《飲食類五・糕》 總論 《方言》：餌謂之糕，或謂之餈。《周禮》：籩人羞籩之實，糗餌粉餈。注：皆粉稻黍米爲之，餌言糗，餈言粉，互足其義也。合烝曰餌，餅之曰餈。疏：今餈糕之名出於此。劉禹錫《嘉話》：詩用僻字，宜有來歷。宋考功云，沈佺期《嶺表寒食詩》：馬上逢寒食，春來不見餳。常疑之，因讀《毛詩》簫管備舉。鄭箋：簫編，小竹管，如今賣餳者所吹，六經惟此中有餳字，吾緣明日重九，押一餻字，尋思六經無餻，故不敢爲之。朱弁《風月堂詩話》：劉夢得九日作詩，欲用餻字韻，苦無故實。予觀隋《五行志》載謡言曰：八月刈禾傷早，九月食餻正好。則不爲無故實矣。

名類 《玉燭寶典》：洛陽人家，上元食玉粱糕。《山堂肆考》：唐武則天花朝日遊園，令宫女採百花，和米搗碎蒸糕以賜從臣。《藝苑雌黄》：寒食以麪爲蒸餅樣，團棗附之，名曰棗糕。《歲時雜記》：二社重陽尚食餻，而重陽爲盛大，率以棗爲之，或加以栗，亦有用肉者。《風土記》：民間九日糕上置小鹿數枚，號食鹿糕。《盧公家範》：重陽日，上五色糕。《清異録》：張手美家食肆賣重九糕，名米錦。《夢華録》：都人重九，各以粉麪蒸糕相遺，上插剪綵小旗，糝飣果實，如石榴子、栗黄、銀杏、崧子肉之類。《歲時記》：民間九日，以片糕搭小兒頭上，乳母祝云：百事皆高。崔寔《四民月令》：冬至之日，薦黍糕先薦玄冥以及祖禰。《清異録》：韋巨源上燒尾食，有七返膏，七捲作四花，恐是糕字。水晶龍鳳糕。棗米蒸破，見花乃進。又皇建僧舍傍有糕坊，糕目録有滿天星，金米摻拌夾棗豆。金糕糜員外糝，外有花。花截肚，内有花。大小虹橋，畢子。木蜜金毛麪。棗，獅子也。《武林舊事》有栗糕、花糕、雪糕、線糕、乳糕、間炊糕。文懋昭《金志》：金俗酒三行進蜜糕，人各一盤，曰茶食。《松漠紀聞》：蜜糕以松實、胡桃肉漬蜜，和糯米粉爲之，形或方，或圓，或爲柿蔕花，大略類浙中寶塔糕。

陳元龍《格致鏡原》卷二五《飲食類五・餅附饅頭牢丸》 總論 《説文》：餅，麪餈也。《逸雅》：餅，并也，溲麪使合并也。揚雄《方言》：餅謂之飥，或謂之餛飩，或謂之饼。

詳類 《逸雅》：胡餅作之，大漫沍也，亦言以胡麻著上也。蒸餅、湯餅、蝎餅、髓餅、金餅、索餅之屬，皆隨形而名之也。《名義考》：凡以麪爲食具者，皆謂之餅，以火炕曰爐餅，有巨勝曰胡餅，即今燒餅，以水瀹曰湯餅，亦曰煮餅，即今切麪。蒸而食者曰蒸餅，又曰籠餅，即今饅頭。繩而食者曰環餅，又曰寒具，即今饊子。他如不托、起溲、牢丸、冷淘等，皆餅類。盧諶《祭法》：春祠用曼頭、餳餅、髓餅、牢丸，夏秋冬亦如之。夏祠別用乳餅，冬祠用環餅也。范汪《祠制》：夏薦乳餅，秋薦雀瑞餅，冬薦白環餅。《關中記》：唐人於立春日作春餅，以青蒿、黄韭、蘘芽包之。《唐六典》膳部有節日食料，謂正月七日煎餅。徐暢《祭記》：五月麥熟，薦新麥，作起溲曰餅。崔寔《四民月令》：立秋，無食煮餅及水

溲餅。《熙朝樂事》：八月十五日，民間以月餅相遺，取團圓之義。《金門歲節記》：洛陽人家，重陽作羊肝餅。《事物原始》：郭林宗家有友，冒雨夜來剪韭，作餅食之，即今之麪餅，以韭爲餡也。《庶物異名疏》：薄夜，餅也。《荀氏四時列饌傳》：夏祀以薄夜代曼頭。蕭子顯《齊書》何戢爲司徒左長史，太祖爲領軍，與戢來往，數置歡宴。上好水引餅，戢令婦女躬自執事，以設上焉。《齊書》永明九年正月詔：太廟四時祭薦，宣皇帝麪起餅。《演繁露》：麪起餅起者，入教麪中，俗書教爲酵。令鬆鬆然也。《山堂肆考》：北齊庫狄伏連爲大將軍，性鄙吝，冬至日，有親表稱賀，妻設豆餅，連大怒。《北史》陸法和爲元帝使，設供食爲大餤薄餅。後梁人入魏，果見大餅焉。張騭《耳目記》：隋末，渤海高瓚設薄餅，闊丈餘，裹餡粗如庭柱。《豐年録》：開元中，長安物價大減，兩市賣二儀餅，一錢數對。《退耕録》：許康年謁劉游，贈鳴牙餅千枚，云雖微物，可助廚中兩日之費。《清異録》：韋巨源上燒尾食單，有籠金乳酥，是餅但用獨隔通籠，欲氣隔。曼院樣夾餅，公廳爐。巨勝奴，酥蜜寒具。生進鴨花湯餅，廚典，入內下湯。見風消，油浴餅。唐安餡，斗花。雙拌方破餅，餅料花角。八方寒食餅，用木範。火燄盞口餤。上言花，下言體。謝諷《食經》：雲頭對爐餅，含漿餅，楊花泛湯糝餌。《武林舊事》：甘露餅、芙蓉餅、金花餅、春餅、月餅。《酉陽雜俎》五色餅，刻木蓮花，藉禽獸形按成之，累積五色。《升菴外集》：《食經》五色小餅作花卉、禽獸、珍寶形，按抑盛之盒中累積，名曰鬬飣，今人猶云釘果盒。釘，春盛是也，俗書作鬬釘，非也，今作餖飣。《資暇録》：石鑿餅本曰噡餅，同州人好相噡將投公狀，必懷此而去，用備猛牢之糧，後增以甘辛，變其名質，以爲貢遺矣。《解酲語》：平章李孟漢，中人右丞楊吉，薦留輔導仁宗，仁宗敬重之，嘗賜食雪膚餅徹骨員。《真珠船》：今三原市肆賣餅，有曰側厚者。按：《東京夢華録》：胡餅店賣寬焦側厚，乃知其稱有自寬焦，即《武林舊事》所謂寬焦薄脆者，今京師但名薄脆。《留青日札》：今齋食者，諸葷皆禁忌，反食牛乳白羹以爲佛家許食。乳餅不知乳，乃廣東乳田所種，實米粉蛹汁也。《事物紺珠》：金銀捲煎餅，雞卵和水調麪作。焦油餅，麪作煎餅，慢火煿熟，入蜜捏爲厚餅，包熟餡，油煠。蒿餅，白蒿和米粉造。蓬餅，白蓬和米糝造。槐餅，槐芽和米造。蚶餅，蚶殼潰水，和米粉作。吳時《外國傳》：大秦國以麪爲集餅，五内香芳。《孔六帖》：西域拂菻俗喜嗜乾餅。《北史》：隋煬帝時，使常駿至赤土國。入宴，王牀上設草葉盤，方一丈五尺，上有黄白紫赤四色之餅。《北户録》：廣州南當，米麪合生熟粉爲之，白薄而軟。按：劉孝威謝官賜交州米麪四百屈。詳其言屈，豈今之數乎。《溪蠻叢笑》：牛椰木多漿，猫猺歲飢闕食，則先以火窖地，握根置窖中，壓以石，又用火溫熟，漚，潰盦也。搗作餅餌，名溫椰。《吳録》：交趾有檳木，其皮中有如白米屑者，乾擣之，以水淋之，似麪可作餅。以上諸餅。《事物紺珠》：烝餅，秦昭王作。王隱《晉書》：何曾尊豪，累世蒸餅，上不作十字不食。《齊明帝紀》：帝儉約，太官進食有裹蒸，嘗曰：我食此不盡，可四片破之，餘充晚食。劉攽《詩話》：關中語音以中爲蒸。向敏中鎮長安，士人不敢賣蒸餅，恐觸中字諱也。《青箱雜記》：仁宗廟諱貞，語訛近蒸。今内庭上下皆呼蒸餅爲炊餅。《正字通》：餡餾，起麪也，發酵使麪輕高浮起，炊之爲餅。賈公彦以酏食爲起膠餅，膠即酵也。涪翁説起膠餅之炊餅也。以上蒸餅。《續漢書》：漢靈帝好胡餅，京師皆食胡餅，人謂董卓擁兵破京師之驗。《幽明録》：姚泓叔父紹，召胡僧問以休咎。僧乃求麪爲大胡餅，形徑一丈，僧坐在上，先食正西，次食正北，又次食正南，餘捲而吞之，訖便起去了，無所言。崔鴻《後趙録》：石季龍諱胡，改胡餅爲麻餅。《倦游雜録》：胡餅呼爲爐餅。《清異録》：湯悦逢士人於驛舍，士人揖食，其中一物是爐餅各五事，細味之，餡料互不同。以問士人，嘆曰：此五福餅也。以上胡餅。《庶物異名疏》：干寶《周禮注》祭用麟麷，音建蔓。晉呼爲環餌，又曰寒具，今曰饊子。鄭玄曰：寒具，米食也。賈思勰《要術》云：環餅一名寒具，以水溲入牛羊脂，和作之，入口即碎。林洪《清供》云：寒具，捻頭也，以糯米粉和麪，麻油煎成，以糖食。據此，乃油膩黏膠之物，故客有食寒具，不濯手而污桓玄之書畫者。《齊民要術》：環餅，粉和麪，牽索捻成，象環釧形。《楚辭》：粔籹蜜餌，有餦餭些。注：粔籹，環餅也，吴謂之膏環，亦謂之寒具。餦餭，餳也，言以蜜和米麪煞煎作粔籹，擣黍作餌，又有美餳，衆味甘美也。《通俗文》：寒具謂之餲。李綽《尚書故實》：《晉書》中有飲食名寒具者，亦無注解處。後於《齊民要術》并《食經》中檢得，是今所謂環餅。桓玄嘗盛具法書名畫，請客觀之。客有食寒具不濯手而執書畫，因有涴玄不懌，自是會客不設寒具。李肇《翰林志》：翰林學士每歲内二社賜蒸餻。文懋昭《金志》：金人舊俗，酒三行，進大軟指、小軟指，如中國寒具以進。《丹鉛總録》：宋人小説，以寒具爲寒食之具，即閩人所謂煎餔，以糯粉和麪油煎，沃以糖食之，不濯手則能污物具，可留月餘，宜禁烟用也。以上環餅。《青箱雜記》：凡以麪爲食煮之，皆爲湯餅。《荆楚歲時記》：伏日作湯餅食，名爲辟惡餅。《廣異記》：道士持湯餅請人，云玉英粉，服之七日必羽化。《松窗雜

錄》：唐明皇王皇后寵衰，一日訴曰：三郎獨不記阿忠脫新紫半臂換一斗麪，爲三郎生日湯餅耶。《開元記》：方技姜撫言，終南山有旱藕，狀類葛粉，餌之延年，帝命採之，作湯餅賜大臣。《歸田録》：唐人謂湯餅爲不托，今謂之餺飥。《北夢瑣言》：王文公凝日食餅飥麪，不過十八片。《猗覺寮雜記》：北人食麪名餺飥。揚雄《方言》餅謂之飥。《齊民要術》青麪麥麪堪作飯及餅飥，甚美。磨盡無麩，則飥之名，已見於漢魏。《五代史・李茂貞傳》：朕與宫人一日食粥，一日食不托。不托，俗語，當以方言爲正，作餺飥字。《演繁露》：湯餅一名餺飥，亦名不托。李正文《刊誤》曰：舊未就刀鉆時，皆掌托烹之。刀鉆既具，乃云不托，言不以掌托也。俗傳餺飥字非東晳曰：仲春之月，天子食麥，而朝事之籩，煮麥爲麪。《内則》：諸饌不説餅，然則雖云食麥，而未有餅，餅之作也，其來久矣。又曰：三冬冽寒，涕凍鼻中，霜成口外，充虚解戰則湯餅爲最。而其形容制造之意，則曰火成湯涌，猛氣蒸作，攘衣振掌，握搦掬，搏麪灑離於指端，手縈迴而交錯，紛紛級級，星分雹落，柔如春綿，白若秋練。則當晉之時，其謂湯餅者，皆手搏而擘，置湯中煮之，未用刀几也。又庾闡賦曰：當用輕羽，拂取飛麪，剛軟適中，然後水引，細如委縰，白如秋練，則其時之謂湯餅，皆齊高帝所嗜水引麪也。水引蝴蝶皆臨鼎手托爲之，特精粗不同耳，不知何世改用刀几，而名不托耳。以上湯餅《六書》：故今人以薄餅卷肉，切而薦之曰餺飥。《清異録》：閭閻門外食肆，四月八日賣指天餺飥，中元節賣盂蘭餅餺飥。《金門歲節》：洛陽人家，臘日造脂花餺飥。《撫言》：韋澳孫宏同在翰林，懿宗賜銀餅餺飥，食之甚美，皆乳酪膏腴所製。《曲江春宴録》：春遊之家，以脂粉作紅餺飥，竿上成雙，挑挂夾雜畫，帶前引車馬。《洛中紀異》：僖宗幸南内，興慶池泛舟，方食餅餺飥。時進士在曲江有聞喜宴，上命御廚依人數各賜紅綾餅餺飥。《避暑録》：唐御膳以紅綾餅餺爲重，昭宗光化中，放進士榜，得裴格等二十八人，以爲得人，會燕曲江，乃令大官特作二十八餅餺賜之，盧延讓在其間。後入蜀爲學士，既老，頗爲蜀人所易。延讓詩素平易近俚，乃作詩云：莫欺零落殘牙齒，曾喫紅綾餅餺來。王衍聞知，遂命供膳，亦以餅餺爲上品，以紅羅裹之，至今蜀人工爲餅餺，而紅羅裹其外，公厨大燕，設爲第一。《正字通》：南唐烈祖受禪，有駝蹄餺、鷺鷥餺。《清異録》：郭進家能作蓮花餅餺，有十五隔者，每隔有一折枝蓮花，作十五色。以上餅餺。

餦餭。《青箱雜記》：餅一名餦餭。《資暇録》：畢羅者，蕃中畢氏、羅氏好食此味，今字從食非也。《北夢瑣言》：劉崇龜以清儉自居，甚招物論，嘗召同列餐苦薏餦餭。朝士有知其矯，乃潛問小蒼頭僕射，晨餐何物。蒼頭實對食潑生，朝中聞而哂之。《老學菴筆記》：集英殿宴金國人使九盞，其五曰羣仙角太平畢羅。《酉陽雜俎》：韓約能作櫻桃餦餭，其色不變。《清異録》：韋巨源上燒尾食，有天花餦餭。《盧氏雜説》：翰林學士每遇賜食，有物若畢羅，形粗大，滋味香美，呼爲諸王脩事。《升菴外集》：《集韻》餦餭，脩食也。按《小説》唐宰相有櫻筍廚，食之精者有櫻桃餦餭，今北人呼爲波波，南人訛爲磨磨。《名義考》：京師人謂餅曰磨磨，當爲母母。《禮》八珍，淳母煎醢加黍，上沃以膏者是也。

牢丸。束晳賦：春饅頭，夏薄汗，秋起溲，冬湯餅，四時皆宜，惟牢丸乎。《丹鉛總録》：束晳《餅賦》有牢丸之目，蓋食具名也。東坡詩以牢九具對真一酒，誠工矣。然不知爲何物，後見《酉陽雜俎》引伊尹書，有籠上牢丸、湯中牢丸，九字乃是丸字，詩人貪奇趁韻而不知其誤，雖東坡亦不能免也。《庶物異名疏》：束賦既列牢丸於湯餅之外，則段成式謂牢丸即湯餅，恐未確，《韻府》作牢九，《歸田録》作牢久。

陳元龍《格致鏡原》卷二五《飲食類五・饅頭》《事物紀原》：諸葛亮南征，將渡瀘水。土俗殺人首祭神，亮令以羊豕代，取麪畫人頭祭之，饅頭名始此。《七修類藁》：蠻地以人頭祭神，諸葛之征孟獲，命以麪包肉爲人頭以祭，謂之蠻頭，今訛而爲饅頭也。荀氏《四時列饌》：傳春祠用饅頭，夏祠以薄夜代饅頭。《朝野僉載》：侯思止食籠餅，必令縮葱加肉，號縮葱侍郎。按：籠餅即今饅頭。《倦遊雜記》：唐人呼饅頭爲籠餅。《彙苑詳註》：玉柱、灌漿，皆饅頭之別稱也。《都城紀勝》：市食涼暖之月，多賣猪羊雞煎煠、鹹剗子、四色饅頭。《清異録》：趙宗儒在翰林時，聞中使言今日早饌玉尖麪，用消熊棧鹿爲内餡，上甚嗜之。問其形製，蓋人間出尖饅頭也。又問消之説，曰熊之極肥者曰消鹿，以倍料精養者曰棧。《正字通》：饅開首者曰蠹駝膞，吴下呼餚膳，讀若腦詐。言熟食之肥也，長曰蔴，斜曰桃。《天寶遺事》：都下上元日造麪繭，以官位帖字，卜官位高下，或賭筵宴以爲戲笑。《歲時雜記》：麪蠹，以肉或素餡，其實厚皮饅頭也。《燕翼貽謀録》：仁宗皇帝誕生之日，真宗皇帝喜甚，宰臣以下稱賀，宫中出包子以賜臣下，其中皆金珠也。《清異録》：閭閻門食肆，逢伏日賣緑荷包子。

陳元龍《格致鏡原》卷二五《飲食類五・餛飩》《演繁露》：世言餛飩是虜中渾氏、屯氏爲之。案：《方言》餅謂之飥，或謂之餦餭，或謂之餛飩，則其來久矣。

《資暇録》：餛飩以其象渾沌之形。戴埴《鼠璞》：《唐逸史》載李宗回客知人飲饌，將同謁華陰令。客曰：與公喫五般餛飩。及見果然。《西陽雜俎》云：今衣冠家有蕭家餛飩，漉去湯肥，可以瀹茗，是舊有此名。《本草》載艾葉療一切鬼氣，炒作餛飩，吞三五枚，以飯壓之，取渾沌之義信矣。俱從食邊何耶。《清異録》：韋巨源上燒尾食，有生進二十四氣餛飩，花形餡料各異，凡二十四種。《南粤志》：閩人十月一日，作京飩祀祖告冬。《清異録》：金陵士大夫淵藪家，家事鼎鑐有七妙，其一餛飩湯可注硯。

陳元龍《格致鏡原》卷二五《飲食類五・粽子》 《荆楚歲時記》：夏至節日食糭。《風土記》：端午進筒糭，一名角黍，以菰葉裹黏米、栗、棗，以灰煮令熟，蓋取陰陽包裹未散之象。《續齊諧記》：屈原午日投汨羅死，楚人哀之，每於此日，以竹筒貯米投水祭之。漢建武中，長沙歐回白日忽見一人，自云三閭大夫，謂回曰：君嘗見祭甚善，但常年所遺並爲蛟龍所竊，今若有惠，可以楝樹葉塞以五色絲縛之，此二物蛟龍所憚。回依其言。今作粽帶五色絲及楝葉，皆汨羅之遺風。《事物原始》：粽子其制不一，有角粽、粒粽、茭粽、錐粽、筒粽、九子粽、秤錘粽，宋時有楊梅粽。《綱目》：盧循遺劉裕以益智粽。注：益智，藥名，以之爲粽。《開元遺事》：開元宫中端午，造粉團角黍貯盤中，以小角弓射之，中者得食，都市盛行此。《文昌雜録》：唐歲時節物，五月五日有百索粽子。《西陽雜俎》：庾家粽子，白瑩如玉。《清異録》：韋巨源上燒尾食，有賜緋含香粽子。《戒菴漫筆》：鎮江醫官張天民在湖廣，榮王府端午賜食不落莢，云即今之粽子。

陳元龍《格致鏡原》卷二六《飲食類六・諸食饌》 《歲時記》：荆楚三月爲流杯曲水之飲，取黍、麴、菜汁和蜜爲米，以厭時氣。《事物紺珠》：麻團，公劉制。湯團，周公制。《歲時記》：端午作水團，又名白團，或雜五色人獸花果之狀。其精者名滴粉團，或加麝香。又有乾團，不入水者。《庶物異名疏》：《楚辭》精瓊糜以爲糧。炒麵士名糌粑。風俗男女無別，婚嫁以牛羊茶布爲禮。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇〇《風俗・台州府太平縣》 《台州府志》：元旦，長幼夙興拜天地宗祖，因相慶賀。元宵張燈五日。俗以十四日爲重，室内皆燃燈，婦女行百步以去病。清明，採菁草雜米麪爲餌，謂之寒食。家無貧富，必攜酒祭墓，且插柳於門，或簪之謂之驅香九孃，蓋指螫蟲云。四月八日，浮屠於是日浴佛，人家取烏相葉染飯作青色以相餽，謂之送烏飯。立夏，拭麪爲薄餅，裹肉葅啖之，謂之醉夏。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇〇《風俗・衢州府》 《西安縣志》：【略】元宵街市張燈鼓樂，市井家植竹木爲棚，懸燈當道，更以紙剪走馬諸燈及爲龍燈，周行巷陌，士民競觀。是月也，農家以秫米搗爲糍，釀酒市肉，祭田祖先，齋祝有秋。清明日往墓培土，具牲醴挂紙錢會族人飲餕餘插柳於門。四月八日，家造青精飯相遺，謂之烏飯。端午懸蒲艾於門，泛雄黄菖蒲酒，食餛飩，以角黍相遺，以綵絲爲索，繫兒童項臂，曰百歲索，以避邪延壽。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇〇《風俗・嚴州府》 《嚴州府志》：【略】立夏日，煮夏粥，亦有饋送者。四月八日，作烏飯。端午，包角黍餽節。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇〇《風俗・處州府》 《處州府志》：【略】迎春日，士女皆出觀，各坊以童子粧像古人故事，皆乘牛以應土牛之令。五日，爲角黍，懸蒲艾，鄉都各造龍舟競渡，士女泛舟觀游。八月望日，大潮至清溪門，女子着淡素衣於門外浣手，徘徊江月，以當祓除之意。至日家爲小米，米調以蔗糖祀其先，家人共相勸食，爲延年之祀。臘盡，餽脯栗相酬酢。除夕，用粉蒸糕設饌，爲分歲飲，親朋更相邀，致以敦歎好。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物産・杭州》 赤豆。《四民月令》：臘月以赤小荳煮粥，杭人風俗也。

緑豆。《萬曆杭州府志》：杭人製爲粉，最滑膩。水浸出芽可爲菜食，夏月能解暑。《穀譜》：緑以色名鮮者爲明緑，暗者爲油緑，早種爲摘緑，遲種爲拔緑，杭人喜食豆芽即此。

青豆。《仁和縣志》：老則炒食，嫩者爲烘豆，稱沙田豆。

黑豆。《杭州府志》：釀者用何首烏煮食，能澤鬚髮，細者稽豆生於野，細而扁者零烏豆，俗名馬料豆，可肥馬。

張海《西藏紀述》 以酥油奶茶和炒麵，并牛羊肉爲食。官兵出口，亦以炒麵爲糧。炒麵士名糌粑。風俗男女無別，婚嫁以牛羊茶布爲禮。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇〇《風俗・台州府太平縣》 《台州府志》：元旦，長幼夙興拜天地宗祖，因相慶賀。元宵張燈五日。俗以十四日爲重，室内皆燃燈，婦女行百步以去病。清明，採菁草雜米麪爲餌，謂之寒食。家無貧富，必攜酒祭墓，且插柳於門，或簪之謂之驅香九孃，蓋指螫蟲云。四月八日，浮屠於是日浴佛，人家取烏相葉染飯作青色以相餽，謂之送烏飯。立夏，拭麪爲薄餅，裹肉葅啖之，謂之醉夏。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇〇《風俗・衢州府》 《西安縣志》：【略】元宵街市張燈鼓樂，市井家植竹木爲棚，懸燈當道，更以紙剪走馬諸燈及爲龍燈，周行巷陌，士民競觀。是月也，農家以秫米搗爲糍，釀酒市肉，祭田祖先，齋祝有秋。清明日往墓培土，具牲醴挂紙錢會族人飲餕餘插柳於門。四月八日，家造青精飯相遺，謂之烏飯。端午懸蒲艾於門，泛雄黄菖蒲酒，食餛飩，以角黍相遺，以綵絲爲索，繫兒童項臂，曰百歲索，以避邪延壽。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇〇《風俗・嚴州府》 《嚴州府志》：【略】立夏日，煮夏粥，亦有饋送者。四月八日，作烏飯。端午，包角黍餽節。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇〇《風俗・處州府》 《處州府志》：【略】迎春日，士女皆出觀，各坊以童子粧像古人故事，皆乘牛以應土牛之令。五日，爲角黍，懸蒲艾，鄉都各造龍舟競渡，士女泛舟觀游。八月望日，大潮至清溪門，女子着淡素衣於門外浣手，徘徊江月，以當祓除之意。至日家爲小米，米調以蔗糖祀其先，家人共相勸食，爲延年之祀。臘盡，餽脯栗相酬酢。除夕，用粉蒸糕設饌，爲分歲飲，親朋更相邀，致以敦歎好。

稽曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物産・杭州》 赤豆。《四民月令》：臘月以赤小荳煮粥，杭人風俗也。

緑豆。《萬曆杭州府志》：杭人製爲粉，最滑膩。水浸出芽可爲菜食，夏月能解暑。《穀譜》：緑以色名鮮者爲明緑，暗者爲油緑，早種爲摘緑，遲種爲拔緑，杭人喜食豆芽即此。

青豆。《仁和縣志》：老則炒食，嫩者爲烘豆，稱沙田豆。

黑豆。《杭州府志》：釀者用何首烏煮食，能澤鬚髮，細者稽豆生於野，細而扁者零烏豆，俗名馬料豆，可肥馬。

陳元龍《格致鏡原》卷六一《穀類・豆》 《品物類聚》：白馬豆，食之齒醉。號國夫人廚吏鄧連，以豆洗去皮作靈沙膩，供翠鴛堂，名透花餡。

稌曾筠等《浙江通志》卷一〇二《物產・嘉興府》 茶食。《嘉興府志補》：食品中有茶食、糖纏、髓餅、春餅。

稌曾筠等《浙江通志》卷一〇四《物產・紹興府》 稗。《弘治紹興府志》：一名烏禾，越民種之，其性堪水旱，歲饑充食不減粱米，釀酒踰黍稷。

稌曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・衢州府》 黍。《衢州府志》：有赤白二種，樹高粒長，幹葉可代薪，土人不食，淘浸磨漉爲餌餅。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物產・山西省》 黍。苗穗，胥似稷而大，實圓，重土高燥者宜黍。黍以大暑種，故謂之黍，刈後乘濕打則粹易脫。李時珍曰黍稷一類而二種，黏者爲黍，不黏者爲稷，猶稻之有粳糯也，今通稱黍子，不復知爲稷矣。有黃、白、赤、黑四種，胥可釀酒，黑者爲秬黍。《詩》：維秬維秠。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物產・山西省》 聖祖仁皇帝《御製耕織圖》中，有稗、穇、秫三種，稗不黏可爲飯。穇黏可爲糕，用以釀酒尤佳，太原桑落、汾州羊羔。胥以穇爲母者也，秫比於稗小而尤不黏，其種甚早，土人號秫，爲早稻，稗爲晚稻，與江漵田家詳晰稗穇秫者差異。《春秋説題辭》：稻之爲言糯也，稻冬含水盛其德也，故稻太陰精，含水漸茹，乃能化也，江旁多稻，乃其宜也。

高粱，一名稻秫，種來自蜀，一名蜀秫，土人又稱茭子，在太原屬者苗低穗緊，在汾州屬者苗高穗鬆，在平陽絳州諸屬者有早秫、晚秫二種，早秫有大老漢、小老漢諸種。晚秫有紅、黑、黃、白、蓬頭諸種，蓬頭穗下垂，紅、黑、白三種穗上生黃穗，四面分披。粒無殼者，米硬可爲粥，有殼者米軟可爲酒、醋。

麥，五穀之最貴者，有大麥、小麥二種。大麥作粥飯殊滑，蘗可爲餳，有露仁、不露仁諸種。小麥皮薄多白麪，食之宜人，有火麥、黑芒、火麥、紅麥、白麥、和尚麥諸種。【略】

豆，即菽也，種有八。一，豌豆有白緑二種，白者味甘作羹佳。一，黑豆又名雄豆，入藥良，有夏黑豆、麥樓子、一窩蜂三種。夏黑豆、麥樓子就地蔓生，花白顆小。一窩蜂高幹叢生，花紅顆大。一，菉豆有摘角、刈梗二種，摘者角無毛顆小，刈者角有毛顆大。一，大豆有醬色、雞眼睛、黃豆、白豆、大黑豆、大菉豆六種。白豆早熟，黃豆可榨油、造醬，兼可作腐。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物產・寧武府》 穬麥，皮肉相連似稻，土人謂之草麥，造麵爲之，亦有碾其皮以食者，山西皆產，寧武尤饒。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物產・隰州》 苦蕎麥，春社前後種，苗似蕎麥而莖青花白，實似蕎麥而稜角不峻，味最苦，淘去苦汁，可作糕餌。

鄂爾泰、靖道謨等《貴州通志》卷七《風俗》 黑苗在都勻之八寨丹江鎮，遠之清江黎平之古州。其山居者曰山苗，曰高坡苗。近河者曰洞苗，中有土司者爲熟苗，無管者爲生苗，衣服皆尚黑故曰黑苗。【略】食惟糯稻，春甚白，炊熟必成團冷食，佐食惟野蔬。無匙箸，皆以手掬。艱於鹽，用蕨灰浸水所得。

鄂爾泰等《雲南通志》卷八《風俗》 重陽登高，飲茱萸酒，以麵簇諸菓爲花糕，親識相酬餽。

長至相賀，各以糍餌相餽。

臘八日，作五味粥。

郝玉麟等《福建通志》卷一〇《物產・福州府》 貨之屬：粉。磨緑豆爲之，長樂、福清俱出，然不及建寧者佳。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物產志》 甘藷根葉如芋，實如拳，有大如甌者，皮紫而肉白，蒸煮食之。舊珠厓之地不業耕稼，惟種甘藷，秋熟收之，蒸曝切如米粒，倉圌貯之，是名藷糧。北方人至者，或盛具牛豕膾炙，而末以甘藷薦之，若粳粟。然壽多至百餘歲者，由食甘藷故爾。橘舍《南方草木狀》。

海南以藷米爲糧，幾米之十六。蘇軾《志林》按：粵中多以代飯，不但海南。《瓊州志》又稱薯蓣、薊薥、甜娘三種，皆可代穀。

黃之雋等《江南通志》卷八六《物產・池州府》 菉豆粉。出東流，粉異於他邑者，以菊江之水爲勝耳。

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四三《物產一・貨屬》 石鏴餅，同州元和貢。元和志

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四五《風俗・時令》 唐宮中，端午日造粉團角黍貯盤中，以小角弓射之，中者得食，都中盛行此戲。《開元天寶遺事》端午，家具角黍餽遺姻親，貼符懸艾，以禦瘟疫。興平縣志端陽飲雄黃酒，插艾、小兒女繫五色絲艾虎。臨潼縣志

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四五《風俗・時令》 十二月五日，煮五豆食之，已五毒。八日，煮粥相送，或於路食客，謂臘八粥。《臨潼縣志》臘月八日作酒曰臘脚。《富平縣志》臘八日，早作粳粥，取米泔浴蠶，種令多。岐山縣志臘月八日，煮肉糜拋花木，俗謂不歇枝。咸寧縣志臘月八日，以肉糜澆果木，冀其實盛。城固縣志臘月八日，謂之道德臘，用黃黍作糜，下油鹽於中，謂之餚飯。延綏鎮志

黄叔琳《硯北雜録》卷一五《饅頭》 東晳《餅賦》三春之初，陰陽交接。寒氣既濟，温不至熱。於時享客，則饅頭宜設。此甚古雅。又《鶴林玉露》張宣公帥江陵道，經澧，澧之士子十數輩執文書郊迎。公喜見鬚眉，就馬上索其文讀之，乃舉劉郡守政績也，遽擲之地曰，某意諸君之來，必相與講切義理，啓告利弊，有以見教不意乃爾。是特被十隻冷饅頭，使耳躍馬徑去。

華希閔《廣事類賦》卷二八《飲食部・穀食》 蒸之而盛於登豆。《詩》：釋之溲溲，蒸之浮浮。又卬盛於豆，於豆於登，其香始升。薦之而號曰香萁。《禮記》祭宗廟之禮，梁曰香萁，稻曰嘉蔬，黍曰薌合。《七説》：香萁爲飯，雜以粳菰，散如細蟻，搏似凝膚。遂乃屑作瓊糜。《楚詞》：精瓊糜以爲糧 註：今之米糊羹。炊成瑶蕈。張復《思玄賦》：屑瑶蕈以爲糧兮。香勝雍梁。傅玄《七謨》：彫胡之粢，糅以雍梁，香秔九折，糲麵若霜。白瞻雲子。 杜詩 ：飯抄雲子白，瓜嚼水晶寒。青精白粢之名。 杜詩 ：豈無青精飯，使我顔色好。《仙經》云：食青精之飯，命不復閲。按：青情一名南天燭。杜詩：秋菰成黑米，精鑿傳白粢。玉粒定晨炊，紅鮮在霞散。滑憶雕胡。宋玉《諷賦》：主人之女爲臣炊雕胡之飯，烹露葵之羹。《西京雜記》：會稽人顧翺少失父，事母至孝，好食雕胡飯，常躬自採摘。杜詩：滑憶雕胡飯。

華希閔《廣事類賦》卷二八《飲食部・餅》 一盂銀線。《唐書》：湯餅一盂銀線亂，荆蒿數筋玉釵横。《青箱雜記》：凡以麪爲食煮之，皆謂之湯餅。十字瓊肌。東坡《蒸餅詩》：吹裂十字瓊肌香。《晉書》何曾蒸餅不坼作十字則不食。徵牢丸於食品。段成式《食品》有籠上牢丸，湯中牢丸，子瞻誤以爲牢九。識粔籹。音巨汝。於楚辭。《楚辭・招魂》：粔籹蜜餌，有餦餭些。注：粔籹，環餅也，吴謂之寒具。蜜餌，《方言》謂之糕。餦餭，餳也，亦謂之飴。按：粔籹即今團子，蜜餌今糕，餦餭今糖。杜詩：粔籹作人情。雅擅紅綾之號。紅綾餅見科第門。看成白練之姿。東晳《餅賦》：柔如春綿，白若杜練。問畢羅兮何喜。《集韻》：畢羅，修食也。按：《小説》：唐宰相有櫻筍廚，食之精者有櫻桃餲饠，今北人呼爲波波，南人呼爲磨磨。朱文公《刘麥詩》：霞腸幸自詩真一，垂鉢何須問畢羅。食不托兮何悲。歐陽修《五代史》：昭宗云：朕與宫人一日食粥，一日食不托。楊雄《方言》：餅謂之飥。按：不托當從餺飥。《雜記》：北人食麪名餺飥。破去蓮花之色。《潛確類書》：郭進蓮花餅餡。嘗來薄夜之時。《荀氏四時列饌傳》：春祠以饅頭，夏祠以薄夜代饅頭。寒具何妨嘗設。《雞跖録》：桓玄具法書名畫請客觀之，客有食寒具不灌手而執書畫，因有涴，玄不懌，自是會客不設寒具。《齊民要術》：餢飳世疑饊子也。起溲最愛新炊。徐暢《祭記》：五月麥熟，薦新作起溲白餅。溲音搜。東坡詩：起溲十裝照座光。恐見風而消去。《潛確類書》：見風消油浴餅。乍映字而堪窺。《清異録》：金陵鼎鎔有七妙，整可照面，餛飩湯可注研，餅可映字，飯可打擦臺，濕麪可穿結帶，醋可作勸盞，寒具嚼著驚動十里人，又稱蕭家餛飩可以論茗。賁之宜售。《後漢書》：趙岐逃難，賣餅北海市中。《魏略》：趙岐絮巾布袴，常於市中貿胡餅，孫賁碩疑其非常人。《漢書》：宣帝微時，每賣餅所從賁者輒大售。畫豈充饑。《魏志》：文帝謂盧毓曰名士如畫地爲餅不可啖食。若乃四片分來。《唐書》：齊明帝食有蒸餅，曰我食比不盡，可四片破之，餘充晚食。一顆終日。《合璧事類》：王勃耽學貧妻，或人惠蒸餅一顆以充日。一乍見色以聞香，似銀泥與玉屑。吴均《餅説》：細如華山玉屑，白似梁甫銀泥，既聞香而日問，亦見色而心迷。英粉調成。《廣異記》道士持湯餅請人，云玉英粉，服之七日必羽化。剪刀裁出。《雲仙散録》：柳公權進錦樣書，上方御剪刀麪、月兒羹，有命分賜公權。作餅賦兮誰知，東晳有《餅賦》。問餅師兮可憶。《木事集》寧王奪賓餅者，妻問曰：頗憶餅師，否使見之。其妻注視，雙淚垂頰。王命坐客賦詩，王維詩先成，云莫以今時寵，難忘舊日恩。看花滿眼淚，不共楚王言。王乃歸餅師。

田同之《西圃叢辨》卷三二《寒具》 晉桓玄喜書畫，客有食寒具不濯手而執畫帙者。偶宛氏之後，不設寒具。此必用油蜜煎者，要術并《食經》皆只曰環餅，世疑饊子也，巧夕，餕蜜食也。杜甫十月一日乃有粔籹作人情之句。《廣記》則載寒食事總三者，俱可疑乃考。朱子注楚詞，粔籹蜜餌有餦餭此。謂以米麪煎熬作之，寒具是也。以是知楚詞一句，自是三品粔籹，乃蜜麪之乾者也。十月間，爐餅也。蜜餌，乃蜜麪少間者，乃蜜食之。餦餭，乃寒食寒具。無可疑者。閩人會媚名煎餔，以糯粉和麪油煎，沃以糖。食之不濯手，則能污物，且可留月餘，宜禁烟用也。吾翁和靖先生《山中寒食詩》云：方塘波緑杜蘅青，布穀提壺似可聽。有客初嘗寒具罷，據梧痛飲散幽襟。信乎，此爲寒食具矣。《山家清供》

田同之《西圃叢辨》卷三二《牢九》 《藝文類聚》：東晳《餅賦》有牢九之目，蓋食具名也。東坡詩以牢九具對真一酒，誠工矣。然不知爲何物。後見《酉陽雜俎》引伊尹書，有籠上牢丸、湯中牢丸，知前所云九字，乃是丸字，詩人貪奇趣韻，而不知其誤，雖東坡亦不能免也。牢丸，今湯餅也。《丹鉛録》

黄叔璥《臺海使槎録》卷二《習俗武備》 正月元旦，家製紅白米糕以祀神。於四五鼓時，拜賀親友。上元節，未字之女，偷折人家花枝、竹葉，爲人詬詈，謂異日必得佳壻。平民有毁傷他家牆垣，或竊豕槽雞欄，辱及父母，亦謂一年大利。

黃叔璥《臺海使槎録》卷五《北路諸羅番一・飲食》 飯凡二種，一占米，煮食。一籔笭貯糯米，置釜上蒸熟，手團食。日三飧，出則裹腰間。

黃叔璥《臺海使槎録》卷五《北路諸羅番三・飲食》 飯，一白占米，清晨煮熟，置小籐籃内，名霞籃。或午或晚臨食時，沃以水。一糯米，炊蒸爲飯，製酒與哆囉嗹諸社同。每年以黍熟時爲節，先期定日，令麻達於高處傳呼，約期會飲。男女著新衣，連手蹋地，歌呼鳴鳴。捕鹿採魚，自新港以至澹水俱相等。各社俱不敢食犬。東西螺食豬肉，連毛燔燎，肝則生食，肺腸則熟而食之。一林捕魚番婦，或十餘，或數十，於溪中用竹籠套於右胯，衆番持竹竿，從上流敺魚，番婦齊起齊落，扣魚籠内，以手取之。

黃叔璥《臺海使槎録》卷五《北路諸羅番四・飲食》 飯漬米水中經宿，雞鳴蒸熟，食時和以水。糯少則兼食黍米。酒用糯米炊熟，燒禾草作麴，攪米飯，藏甕中，過六日取出，沃水而飲，魚蝦鹿麂俱生食。

黃叔璥《臺海使槎録》卷五《北路諸羅番六・飲食》 食米二種，一占米，一糯米。每晨淘净，入籃筐内，置釜蒸食。外出裹腰間，手取食之。爲酒亦如内優等社。魚蝦鹿肉等物，先炙熟，再於釜内煎煮。半線以北，取海泥鹵曝爲鹽，色黑味苦，名幾魯，以醃魚蝦。

黃叔璥《臺海使槎録》卷六《北路諸羅番七・飲食》 内山多麥豆、少米穀，芋薯則掘地爲穴，積薪然火，置芋灰中，仍覆以土，飢則出而食之。

黃叔璥《臺海使槎録》卷六《北路諸羅番八・飲食》 酒、飯各二種，飯不拘秔糯，炊而食之。或將糯米蒸熟，舂爲餅餌，名都都。【略】

陳世元《金薯傳習録》卷上《福州府志・蔬之屬》 海外新傳七則萬曆癸巳入閩，甲午通飭栽種

明福建巡撫金學曾錢塘人

一，薯傳外番，因名番薯，形如玉瓜藕臂，如拳、如指、如卵、如棗，大小不一，實同種别。皮有紫、有白、有深淺紅，有濃淡黄，肉亦如之。蒸熟勻膩如脂，甘平益胃，性同薤薥，海隅人供饔飧。蔓延極速，節節有根，入地即結，每畝可得數千觔，勝種五穀幾倍。

一，薯初結即可食，味淡多汁，及時則甜。煨食、煮食、煿食、蒸食，亦可生食。切片曬乾，碾作饘粥，磨作粉餌，滾水灼作丸。拌麵可作酒。舂細，水濾去渣，澄曬成粉。葉可作蔬。【略】

陳世元《金薯傳習録》卷上《福州府志・蔬之屬》 種植紅薯法則十二條乾隆十七年十二月刊

山東布政使李渭直隸人

一，紅薯一名番薯，又名金薯，形圓而長，本末皆鋭，肉白皮紫，質理膩潤，氣味甘平，無毒。補虚乏，益氣力，健脾胃，强腎陰，與薤薥同功，久食益人。【略】

一，薯可生食，可蒸食，可煮食，可煨食，可切爲米，曬乾可作粥飯，可磨爲粉，曬乾團爲餅餌。其造粉之法，取薯外洗净，和水磨細，仍以大缸貯水，淘去浮渣。做法同藕粉。渣可飼豕，將其粉作丸，與彌珠細穀米無異。作粉雖利，虧損民食，似宜禁止。按：薯有紅白黄不同，皆由地土而色變，但人食之，性則相同也。

元按李公所刊種薯諸法，本《群芳譜》，視金公刊於閩中者，大同小異，但因地制宜，亦存乎人之通變耳。

陳世元《金薯傳習録》卷上《福州府志・蔬之屬》 附管見種薯八利 陳世元

一，番薯土名地瓜，又名金薯。藤本蔓生，實結土内，割蔓一尺，結薯數觔，三尺五尺滋蔓，則節節盤根，十刈八刈，原苗復生生不已。視地力之肥磽，課收成之多寡，種傳閩粤，利遍閭閻，若原、若野、若沙、若堤、若山坡、若海岸、若斥鹵、若墳埴，各遂其生，皆能有秋，其利一也。【略】

一，薯既掘，食不一端，可生、可熟、可蔵、可羹，可爲餅餌，可製團飴，可如瓠以絲，可如米以碾，可連皮以造酒，可搗粉以調羹，可作脯以資糧，可曬片以積囤，味同梨棗，功並稻粱，其利七也。

陳世元《金薯傳習録》卷上《福州府志・蔬之屬》 寅軒《金薯論》

【略】但薯之種不一，山藥捷薯雖側生，萌蘖皆出於根，而蕃薯則根莖條榦俱能發生。五穀必待熟食，而蕃薯則可生、可熟、可鮮、可乾，爲錢、爲粉、爲米、爲絲。根既可以佐糧，葉亦可以爲羹，是合五穀菓食而一之者也。且其生也不限於天時，不拘於地利，并不甚賴乎人功，故其用也，或調乎飴餳，或合爲餅餌，或釀爲酒漿，得之甚易，措之咸宜。夫非備四氣之和，而具百物之精者乎。始僅植於閩中，今捷先諸令，嗣後流傳吴楚青豫間，行見漸推漸布遍四海，而皆蒙其利，則薯蕷而人物亦蕃，何啻瓜瓞之綿，椒聊之衍耶。【略】

余慶遠《維西見聞記・夷人》 古宗、即吐番舊民也，有二種，皆無姓氏，【略】墾山地，種青稞、麥黍炒爲麵，畜牛羊取酥，嗜茶。食則箕踞於地，木豆盛

麵，釜烹濃茶，入酥酪和炒麵，指摘而食之，曰綹耙。餐止拳大一團。延客置酒盈尊，自酌盡醉，牛羊肉及酥食不盡，以衣裹去。

余慶遠《維西見聞記・物器》 青稞，質類麥，而莖葉類黍，耐雪霜，阿墩子及高寒之地皆種之。經年一熟，七月種，六月穫，夷人炒而舂麵，入酥爲綹耙。

姚範《援鶉堂筆記》卷四八《雜識四》 《野客叢書》云：世俗例以早晨小食爲點心，自唐已有此語。鄭僖爲江淮留後，夫人曰爾且點心。或謂小食，亦罕知出處。《昭明太子傳》云：京師穀貴，改常饌爲小食。

吴玉搢《別雅》卷一 渾沌，餛飩也。《食物志》云：蘇家餛飩，可以濆茗。言其清也。近時又名謂乃渾屯之轉聲也。《釋稗》云：鶻者，渾之入突者，暾之入。餛飩一音去聲。

吴玉搢《別雅》卷二 青餻飯，青精飯也。吴曾曰：《神仙王褒傳》：太極真人以太極青精飯方授之褒，鍊服五年，色如少女。杜詩：惜無青精飯，使我顔色好。蘇頌曰：陶隱居《登真隱訣》有青餻飯，即青精飯。今釋家四月八日，所作之烏飯是也。

杭世駿《訂訛類編》卷五《歲時訛・端五》 周處《風土記》：仲夏端午，烹鶩角黍，端始也，謂五月初五日。書端午，其義無取。予家元和中端五詔書，並作午字。見資暇録。

劉源溥、孫成《錦州府志》卷一《風俗》 上元張燈三夜，人家粉糯米，裹珍錯爲圓，彼此相餉，曰送元宵。

二月二日，豆汁攤餅以食之，又鐺煎棗餻，曰薰蟲。

五月五日，親戚作角黍相餽遺。少長出郭遊，聚飲高歌，亦有攜酒遊觀音洞者曰耍青。

八月一日糊窗，曰冬月房中不凍。望日，月餅西瓜相餉，便家張筵賞月，即貧者亦勉營食物，合家飲啖。

十二月初八日，取雜色米菽，錯以珍果同炊，曰喫臘八粥。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四九《物産》 增 軟糜，河濟稱小麥麵，燕曰糜麵。《事物紺珠》

增 今市肆標曰重羅白麵，漢東晳賦曰：重羅之麵。《留青日札》

增 宏仁橋旁列肆，搏麵角之曰麻胡餳，和炒米圓之曰歡喜團。《帝京景物略》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四九《物産》 盛饌以雁粉爲貴，以木樨貯之，其濃墨色，以生葱蒜韭之屬置於上。又俗重茶食，阿古達開國之初，尤尚此品。若中州餅餌之類，多至數十種，用大盤累飣高數尺，所至供客，賜宴亦用焉，一種名金剛鐲，最大。《海陵集》

曹庭棟《老老恒言》卷一《食物》 煮粥用新米，香甘快胃。樂天詩粥：美嘗新米，鑿之必精，淅之必净，煮之必爛。厚曰餾，薄曰酏。常食薄乃適口，厚則轉覺味淡，易於生脹。又粥内加他物同煮，其方頗多，另載末卷一。家言曰：煮飯勿以水多而減，煮粥勿以水少而添，方得粥飯正味。

曹庭棟《老老恒言》卷一《食物》 《本草》謂飯以陳米爲佳，新米動氣發病，竊意胃弱難化則有之。滋潤香甘莫如新粒，且有食陳難化，食新轉覺易化。蓋脾悦則健也，須以白米懸檐下作經年之用，色白如新，或微炒，其鬆不異陳米，香更過焉。或煮飯，曬乾重煮，或水浸冰之，風乾再煮，俱加鬆軟，至煮則無嫌過熟。昌黎詩所謂匙抄爛飯穩送之，合口軟嚼如牛飼也。凡煮白米，宜緊火候，熟開鍋即食。陳米炒米宜緩火，熟後有頃，俟收濕氣則發鬆透裏。

陸燿《甘藷録・辨類》 《異物志》：甘藷出交廣，南方民家以二月種，十月收之。其根如芋，亦有巨魁，大者如鵝卵，小者如雞鴨卵，剥去紫皮，肌肉正白如肪，南人當米穀果食，蒸炙皆香美。初時甚甜，經久得風稍澁。

《南方草木狀》：甘藷，薯蕷之類，根葉亦如芋，實如拳，有大如甌者。蒸鬻食之，味同薯蕷。性不甚冷，產珠崖之地，海中人不業耕稼，惟掘地種甘藷。秋熟蒸曬，切如米粒，貯以充糧糗，名藷糧。海中之人壽百餘歲者，由不食五穀而食甘藷故爾。

【略】《金藷傳習録》：藷傳外番，因名番藷，形如王瓜，如藕臂，如拳如指如卵如棗，大小不一實同種别。皮有紫有白有深淺紅有濃澹黄，肉亦如之。蒸熟勻膩如脂，甘平益胃，性同薯蕷，海隅人以供饔飧，蔓延極速，節節有根，入地即結，每畝可得數千觔，勝種五穀幾倍。

徐元扈《甘藷疏》：昔人謂蔓菁有六利，柿有七絶，予謂甘藷有十二勝。收入多，一也。色白味甘，諸土種中，特爲夐絶二也。益人與薯蕷同功，三也。徧地傳生，翦莖作種，今歲一莖，次年便可種數十畝，四也。枝葉附地，隨節生根，風雨不能侵損，五也。可當米穀，凶歲不能災，六也。可充邊實七也。可釀酒八也。乾久收藏，屑之旋作餅餌，勝用餳蜜，九也。生熟皆可食，十也。用地少，易

於灌溉，十一也。春夏下種，初冬收入，枝葉極盛，草穢不容，但須壅土，不用鉏耘，不妨農工，十二也。

周煌《琉球國志略》卷四下《風俗》 三月三日，作艾糕相餉遺。同定吉日，又祭稻神，亦謂之大祭。

周煌《琉球國志略》卷四下《風俗》 六月，同選吉日，又祭稻神，亦謂之大祭。又同選吉日作六月節，國中蒸糯米爲飯相餉。

八月初十、十五兩日，各家蒸糯米交赤小豆爲飯相餉。徐録有白露先後三日，守天孫。今無其俗。

十二月初八日，通國作糯米糕，稷葉包裹三四層，和葉烝食，相餉，名曰鬼餅，亦驅儺之意。徐録作庚子庚午日。

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 點心二字始於唐。按唐書，鄭傪爲江淮留後，家人備夫人晨饌，曰爾且可點心云云。見《輟耕録》。

嵇璜等《皇朝文獻通考》卷三〇〇《四裔考八・俄羅斯》 以麥麪爲餅餌，不爲飯。

清袁棟《書隱叢説》卷一二《抱螺酥》 漢時，八珍猩唇、豹胎之外，有酥酪蟬者。注云以羊脂爲之，即今之抱螺酥也。

周廣業《循陔纂聞》卷一 宇文懋昭《金志》：俗酒三行，進大軟指、小軟指，如中國寒具蜜糕，人各一盤，曰茶食。按：蜜糕以松窠胡桃肉漬蜜，和糯米粉爲之，形或方或圓或爲柿蒂花，大略類浙中寶塔糕。今揚州宴客中，席進茶食者三，猶此俗也。寶塔糕，俗呼百菓糕。

周廣業《過夏雜録》卷六《窩窩》 用小米磨粉爲之，略似饅頭而無餡，俗呼窩窩。

周廣業《過夏續録・元霄》 京師正月燈節前後，市肆用糯米作粉團，名曰元宵。閱《綿州志》亦有此稱，謂十五日，用祀天地家神及祖先。祀後，合家食之，謂之迎元宵。又元日爆竹，開門向吉方拜，名曰出方。京師亦有向喜神方行之説，謂之迎喜。

周廣業《過夏續録・太陽生日》 二月初一日，俗傳太陽生辰，市民買五色餻餈之，謂之太陽餻。

汪啓淑《焠掌録》卷下 醢人，鄭司農云：酏食，以酒酏爲餅。賈疏云：酏，粥也。以酒酏爲餅，若今起膠餅。愚疑起膠即俗語云發酵。

桂馥《札樸》卷九《起麪餅》 《通鑑》：北齊詔太廟四時之祭，薦宣皇帝起麪餅鴨臛。注云：起麪餅，今北人能爲之。其餅浮軟以卷肉噉之，亦謂之卷餅。

程大昌曰：起麪餅，入教麪中，令鬆鬆然也。教俗作酵，吾鄉猶謂麪發爲起，能使麪起者謂之酵子。酵，酒酵也，烝餅非酵不成。案：北字衍。此南齊事，見《南齊書・禮志上》及《南史・齊宣孝陳皇后傳》。起麪者，吾越方言謂之發糕。糕即酵之轉。

桂馥《札樸》卷二《稻》 食夫稻，稻謂黏者。《説文》：穅稻，不黏者是。不黏者非真稻矣。又云：沛國謂稻曰稬，稬俗作糯，音奴卧切，黏者也。又云：乃真稻矣。凡穀皆以黏爲上，秫稷之黏者也。釁紅而黏，芑白而黏，與秬秠竝稱嘉穀是也。【略】

桂馥《札樸》卷九《麥飯麥粥》 大麥粒和豆煮曰麥飯，小麥屑和豆煮曰麥粥。粥供冬之朝食，飯供夏之餔食。

桂馥《札樸》卷九《寒粥》 鄭注：六飲之涼，云今寒粥，若糗飯雜水。楚語設糗一筐，以羞子文。韋云：糗，寒粥也。陸翽《鄴中記》并州俗，冬至一百五日，爲介子推斷火，冷食三日作乾粥，是今之糗也。之未搗而和水食者。吾鄉行人炒大麥小麥麪，夏則和冷水，冬則和熟水，俗呼炒麪，亦稱麪茶即此，則先麪後炒之。糗名糗齲也，飯而磨之使齲碎，此則先飯後麪之糗。

桂馥《札樸》卷九《麨》 《梁書》高昌國人多噉麨，滑國人以麨爲糧。《玉篇》麨與麴同糗也，音充小切。馥案：吾鄉和蜜或鹽作餅，切小方塊鬻乾，謂之鬻，即麨也。顔注：《急就篇》麩者，糗也。甘麩者，以蜜和糗，故其味甘也。

桂馥《札樸》卷九《蘇糊》 沂州南境，以大豆大麥細屑爲鬻，謂之蘇糊。案：字當作鬻鬻。顧愷之有一廚畫，糊題其前，亦當作鬻。

桂馥《札樸》卷一〇《耳塊》 大理人作稻餅若蝶翅，呼爲耳塊。詢其名義，云形似獸之兩耳。馥告之曰當爲餌餵。方言餌或謂之餈餈，即稻餅，北人謂之餈糕。《集韻》餵餌餌名，屑米和蜜烝之。

餈糕俗作糍粑，滇人呼餅曰粑粑。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 甘儲

一作甘薯，又名朱薯，以其皮有紅者也，一名金薯，今俗通呼爲番薯，或作番

茹。有紅皮白皮二色，紅皮者心黃而味甜，白皮者心白而味淡，南方各省俱植之，沿海及島中居民以此代穀，其入藥之功用亦廣，而諸家本草皆未載。【略】子謂甘薯有十二勝，收入多，一也。白色味甘，諸土種中特爲夐絶，二也。益人與薯蕷同功，三也。徧地傳生，剪莖作種，今歲一莖，次年便可種數十畝，四也。枝葉附地隨節生根，風雨不能侵損，五也。可當米，凶歲不能災，六也。可充籩實，七也。可釀酒，八也。乾久收藏，屑之旋作餅餌，勝用餳蜜，九也。生熟皆可食，十也。用地少，易於灌溉，十一也。春夏下種，初冬收入，枝葉極盛，草穢不容，但須壅培，不用鋤耘，不妨農，十二也。【略】

金氏曰：存薯之法不一，在人變通。或存木斛、草囤、磁甕、竹籠中俱可，但性畏寒，又畏熱，置避風和暖處，用草浮蓋，俾通氣。若封固則發熱壞爛。敏前在東甌玉環，見其島民少穀食多，以茹爲糧，彼土有地率多種茹，土人云其利十倍於穀，以茹糧多者爲富。其收茹之法，多暴乾切條，以竹席圍如囤，儲之久亦不蛀。用則以水煮代飯，云食之多力鮮病，蓋其味甘能補脾土故也。金氏曰薯初結即可食，味淡多汁，及時則甜，煨食煮食炖食蒸食亦可，生食切片曬乾，碾作饘粥，磨作粉餌，滾水灼可作丸，拌麵可作酒。舂細水濾去渣，澄曬成粉，其葉可作蔬。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 野芋頭

《文堂集驗》一名仙人掌，同野芋一種，但此種葉較小，略似茨菇葉，有尖，此又與草本形，如鞋底者不同。仙人掌形如鞋底。

治諸物食積已成痞塊者，用野芋頭磨爛，和糯米粉淡煮粥，每早食一茶鍾，不用油鹽。十服後，其積自消，試驗無害。《集驗》

師範《滇繫》卷一〇之二《屬夷》 麼些即唐書所載麼些兵是也，元籍麗江，明土知府木氏攻取吐番六村康普葉枝其宗喇普地，屠其民，徙麼些戍之。後漸蕃衍，倚山而居，覆板爲屋，檐僅容人。【略】穀將熟，取其青者蒸而舂脱粟曰扁米，家獻二三升。腸奉雞米，元日頭目以酒飯勞之火頭。

師範《滇繫》卷一〇之二《屬夷》 古宗即吐番舊民也，有二種，皆無姓氏，近城及其宗喇普，明木氏屠未盡者，散處於麼些之間，謂之麼些。古宗奔子欄阿墩子者，謂之臭古宗。語言雖同，習俗性情迥別，麼些、古宗大致同麼些。【略】犛山地種青稞麥黍，炒爲麵，畜牛羊，取酥嗜茶。食則箕踞於地，木豆盛麵，釜烹濃茶，入酥酪和炒麵，指搦而食之，曰糌粑。餐止拳大一團。延客置酒盈尊，自酌盡醉，牛羊肉及酥食不盡，以衣裹去。食畢，手脂膩悉揩於衣。

師範《滇繫》卷一二之一《雜載》 元旦、清明、端午、七夕、中秋、長至除夕，風俗與中土相類，人家咸用赤豆作飯，昔共工氏有不才子七人死而爲厲，性畏赤豆，故作羹以祛之，其遺意也。

洪亮吉《曉讀書齋雜録二録》卷下 古人剖玉爲珠，故珠字从玉。古人屑米爲粉，故粉字从米。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・立春》 進漿粥。《四民月令》：立春日進漿粥，以導和氣。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・仲春》 菱麪。《淮南子》：天子食糕，而朝事之籩者，菱爲麪。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・寒食》 桃花粥。《金門歲節記》：洛陽人家寒食裝百花輿，煮桃花粥。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・初一日》 粉荔枝。《金門歲節記》：洛陽人家，正旦造粉荔枝。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・初七日》 煎餅。《荆楚歲時記》：北人此日食煎餅，於庭中作之，云薰天。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・十五日》 玉梁糕。《玉燭寶典》：洛陽人家上元食玉梁糕。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・十五日》 油餶。《膳夫録》：汴中節食上元油餶。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・十五日》 進湯餅。《荆楚歲時記》：六月伏日竝作湯餅，名爲辟惡。按：《魏氏春秋》何晏以伏日食湯餅，取巾拭汗，面色皎然，乃知非傅粉。則伏日湯餅，自魏已來有之。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・三十日》 膏糜。《唐六典》：膳部節日食料，有晦日膏糜。

秦嘉謨《月令粹編》卷七《夏總・伏日》 綠荷包子。《膳夫録》：汴中節食，伏日綠荷包子。

秦嘉謨《月令粹編》卷九《五月日次・初五日》 射粉團。《開天遺事》：宫中每

端午，造粉團角黍貯金盤中，以小角造弓子架箭，射盤中粉團，中者得食。蓋粉團滑膩而難射也，都中盛行此戲。

秦嘉謨《月令粹編》卷九《五月日次・初五日》 九子糍。《歲時雜記》：端午糍子名品甚多，形制不一，有角糍、錐糍、荽糍、筒糍、秤鎚糍，又有九子糍。

秦嘉謨《月令粹編》卷九《五月日次・初五日》 滴粉團。《歲時雜記》：端午作水團，又名白團，或雜五色人獸花果之狀，最精者名滴粉團，或加臙香，又有乾團不水者。

秦嘉謨《月令粹編》卷一二《七月日次・十五日》 盂蘭餅餡。《食譜》：張手美家，中元盂蘭餅餡。

秦嘉謨《月令粹編》卷一四《九月日次・初九日》 造脯餅佩符。《金門歲節記》：洛陽人家重陽造迎涼脯，羊肝餅，佩瓔木符。

秦嘉謨《月令粹編》卷一四《九月日次・初九日》 米錦糕。《食譜》張手美家重九米錦糕。

秦嘉謨《月令粹編》卷一四《九月日次・初九日》 菊糕。《乾淳歲時記》：重九，都人各以菊糕爲饋，以糖肉棻麪雜物爲之，上鏤肉絲鴨餅，緩以榴顆，標以綵旗。又作蠻王獅子於上，及糜栗爲屑，合以蜂蜜，印花脫餅，以爲果餌。

秦嘉謨《月令粹編》卷一四《九月日次・初九日》 花糕宴。《燕都遊覽志》重九日，敕賜百官花糕宴。

秦嘉謨《月令粹編》卷一五《冬總・冬至》 薦黍糕。《四民月令》：冬至之日，薦黍糕，先薦元冥以及祀禰，其進酒餚及謁賀君師耆老，一如正日。

秦嘉謨《月令粹編》卷一五《冬總・冬至》 赤豆粥。《風土記》天正日，南黃鐘踐長，是日始牙動，爲饘粥以養幼，俗尚以赤豆爲糜，所以象色也。

秦嘉謨《月令粹編》卷一五《冬總・冬至》 百味餛飩。《乾淳歲時記》冬至，享先以餛飩，有冬餛飩，年饒餓之諺，貴家求奇，一器凡十餘色，名之爲百味餛飩。

秦嘉謨《月令粹編》卷一五《冬總・臘日》 萱草麵。《食譜》張手美家，臘日萱草麵。

秦嘉謨《月令粹編》卷一八《十二月日次・二十五日》 口數粥。范成大《村田樂府序》二十五日，煮赤豆作糜，暮夜闔家同嘗，云能辟瘟氣，雖遠出未歸者，亦留貯，口分至襁褓小兒及僮僕皆預，故名曰數粥。

秦嘉謨《月令粹編》卷一八《十二月日次・二十五日》 蠶花粥。《東陽縣志》二十五日，以赤豆雜栗之類，和米煮之，謂之蠶花粥，食之利養蠶。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・歲令總雜識》 牢九。《廬諶祭法》：春祠用餜頭、餢餅、髓餅、牢九，夏秋冬亦如之。夏祠別用乳餅，冬祠用環餅也。束晳《餅賦》其可以通冬達夏，終歲常施，四時從用，無所不宜，唯牢九平。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・歲令總雜識》 高昌寒暑。《涼州異物志》高昌僻土有異於華，寒服冷水，暑啜羅漿。注：郡人呼粥爲羅漿。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・五月令雜識》 起漱白餅。徐暢《祭記》：五月麥熟薦新，作起漱白餅。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・六月令雜識》 石窩稻。《燕山叢錄》：房山縣有石窩稻，色白粒物，味極香美。以爲飯，雖盛暑經數宿不餲。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・秋總雜識》 藷糧。《南方草木狀》：甘藷味如薯蕷，性不甚冷。舊珠崖之地海中之人，皆不業耕稼，惟掘地種甘藷。秋熟收之蒸暴，切如米粒，倉圖貯之，以充糧糗，是名藷糧。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・正月令雜識》 粉糝寒具。《北京歲華記》：初八初九至十八日，人家用粉糝寒具相饋遺，徧市鬻之，以五花帶爲號。

嚴如煜《三省山內風土雜識》 數十年前，山內秋收，以菜穀爲大莊，菜利不及包穀。近日遍山漫谷皆包穀矣，包穀高至丈許，一株常二三包，山民言大米不耐飢，而包米能果腹，蒸飯作饘，釀酒飼豬，均取於此，與大麥之用相當。故夏收視麥，秋成視包穀以其厚薄，定歲豐歉。

王念孫《讀書雜志・史記》卷四《飯菽》 民之食，大抵飯菽藿羹。念孫案：飯菽，當爲菽飯。菽飯藿羹，相對爲文。韓策作豆飯，豆亦菽也。姚宏校《韓策》引《春秋》後語，亦作菽飯。

王念孫《讀書雜志・餘編》卷上《糲餅》 《外儲說・左下篇》：孫叔敖相楚，棧車牝馬，糲餅菜羹。念孫案：餅當爲飯，餅與飯同。見《玉篇》、《廣韻》。糲飯菜羹，猶言疏食菜羹耳。餅與餅字形相似，傳寫往往譌溷。《廣雅》曰：餅，食也。《方言》注曰：簏，盛餅筥也。《爾雅》、《釋言》、《釋文》曰：飥字又作餅。今本餅字竝譌作餅。《初學記・器物部》引此正作糲飯。

俞正燮《癸巳存稿》卷一〇《麪條子》 麪條子曰切麪，曰拉麪，曰索麪，曰挂麪，亦曰麪湯，亦曰湯餅，亦曰索餅，亦曰水引麪。《釋名》云：湯餅、索餅，隨形名之。宋張師正《倦游雜録》云：水瀹者，皆可呼湯餅。籠蒸者，皆可呼籠餅是

也。索餅乃今麵條之專名，其湯餅則凡麵餅入湯，及凡切餅爲方圓長形，入湯之總名。晉束晳《餅賦》文字多譌。其云麵迷離於指端，手縈迴而交錯，或以屬之牢丸，其事狀似今之抓搭湯及片兒湯，而牢丸之名，又今之湯圓不相應也。魏賈思勰《齊民要術》餅法，有水引餺飥，有膏環。其水引餺飥云，挼如箸大，薄如韭葉，一尺一斷，盤中盛水浸。其膏環，云米屑溲如湯餅，麵，手摝圈可長七八寸許，屈令兩頭相就。然則水引餺飥者，湯餅中水引麵條也。粉餅同者，今粉絲也。膏環如湯餅麵者，今饊子也。而水引餺飥之名，則又今之湯餄餎，亦謂之扁食，不相應也。《歸田録》云：湯餅，唐謂之不託，今曰餺飥。知宋時專以水引麵條爲湯餅，與《齊民要術》所言者合，但名不同耳。《傷寒論》云：食以索餅。今醫書則謂之湯麵，又謂之麵湯。《清異録》云：釋鑒興天台山居，頌湯玉入甌，謂湯餅瑩滑。蓋湯餅爲湯麵總名。又云金陵士大夫家濕麵可結帶，則專指麵條。《齊書・何戢傳》云：太祖好水引麵，戢令婦女躬自執事設上焉。《唐書・王皇后傳》云：獨不念阿忠脱紫半臂易斗麵，爲生日湯餅耶。《嬾真子》云：湯餅即世之長壽麵。宋樓鑰《北行日記》云：翰道五年十一月十五日生，朝作湯餅。元張翥寘高樓詞壽仇先生云，願年年湯餅，會樂情親。水調歌頭詞自壽云：臘鼓開紅玉，湯餅煮銀絲。真水引麵矣。生日湯餅，古人生子亦設湯餅。唐劉禹錫贈進士張盥詩云：憶爾懸弧日，余爲坐上賓。舉箸食湯餅，祝詞天麒麟。《大明會典》百三，皇太后壽旦。正統間有壽麵，乃取湯餅麵條長壽之意。宋馬永卿《懶真子》謂之長命麵，其爲長條可知。猶然。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》　飯。炊米一滾起而蒸之，若著鍋燒熟，則有火毒。江南人不信，果喉爲之腫，舌爲之瘡。

陳鼎《滇黔紀遊・雲南》　騰越鐵少，土人以毛竹截斷，實米其中，熾火煨之，竹焦而飯已熟，甚香美。

蔣超伯《南漘楛語》卷七《讀淮南子》　《晉語》：黍不爲黍，不能蕃廡。稷不爲稷，不能蕃殖。不爲，猶言不成也。本經訓，上下離心，氣乃上蒸。君臣不和，五穀不爲。義同，但爲當讀謁，與和爲韻。天文訓之介蟲不爲，亦然。

張培仁《靜娱亭筆記》卷九《地瓜攷》　紅薯一名地瓜，易植易生，蔓延地上，實長土中，遇水旱蝗蝻不能災，味甘色黄，食之益人，又不與五穀争地，其利溥矣。歲次壬戌，作令上湘，適值穀價翔貴，民食維艱，因檢篋中廬陵劉香雪明經所著《地瓜考》一册，乃重刊之，願吾民於山巒曠野之地徧種之，縱有歉歲，亦有備無患也。賀縣張培仁

度閩海而南，有吕宋國，度海而西爲西洋，多産金銀。行銀如中國行錢，西洋諸國皆轉載於此以通商，故閩人多買吕宋焉。其國有朱薯被野連山，不待種植，夷人取食之。其莖葉蔓生，如瓜蒌、黄精、山藥、山蕷之屬，而潤澤可食。或煮或磨爲粉。其根如蹲鴟，其皮薄而□，可去皮食，亦可熟食，可釀爲酒。生食如食瓜果，熟食味如蜜，器貯之有蜜氣，香聞室中，夷人各而不與中國人。中國人截取其蔓咫許，挾小籃中以來，於是入吾閩十餘年矣。其蔓雖萎，剪插種之，下地數日即榮，故可挾而來。其初入吾閩時，值吾閩饑，得是而人足一歲食。其生也不與五穀争地，凡瘠鹵沙岡皆可以長。糞治之，日加大，天雨根益奮發。即大旱不糞治，亦不失徑寸大。泉人蠶之，觔不值一錢，二觔而可飽矣。於是老者童孺行道鬻乞之人，皆可以食多焉而不傷，下至雞犬皆食之。前明何喬遠先生撰，載《福州府志》

按：閩中番薯，一名地瓜，皮紫味甘，尤易蕃生。郡本無此種，明萬曆甲午歲荒，巡撫金學曾從外番覓種歸，教民種之，以當穀食，荒不爲災。

俞正燮《癸巳存稿》卷一〇《牢丸》　牢丸之爲物，必是湯團，宋以來多作牢九。陸游詩自注云：閩人德懋言牢九是包子，亦向壁之言。《老學菴談》云：牢丸者，牢丸也，即蒸餅。宋諱丸字去一點，相承已久，亦向壁之言。北宋蘇軾集已作牢九，豈知豫避靖康嫌名耶。其言丸去一點爲九，今市語九爲末丸

傳沙拙老《閒處光陰》卷上　俗以麵作餅曰摊餅，語見《北夢瑣言》。摊，古旱切。

傳沙拙老《閒處光陰》卷下　作餅餌者，案上撒以麵屑，謂之粹麵。粹盆入聲。

傳沙拙老《閒處光陰》卷下　餛飩，字見唐韋巨源《食譜》。楚人呼爲超手，又曰包麵。

傳沙拙老《閒處光陰》卷下　鹿角粥，大能補髓堅齒，益精血，固元氣。每白粥一盌，入鹿角霜五錢，白鹽一匙，攪匀空心服。吾鄉有賈於楚者，云餌此粥三十年，年七十猶如少壯。

傳沙拙老《閒處光陰》卷下　柬晳《餅賦》：重羅之麵，塵飛白雪。麵以去盡麩殼爲佳，故羅而復羅之。今鬻麵者，多懸一帘，曰重羅白麵。

李光庭《鄉言解頤》卷四《新年十事》 饅頭

臘月望後便蒸饅頭，分有餡無餡二種。有細作者，揉麥磨麪煞費工夫。鄉人有磨麪先洗驢之誚賣麪者曰重鑼。家作至於四鑼，攪冰花糖以模印之，其白如雪，而有銀光，謂之白包子。近日京師山左人家作者最精，昔年家鄉亦有能作者，今失傳矣。○翠釜湯初沸，筠籠氣漸浮。一丸輕入掌，十字坼當頭。長繭迎春結，斜桃餽歲投。豐年多旨蓄，嘉種記來牟。

水餃

除夕包水餃，謂之煮餑餑，亦猶上元元宵，端陽角黍，中秋月餅之類也。鄉謚云：夏令去，秋季過，年節又要奉婆婆。快包煮餑餑，皮兒薄，餡兒多，婆婆喫了笑呵呵，媳婦費張羅。○細研霜膚薄，彎環味曲包。拈花生指上，門角簇眉梢。輕似月鉤漾，白如雲子抄。主人非日食，餉飣莫同嘲。

姚瑩《康輶紀行》卷二《青稞揸粑》 蕃地多寒瘠，不宜五穀，惟賴青稞，亦麥之類也。山谷稍平，則種之。熟時刈歸，於屋上擊取其實，如中土之打麥者，以無地可場，而屋皆平頂，故以爲場矣。嘗宿蠻寨中，見小蕃女四五，打青稞於屋上，羣歌相和，與相杵無異。打畢舂之，炒熟磨粉貯之。男婦行皆以二三升自隨，復攜酥油成塊，及茶葉少許，佩一木盌。飢則熬茶，取青稞粉，以酥油茶調拌，手揸而食之，謂之揸粑。余亦喜食之，惟和以糖，不用酥油，頗適口，故行人便之。

黃奭《黃氏逸書考·淮南王萬畢術》 八月榆糯，音而令人不飢。《藝文類聚》八十八、《御覽》九百五十六以美酒漬榆糯曝乾，以清粱米、紫莧實蒸，令相合，欲不食者，三指撮酒以服之，即不飢耳。《御覽》全上

黃奭《黃氏逸書考·譙周古史考》 神農時，民方食穀，釋米加燒石上而食之。《藝文類聚·食物部》

陸以湉《冷廬雜識》卷八《麥餅》 鄭太白太史詩，明詩綜不採。今觀其所著《克薪堂集》，詩多俚率語，惟《賜麥餅詩》序可備故實。云：麥餅宴始嘉靖間，迄今崇禎五年，九十餘年矣。蓋曠典也，故事四月八日佛誕，有不落夾製黑黍飯，用不落葉包之爲角，名不落角，一名不落夾。世廟蓋嘗聚大內佛骨佛牙萬觔，焚之宮中，始革其制，以四月五日薦麥，寢廟因賜百官，義深遠矣。

吳振棫《養吉齋叢録》卷二四 碾餅榆錢餅，北方民間常食之，宮中亦每以進供。乾隆間有御製詩，若端陽角黍，中秋月餅，重陽花糕，亦有分賜內直諸臣者。

按：陸游詩：拭盤堆連展。淮人名麥餌曰連展。御製詩云：碾餅本連展。詩見陸家游。

吳振棫《養吉齋叢録》卷二四 元旦有御用團圓餅，雍正間，嘗以此餅留賜鄂文端公。

吳振棫《養吉齋叢録》卷二四 元旦進煮餑餑，其一餡中裹銀錁，置碗面，下箸即得之，以爲吉利也。

吳振棫《養吉齋叢録》卷二四 浮圓子，以元宵節食之，遂名元宵，宮中亦以此爲節物。高宗有御製元宵聯句五排五十四韻。

徐時棟《煙嶼樓筆記》卷一 《歲時記》云：歲暮留宿歲飯，至新年十二日，則棄之街衢，以爲去故納新也。按：此風大惡，稼穡惟寶，忍棄之耶。今北方亦不甚愛惜飯米，食餘每任意傾棄之。吾鄉人惜飯與惜字等，飯碎落地，小兒亦知拾取。若見粒米狼戾，輒謂其家不祥也。除日亦爲宿歲飯，取米蒸之，攤令略燥，名曰飯富。富字取美名，其實蓋是飯脯，以乾飯比之乾肉耳。新歲朔日以後十餘日，不復煮米作飯，即以飯富入水下釜中爲食，俟飯富食盡，始依常煮生米也。

徐時棟《煙嶼樓筆記》卷一 《歲時記》云：夏至節日食糗。注云，周處謂爲角黍。蓋《風土記》中語，今俗以五月五日、九月九日，食之前數日，親友以相饋遺，謂之端午糭、重陽糭也。

徐時棟《煙嶼樓筆記》卷六 店家賣餅，有曰煨爐餅者最佳，以葱油爲餡，愈熱愈佳，其上有縱橫刀切痕。《晉書·何曾傳》云：蒸餅上不作十字不食。所謂十字者，想即今刀切痕耳。

徐時棟《煙嶼樓筆記》卷六 湯餅即今麪也，記東坡詩註明言之。及閱山谷詩：湯餅一杯銀線亂，益信然矣。又《歸田録》云湯餅，濕麪。又《倦遊録》云凡以麪爲食煮之，皆謂之湯餅。亦見《青箱雜記》。

吳德煦《章谷屯志略·屯民風俗》 一六甲屯民概係平定金川後，由內地安插而來。小川北各縣之人居多，按户授地，專以務農爲本穡事，兼資婦功。土風尚敦樸，習俗亦勤儉。平時以麥稞雜糧爲饔飧計，食畢必以麵炒令焦，入茶葉酥油少許，煮以佐飲，蓋終朝食麵，須飲此始消化，因地取宜，非蹈夷習也。

喬松年《蘿藦亭札記》卷七 今宴客進肴將畢，必啜粥以終其事。《東齋記

事》謂曹瑋發兵以宴客，食品爲節下某食，則某隊發至水飯，則捷報至。是宋時宴客，亦以水飯終事。水飯即粥之類。

喬松年《蘿蔔亭札記》卷七 滿洲筵宴，以餅餌爲尚。按：樓攻媿《北征行紀》，謂遼宴使臣茶食，以大枓陳四十碟。此似今之餖飣卓矣。

喬松年《蘿蔔亭札記》卷七 今人於生日必食索麵，且以餉客，南北皆同此俗。陸放翁家訓，謂有姑嫁石氏，歸寧，見食有籠餅，起問是誰生日。是宋時生日，食籠餅也。

喬松年《蘿蔔亭札記》卷八 李時珍《本草》引王禎《農書》，北方磨蕎麥爲麵，或作湯餅，謂之河漏，以供常食。元人雜曲中，寫作河落。

喬松年《蘿蔔亭札記》卷八 湯餅或謂如今之索麵，或謂如今之餖飣，或謂如今之脾肫。俞理初謂此是今之溲麵，如帋切之成片，名曰片兒湯者，此爲近之。庾闡賦曰：輕軟適中，然後水引，細如委蜓，白如秋練，此之謂湯餅。見高似孫《緯略》，則是索麵。

喬松年《蘿蔔亭札記》卷八 《齊書》：何戢爲太祖設水引餅。此當即是今之水角子。《正字通》作餃者是也。

喬松年《蘿蔔亭札記》卷八 唐人食畢羅，未知是今何物。楊升菴謂即餖飣、餖飥之屬。餖字見《玉篇》。

顧祿《清嘉録》卷五《五月》 稱鎚糭

市肆以菰葉裹黍米爲糭，象稱鎚之形，謂之稱鎚糭，居人買以相餽貺，并以祀先。

案：杜臺卿《玉燭寶典》云：五月五日，以菰葉裹黏米者，以象陰陽相包裹未分散也。宋祝穆《事文類聚》端午糭子名品甚多，形製不一，有角糭、錐糭、茭糭、筒糭、稱鎚糭、九子糭等名。劉敬叔《異苑》謂糭子屈原姊始作，吾鄉以之祀先。蓋本吴均《續齊諧記》，五日以竹筒貯米投水祭屈原之意。而吴曼雲《江鄉節物詞》小序云：杭俗，端午尚角黍，亦有依古作筒糭者。詩云：裹就連筒米宿來攻無以敵。聞於大僚，命總兵殛之，亦不敵。施出闕知之，曰此吾蛇也，毋患。叱之奄然縮小，俯而入筒。大窘驚曰：如是則何不可爲奏聞。施立斬，蛇怒爲施索命，傷人數十，莫能治。不得已，請封施爲護國鎮海侯。侯嗜饅首，造巨饅祀之，蛇蜿蜒其上以死。至今祀者盤蛇象於饅首，稱侯曰相公云云。吾鄉謝神筵中，必祀施相公饅首，特爲施而設，蜿蜒於上者乃蛇也，而皆作龍形，亦曰久沿譌耳。

顧祿《清嘉録》卷一二《十二月》 口數粥

二十五日，以赤豆雜米作粥，大小徧餐，有出外者，亦覆貯待之，雖襁褓小兒，貓犬之屬亦預，名曰口數粥，以辟瘟氣，或雜豆渣食之，能免罪過。

案：《荆楚歲時記》云：共工氏有不才子，以冬至日死爲疫鬼，畏赤小豆，故

顧祿《清嘉録》卷九《九月》 重陽餻

居人食米粉五色糕，名重陽餻，自是以後，百工入夜操作，謂之做夜作。蔡雲吴歈云：蒸出棗餻滿店香，依然風雨古重陽。織工一飲登高酒，篝火鳴機夜作忙。

案：謝肇淛《五雜組》引吕公忌云：九日天明時，以片餻搭兒女頭額，更祝曰：願兒百事俱高。此古人九日作餻之意。郗溥《聞見後録》：劉夢得作九日詩，欲用餻字，以五經中無之，輟不復爲。宋子京以爲不然，故子京九日食餻有詠云：驒館輕霜拂曙袍，糗資花飲闢分曹。劉郎不敢題餻字，空負詩中一世豪。吕希哲《歲時雜記》云：二社、重陽尚餻食，而重陽爲盛，以棗爲之，或加以栗，亦有用肉者。崔正言詩：歸去釀錢煩里社，買餻沽酒作重陽。孫國牧《燕都游覽志》重九日，敕賜百官花餻宴。又劉侗《帝京景物略》：九日，父母家必迎女歸寧，食花餻。皆重陽餻也。《吴郡志》：九月九日，食重陽餻。范志：重九，以菊花、茱萸嘗新酒，食栗糕花餻。雅志：重陽日，蒸五色餻相餉，謂之重陽糕。《吴縣志》：九日賣餻，作黄色，名重陽餻。《崑新合志》云：用麪裹肉炊之。常昭《合志》云：用麪和脂而蒸之。王志又謂之駱駝蹄，蓋舊俗用麪裹肉炊之，形如駝蹄，故名。長元志又皆云：今以餻代名重陽餻。

顧祿《清嘉録》卷一二《十二月》 市中賣巨饅，爲過年祀神之品，以麪粉搏爲龍形，蜿蜒於上，復加瓶勝、方戟、明珠、寶錠之狀，皆取美名，以讖吉利，俗呼盤龍饅頭。

案：《華亭縣志》載：施相公諱鍔，宋時，諸生山間拾一小卵，後得一蛇漸長，遷入筒。一日施赴省試，蛇私出乘涼，衆見金甲神在施廬，驚呼有怪，持鋒刃來攻無以敵。聞於大僚，命總兵殛之，亦不敵。施出闕知之，曰此吾蛇也，毋患。叱之奄然縮小，俯而入筒。大窘驚曰：如是則何不可爲奏聞。施立斬，蛇怒爲施索命，傷人數十，莫能治。不得已，請封施爲護國鎮海侯。侯嗜饅首，造巨饅祀之，蛇蜿蜒其上以死。至今祀者盤蛇象於饅首，稱侯曰相公云云。吾鄉謝神筵中，必祀施相公饅首，特爲施而設，蜿蜒於上者乃蛇也，而皆作龍形，亦曰久沿譌耳。

冬至作粥以禳之。《雜陰陽書》又以正月七日，男吞赤豆七粒，女吞十四粒，令疫病不相染。然皆非十二月二十五日。惟吳自牧《夢粱録》云：二十五日，士庶家煮赤豆粥祀食神，名曰人口粥，有貓狗者亦預焉。又周密《武林舊事》則以二十四日作糖豆粥，謂之口數。江震志云：二十五日，食口數粥，今間有行之。又云：或有以餅代者，至新正三日乃食，及獻異居異姓尊長，示一家之意。石湖《口數粥詞》云：家家臘月二十五，淅米如珠和豆煮。大杓轆鑪分口數，疫鬼聞香走無處。鍪蓋屑桂澆蔗糖，滑甘無比勝黄粱。全家團欒罷晚飯，在遠行人亦留分。裸中孩子强教嘗，餘波徧霑獲與臧。新元協氣調玉燭，天行已過來萬福。物無疵癘年穀熟，長向臘中分豆粥。陳藻《平江臘月二十五夜詩》云：今宵洗豆俗爲糜，韓桂舲萬安舟中。臘月二十四日作云：不知豆粥家庖下，留得行人口分無。江震志又皆載辟瘟之俗，云二十四夜，人家早寢，謂疫鬼行瘟，故安静以避之。

顧禄《清嘉禄》卷一二《十二月》 年飯萬年糧米

煮飯盛新竹籮中，置紅橘、烏菱、荸薺諸果及餻元寶，並插松柏枝於上，陳列中堂，至新年蒸食之，取有餘糧之意，名曰年飯。又預淘數日之米，於新年可支許時，亦供案頭，名曰萬年糧米。

案：《荆楚歲時記》：歲暮，家家留宿歲飯，至新年十二日，棄之街衢，以爲去故取新也。又《時鏡新書》除夕留宿飯，俟驚蟄雷鳴擲之屋上，令雷聲遠。而《通志》則云：江淮風俗，除夕煮熟飯，兼數日之炊，於新年可支許時，名曰隔年陳。又吳曼雲《江鄉節物詞》小序謂：除夕貯飯，置果餌於其上，元旦食之，取有餘之意，名曰隔年飯。詩云：紅銀粒飽貯都籃，一洗空廚轆釜慙。飯甕好將如願祝，明年耕食要餘三。又閔玉井蒸飯詩云：風俗隔年陳，中堂位置新。但教炊似玉，不使甑生塵。蒼翠標松正，青紅飣果匀。家家欣鼓腹，留此待開春。又郭傒伽《淮陰歲除詠》：年飯詩》云：既得殘年喫，仍須隔歲儲。人情重飽暖，吾意惜居諸。皆與吳俗略同。又蔡鐵翁詩：萬年糧米案頭供。

朱亦棟《群書札記》卷三《槐葉冷淘》 《猗覺寮雜記》：子美槐葉冷淘，云君王納晚涼，此味亦時須。事見太官令夏供槐葉冷淘。出《唐六典》。又東坡云：青浮卵盌槐牙餅，紅點冰盤藿葉魚。槐芽冷淘見杜詩。藿葉膾，見《禮記》注。

朱亦棟《群書札記》卷五《粔籹》 杜少陵詩：粔籹作人情。蒼舒曰：宋玉招魂，粔籹蜜餌有餦餭些。注云：粔籹，膏糜也。《齊民要術》：粔籹名環餅，象環釧形。《廣雅》謂之粹粔，今通名饊子。又楚詞注吳謂之膏環，亦曰寒具。芹按：粔籹二字切音爲黍，蓋角黍也。《珊瑚鉤詩話》：端午之號同於重九。角黍之事肇於風俗，昔日屈原懷沙忠死，後人每年以五色絲絡粔籹而弔之，此其始也。以粔籹作角黍解最爲得之，向來以爲膏環者非。

朱亦棟《群書札記》卷一三《題餻》 《野客叢書》：宋景文公曰，夢得嘗作九日詩，欲用餻字。思六經無此字遂止。故景文九日詩曰：劉郎不敢題餻字，虚負詩中一世豪。余讀《周禮疏》，羞邊之實，糗餌粉餈。鄭箋：今之餈餻，安謂六經中無此字耶。案鄭注：皆粉稻米黍米所爲也，合蒸曰餌，餅之曰餈。賈疏：餈，今之餈糕。糕字出賈疏而云鄭箋誤矣。《方言》餌謂之餻，或謂之餈，或謂之餦餭，或謂之餫。《玉篇》餈，糕也。

朱亦棟《群書札記》卷一六《牢丸》 《甕牖閒評》：束晳《餅賦》云：春饅頭，夏薄持，亦作薄壯。秋起搜，亦作起溲。冬湯餅，四時皆宜惟牢丸亦作牢丸。乎。初不知牢丸是何物，後讀蘇東坡詩，云豈惟牢丸薦古味，要使真一流天漿。雖東坡殆亦未知牢丸果何物耳。《楊升菴集》、《藝文類聚》、束晳《餅賦》，有牢丸之目，蓋食具名也。東坡詩以牢丸具對真一酒，誠工矣，然不知爲何物。後見《酉陽雜俎》引伊尹書有籠上牢丸、湯中牢丸九字，詩人貪奇趁韻而不知其誤，雖東坡亦不能免也。牢丸即湯餅也。案：牢丸二字，切音爲團，即今之團子也。東坡以牢丸爲牢九，誤矣。升菴以牢丸爲湯餅，則與上湯餅句，複不可解矣。

獨逸窩退士《笑笑録》卷二《毳飯》 東坡嘗謂錢穆父曰：尋常往來，正可稱家有無，不必過爲具。穆父一日折簡召坡食韲飯。坡至，乃設飯一盂，蘿蔔一様，白湯一盞，蓋以三白爲韲也。後數日，坡召穆父食毳飯，穆父意坡必有毛物相苦。比至日晏並不設食，穆父餒甚。坡笑曰：湯也毛，飯也毛，蘿蔔也毛，非毳而何。穆父捧腹曰：固知必報東門之役，然慮不及此。坡始命進食，抵暮別去。《東坡養生集》

許起《珊瑚舌雕談初筆》卷三《姑嫜餅》 平湖時，香圃大令元烈去二尹任後，寄來小餅若干封并他物以贈。他日，晤詢此餅，始知爲姑嫜餅，乃平湖名品也。餅如碁，每封六枚，裹以紫羅紋箋，任攜遠行，經久不壞。相傳姑嫜二人同志守節，製此餅以餬口，遂以得名。旋見吳蒐牀有詩云：藉甚公羊賣餅家，弄珠

樓下翠簾遮。金刀翦勝宜桃葉，玉乳搓酥映棗花。畫稿幾醺邱嫈樣，紅綾一抹小姑霞。劉郎座上如相問，漫說吳均饌有華。措詞極韻致，惜乎兩人之名節，此語全未道及耳。

許起《珊瑚舌雕談初筆》卷三《寒具》　看畫客無寒具，手不識寒具爲何物。後讀劉夢得寒具詩云：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黃深。夜來春睡濃於酒，壓扁佳人纔臂金。以此詩觀之，當即今之饊子也。

長順等《光緒吉林通志》卷二七《風俗》　九月九日，食菊花餻，以麪合糖酥爲餅，凡數層，上黏菊葉，每層夾以果仁、山查、葡萄、青梅諸物。又名九花餻。元天嶺演戲，士女登高，其三皇廟仙人堂各會，與上已同。

十二月八日，諺稱臘八，雜米合棗、栗、果仁煮粥，亦有食黍米飯者。前數日功德院僧人沿門乞米謂化臘八粥以食院中養濟所之窮民。

二十三日夜，祀竈神，供餳餻，放炸爆，謂之過小年。前後數日，家以肉糜裹麪作水角，曰包角子，以餡包麵蒸餅曰蒸餑餑，與魚肉殽蔬俱先儲備，必足半月之需。

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷四〇《風俗・桂陽州》　正月七日爲人日，以七種菜爲羹，翦綵爲人，或鏤金薄爲人以帖屏風，亦戴之頭髻。又造華勝以相遺登高賦詩歲時記正月七日食煎餅，於庭中作之，云熏天。歲時記注立春之日悉翦綵爲燕戴之帖宜春二字　正月十五日作豆糜，加油膏其上以祠門户。先以楊枝插門隨楊枝所指仍以酒脯飲食及豆粥插箸而祭之。【略】去冬節一百五日，即有疾風甚雨，謂之寒食，禁火三日，造餳大麥粥，鬬雞、鏤雞子、打毬、鞦韆、施鉤之戲。《歲時記》　楊桐葉、細冬青，居人過寒食采其葉染飯，色青而有光，食之資陽氣，道家謂之青精乾石飢。零陵總記　三月三日，士民竝出江渚池沼閒，爲流杯曲水之飲。是日，取鼠麴汁蜜和粉，謂之龍舌粄，以厭時氣。歲時記

西清《黑龍江外記》卷六　上人過節，上元湯圓，端陽角黍，中秋月餅，家自爲之，店肆亦有鬻者。惟二月二日太陽糕，九月九日花糕，不見食之者，此與都下少異。

西清《黑龍江外記》卷八　黑龍江土脈宜糜子，糜子粒如穀，子微大，赤黃二色，煨以熱炕，然後碾食。諸書多以爲稷，土人呼爲伊喇。伊喇，國語黍也。若稷當曰斐式赫，今不言斐式赫而言伊喇，是以糜子爲黍，與書不合。

小麥，春種秋收，磨麵勝內地。充貢者，將軍、副都統等公捐麥價，羅五六過，塵飛雪白，如束晳賦所云。歲以六月時進十二囊，囊六十觔。十一月年貢亦附之。

蕎麥，出黑龍江城者尤佳。麪宜煎餅，宜河漏，甘滑潔白，他處所無。河漏，挂麪類，俗稱合絡。河漏二字，見《本草綱目》。

鈴鐺麥，穬麥也，墨爾根，黑龍江以秣馬，亦配穀糅貯倉，然不經久，易霉爛。

平步青《霞外攟屑》卷五《魚粥》　陸放翁寺居睡覺七絶五首之二云：心地安平曉夢長，忽聞魚鼓動修廊。披衣起坐清嬴甚，想像雲堂魚粥香。自注：僧維菜餌之屬作粥，名魚粥。庸按：《廣雅》焜謂之魚。方久切，音缶。《玉篇》魚，火熟也。焜，魚也。《集韻》或作魚，亦書作炰。攷：《康熙字典・火部》魚字下未引陸句。今越人冬月以白菜、菜菔、雜米作粥者有之，無呼爲魚粥者矣。白華絳跗閣詩：庚甲子臘八夜，感書四首之三云：可憐魚粥初香際，紅燭淒涼是客中。

平步青《霞外攟屑》卷一〇《麻餈》　《越言釋》卷二康成《周禮注》以餈爲稻餅。此注之最精者。今南人有餈而不謂之稻餅，凡複而餡者，多爲之名是餅之亡也。按今越中冬日有麻餈，以秔稻粉爲之，餡以餳，而外傅麻子，故名。

平步青《霞外攟屑》卷一〇《餛飩》　《事物原會》、《方言》餅謂之飩，或謂之脹，或謂之餛，其來久矣。《越言釋》卷二引《通鑑》陳霸先守建康，糧運不至，士皆飢疲。會陳蒨饋米三千斛，鴨千頭。霸先命炊米煮鴨，人人以荷葉裹飯，焜以鴨肉數臠。注：焜，公渾反。以鴨肉蓋飯上曰焜。此望文爲說耳。今江東猶謂以物蒙頭曰焜，則得之。今人以麪作小餅，裹肉啖之，謂之餛飩，於古無所攷。蓋即所謂焜耳，由焜而餛，由餛而餛飩，其蹤跡如此。庸按：餛飩字已見《廣雅》，《玉篇》作脟肫三樵說，亦未必然，況今人無以鴨肉裹餛飩者。

王韜《瀛壖雜志》卷一　臘月八日，僧尼例以雜果煮雙弓米，遍餉檀越，謂之臘八粥，亦曰佛粥。此風由來舊矣，滬人往往有以湯餅菜羹和入者，殊失古意。按：臘八粥，一名七寶粥，見於吳自牧《夢粱録》，孟元老《夢華録》，本僧家清供，今則居室者亦爲之矣。吳曼雲《江鄉節物詞》云：雙弓學得僧廚法，瓦鉢分盛和蔗胎。莫笑今年榛栗少，記曾盡粥斷薤來。

王韜《瀛壖雜志》卷一　歲事將闌，僧寮之乞布施者，不絶於道。僧衆數人，持錫托鉢，而令人擔盒隨其後，自街市遞及村巷，依户施以錢米。女尼以秫之圓綻者，熟而懸之風，爆之於釜，表裏皆透，大倍於粒，而潔白如雪，名兜湊，餽之檀

施，有厚賚。

讓廉《京都風俗誌》 正月初二日，人家、市肆咸祭財神。或食餛飩，謂之元寶。遠近爆竹之聲盛於除夕。以此可見祭財神之虔，即貪利之心勝也。

初六日，開市。大半祭神如元旦儀。古之七日爲人日，以占泰否。今於初八日祭本命星君，以糯米爲麵，裹糖果餡，謂之元宵爲獻，以其形肖星象也。自此，親友餽送以元宵爲新品，至殘燈始止。

正月十五日爲上元節，祭神以元宵爲獻，俗謂之燈節。

讓廉《京都風俗誌》 二月朔日，唐後爲中和節，今廢而不舉。相傳爲太陽真君生辰。太陽宮等處修崇醮事，人家向日焚香叩拜，供夾糖糕，如糕乾狀，上簽麵作小鷄，或戲鷄形於糕上，謂之太陽糕。亦有持齋誦《太陽經》者。

讓廉《京都風俗誌》 重九日，人家以花糕爲獻。其糕以麥麵作雙餅，中夾果品，上有雙羊像，謂之重陽花糕。亦有攜榼於城外高阜處御酒食肉者，謂之登高，亦古人之遺俗也。

讓廉《京都風俗誌》 十二月八日，人家煮雜米豆和胡桃、榛松、棗栗之類作粥，盛碗中，上鋪乾果、色糖，謂之臘八粥，以獻神佛。富室競侈，其果糖皆極美，飾盛以哥汝瓷甌，配以諸般糕點，餽送親友，僅供一啜而已。黄衣僧寺亦多作粥施粥之厥加棗栗，猶與平日不同。是日，以蒜瓣投入醋中，密封之。俟除夕啓食，其蒜青翠可愛，醋味甚美，謂之臘八醋。

讓廉《京都風俗誌》 正月初二日，人家鋪肆咸祭財神，或食餛飩，謂之元寶，遠近鞭爆之聲盛於除夕。以此可見祭財神之虔，即貪利之心勝也。初六日開市大半祭神如元旦儀古之七日爲人日以占泰否今於初八日祭本星君，以糯米爲麵，裹糖果餡，謂之元宵爲獻，以其形肖星像也。自此親友餽送以元宵爲新品，至殘燈始止。正月十五日，爲上元節祭神，以元宵爲獻，俗謂之燈節。【略】

讓廉《春明歲時瑣記》 二月朔日，唐後爲中和節，今廢而不舉，相傳爲太陽真君生辰，太陽宮等處修崇醮事人家，向日焚香叩拜，供夾糖糕，如糕乾狀，上簽麵作小雞，或戲雞形於糕上，謂之太陽糕。亦有持齋誦太陽經者。二日爲土地生辰，城内外土地神廟香火不絶，遊人亦衆。又有放花盆燈香供獻以酬神者，俗謂此日爲龍擡頭。此日飯食皆以龍名，如餅謂之龍麟，飯謂之龍子，條麵爲龍鬚，扁食爲龍牙之類。

讓廉《春明歲時瑣記》 重九日，人家以花糕爲獻，其糕以麥麵作雙餅，中夾果品，上有雙羊像，謂之重陽花糕。亦有攜榼於城外高阜處御酒食肉者，謂之登高，亦古人之遺俗也。

讓廉《京都風俗誌》 十二月八日，人家煮雜米豆和胡桃、榛松、棗栗之類作粥，盛碗中，上鋪乾果、色糖，謂之臘八粥，以獻神佛。富室競侈，其果糖皆極美，飾盛以哥汝瓷甌，配以諸般糕點，餽送親友，僅供一啜而已。黄衣僧寺亦多作粥施粥之厥加棗栗，猶與平日不同。是日，以蒜瓣投入醋中，密封之。俟除夕啓食，其蒜青翠可愛，醋味甚美，謂之臘八醋。

李鴻章、黄彭年等光緒《畿輔通志》卷七二《輿地二七・方言》 北方多種蕎麥，磨而爲麪作湯餅，謂之河漏。王禎《農書》

謹案：蕎麥立秋前時下種，九月收，赤莖緑葉，小白花，實有三稜，老則皮黑，故保定土人呼爲稜子河漏，直隸人通呼爲河洛。《説鈴》曰：山東以蕎麥作麪食，曰河洛。向不辨其何字。《唐書》：明皇以鹿血煎酪賜安禄山，曰熱洛河。似本此。河洛有牀形，如今北人鋤草刀牀，下木有圓孔，孔底鋪以鐵篩，上木有圓枘，與孔相值，孔中實以麪置釜上，人持其尾而軋之，麪漏入釜中，即名河洛，蕎麥麪者尤修美。

北人食麪名餺飥。《猗覺寮雜記》

謹案：《方言》：餅謂之飥。《齊民要術》：麥麪堪作餅飥。《稗史》：魯敬姜作不托。不托即餺飥，蓋始於魯。《澠水燕談》又作餢飥。

畢羅，今北人呼爲波波。《潛確類書》

謹案：《玉篇》：餅饠餅屬，用麪爲之，中有餡。《資暇集》：畢氏、羅氏好食此味，因名畢羅。《西陽雜俎》：有人夢入畢羅店，及醒，店子曰：郎君與客食畢羅二斤，何不計直而去。即餅饠也。波即畢羅之合聲，波、磨，疊韻字，故或呼爲磨磨。今順天人稱波波，畿南人稱磨磨。

幽州謂麴爲麩。《集韻》

謹案：《方言》：麩，麴也。北鄙曰麩。郭璞注曰：細餅麴。王念孫曰：麩之爲言，卑下也。

北燕謂烏臘曰腒。《說文・肉部》

謹案：《內則》：夏宜腒鰡。鄭注曰：腒，臘，久也。《文選・七命》注引賈逵曰：腒，久也。《廣雅》：腒，脯也。又曰：臘，久也。腒、臘，蓋皆言肉之久而乾者。

李鴻章、黃彭年等光緒《畿輔通志》卷七三《輿地二八物產一》 麥，金也，金旺而生，火旺而死，秋種夏熟，具四時之氣。《說文》北方地燥冬多雪，春少雨，麥畫花，薄皮多麪，食之宜人，陳者更良。《本草綱目》李時珍曰：北人種麥漫撒，南人種麥撮撒。蘇頌曰：小麥秋種冬長，春秀夏實，具四時中和之氣，故爲五穀之貴。《本草綱目》今市肆標曰重羅白麪。《留青日札》宏仁橋晉東哲賦曰重羅之麪。《帝京景物略》塞外地寒，旁列肆，搏麪角之，曰歡喜團。和炒米圓之，曰歡喜團。《帝京景物略》塞外地寒，節候稍遲，麥秋後半月方熟。《熱河志》故城爲麪者，能治麪細若絲，引出不斷如素絲，以是珍於人。《河間府志》【略】明程敏政《傅家麪食行》：傅家麪食天下工，製法來自東山東。美如甘酥色瑩雪，一出入口心神融。旁人未許窺炙釜，素手每自開蒸籠。侯鯖尚食固多品，此味或恐無專功。并洛人家亦精辦，斂手未敢來爭雄。主人官屬司徒公，好客往往尊罍同。我雖北人本南產，飢腸不受餅餌充。惟到君家不須勸，大嚼頗懼水盤空。膝前新生兩小童，大者已解呼乃翁。願君飣餖常加豐，待我醉攜雙袖中。

大麥，牟也。《說文》莖葉與小麥相似，但莖微粗，葉微大，色深青而外如白粉，芒長，殼與粒相黏，未易脫。《草芳譜》仁可作飯，生芽可作餳。《雍正志》

蕎麥，莖弱而翹，然易長易收，磨麪如麥，故曰蕎。北人作煎餅及餅餌，日用以供常食，農人以爲禦冬之具。《草芳譜》李時珍曰：南北皆有，立秋前後下種，八九月收刈。《本草綱目》於山田尤宜。《熱河志》元許有壬《蕎麪詩》：坡遠花全白，霜輕實便黃。杵頭麩退墨，磴齒雪流香。玉葉翻盤薄，銀絲出漏長。元宵貯膏火，蒸熟笑南鄉。

黍，秬黑黍秫，一粰二米，冀州其穀宜黍。《周禮・職方》以大暑而種，故謂之黍。《說文》有赤黍、黑黍，黏者別名秫，北人謂黃米，亦謂之黃糯。《爾雅翼》種植苗穗與稷同，有黃白黎三色，米皆黃，北人呼爲黃米。《草芳譜》【略】

稷，李時珍曰：稷與黍一類二種，黏者爲黍，不黏者爲稷。稷可作飯，黍可釀酒，猶稻之有粳與糯也。其色有赤、白、黃、黑數種。北方地寒，種之有補。《本草綱目》冀北謂之糜，麥後先諸米熟，炊飯疏爽香美，故以供祭。《草芳譜》冀州好穄地產不爲無珍。《冀州論詳方言》

蜀黍，地節三年種蜀黍。《博物志》紅白二種，俗呼高粱，在北方地不宜麥禾者乃種，尤宜下地。《農政全書》汪穎曰：北地種之，以備缺糧，餘及馬牛，穀之最良者。《本草綱目》春日早種得子多，秋收。莖粗高丈餘，莖可織箔、編席、夾籬、供爨，稍可作帚。殼浸水色紅，可以紅酒，有利於民者最溥。《草芳譜》熱河窪下之土多種之，山田則否。其莖纖長，懼爲山風所折也。有甜苦二種，甜者以供食，苦則以作酒。《熱河志》

玉蜀秫，又作玉米。《農政全書》粒如茨實大而瑩白《草芳譜》李時珍曰：其苗俱似蜀黍而肥矮，亦似薏苡，高三四尺，六七月開花，成穗如粗麥狀，苗心別出一苞，上出白鬚垂，垂久則苞折子出。《本草綱目》一名御麥，亦名黍麥，今俗稱爲包兒米，有黃、白、赤、黑、斑數色，其粉可作糕，土人亦以爲糜。《熱河志》

稗，禾別也。《說文》有二種，一黃白，一紫黑，紫黑者苞有毛，北人呼爲烏禾。《爾雅翼》野生苗葉似糝子，子如黍，用與糝子同。《草芳譜》，詳《方言》。糝子一名龍爪粟，一名鴉爪稗，北地荒陂處種之，苗葉似穀，穗如粟而分數歧，子如黍而細，褐色，碾米煮粥蒸食皆宜。《草芳譜》

文廷式《純常子枝語》卷二四 唐韋巨源《食譜》有婆羅門輕高麪。《正字通》云：輕高麪，今俗籠蒸糢頭，發酵浮起者是也。

俞樾《右台仙館筆記》卷一四 鄂俗以人自經死者爲喫油麪。油麪者，以水和麥末爲長條，必稍著油乃成，故曰油麪。江浙間曰索麪，古人則謂之索餅。《南齊書・何戢傳》稱上好水引餅即此物也。《玉篇・麥部》：餅，博領切，索餅也。《雍正志》咸寧有章姓者，營造屋宇而遇工匠頗刻，工匠銜之。偶食油麪，即以所餘埋之於戶限下無何。章妻縊死，章亦時時引帶語人曰：我宜於何處縊歟。家人患之，有善相宅者，周觀其室曰：戶限下必有異。扣之得油麪，擯而棄之乃已。

俞樾《春在堂隨筆》卷五 甘露餅，出天長縣，一餅直錢九，味不過甜，而鬆脆異常。勒少仲同年偶得百枚，分詒吳平齋、應敏齋及余，各二十四枚，勝以書云：此餅風味頗佳，請試嘗之，不知尚足一說否。余報以書云：此蘇家爲甚酥也，偶書於此，識老饕口福。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《茶肆點心》 國州李斗《揚州畫舫録》載：茶肆點心，各據一方之盛，雙虹樓燒屏，開風氣之先。宜興丁四官開蕙芳集，芳以糟窖饅頭得名。二梅軒以灌湯包子得名，雨蓮以春餅得名，文杏園以稍麥得名，謂

之鬼逢頭。

按：茶肆點心，蘇杭皆有之，得文人點綴，則皆詩料也。鬼逢頭之名尤奇，未知何所取義。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《棋炒》 國朝查慎行《人海記》云：嘉靖三十年，户部行宛大二縣，領太倉銀三千，散給各燒餅鋪户，每銀一兩，上棋炒一石。其法，用白麪少和香油芝麻，爲棋子塊樣，炒熟，工部送至行軍處所支用。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《張手美家》 唐韋巨源《食譜》云：閭閻門外通衢，有食肆，人呼爲張手美家，水産陸販，隨供而需，每節則專賣一物。

按：吴下每節，各有所買食品，過節則無之，殆猶張手美之遺風邪。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《空飯》 《太平廣記》引《廣古今五行記》云：唐定州安嘉縣人王珍，斷肉食，以咸亨五年，入海運船上，無菜，人皆食肉，珍不食，惟飡空飯而已。

按：此即今人所云白飯。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《團油飯》 《老學庵筆記》引《北户録》云：嶺俗家富者，婦産三日，或足月，洗兒，作團油飯，以煎魚蝦，鷄鵝豬羊、灌腸、蕉子薑桂、鹽豉爲之，此即東坡先生所記盤游飯也。二字語相近，必傳者之誤。

按：今人知盤游飯，不知團油飯矣。灌腸未詳。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《饅頭》 宋張世南《遊宦紀聞》引雲林先生黄長睿云：饅頭當用糢頭。見東晳《餅賦》。

按：《廣韻》二十六桓有糢字。注曰：糢頭，餅也。又有饅字，注曰：俗則自以作糢，爲近古矣。國朝盧文弨跋此書，乃云字書不見有糢字，何也。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《饅頭不可多食》 宋龔鼎臣《東原録》云：樞密學士張公奎，嘗言頃在疾告。既愈，仁宗問因何得疾。公曰：因食饅頭。仁宗曰：饅頭豈是多食之物邪。余食饅頭，往往成疾，今則并不能食矣，書此自欸。

俞樾《茶香室續鈔》卷二一三《水飯》 南唐劉崇遠《金華子雜編》云：鄭儉爲江淮留後，一日早辰，其妻少弟至妝閣，問其姊起居，方治妝未畢，家人備夫人晨饌於側。姊謂其弟曰：我未及餐，爾可且點心，止于水飯數匙。

按：水飯即粥也，今南人多於早辰喫粥，此風古矣。

朱杜清獻公文集有奏劄云：今范鍾令臣粥後過堂議事，臣精力雖未强，只得勉從其言，在初八日，粥後一往。然則晨起啜粥，宋時且形之奏牘也。

俞樾《茶香室續鈔》卷二一三《長壽麵》 宋王秬《燕翼詒謀録》云：大中祥符二日，作未酉亥膊肫。

按：此當是雜羊肉、鷄肉、猪肉爲之，故以未酉亥爲名。《清異録》有丑未鱉，用雍酥棧羊筒子髓置醇酒中，其名正與相近。

俞樾《茶香室叢鈔》卷二一《蜂糖餻》 國朝許宗衡《玉井山館筆記》云：余以胃病不晚食，申刻，食蜂糖餻數片，佐以甌粥，蜂糖餻，以麪與糖蒸之，麪作小窠，如蜂房然，閲周公謹《武林舊事》，其市食一條，餻名有蜂糖者，是南宋時，臨安已有此名。別有小甑餻，殆即揚州之甑兒餻。

按：今吴下有所謂蜜蜂餻者，或即蜂糖之遺製乎。然以米粉爲之，不以麪也。至甑兒餻，吴下亦有之。余晨起，或以此代粥。嘗有句云：家常只喫大鍋菜，胃薄惟宜小甑餻。

俞樾《茶香室叢鈔》卷二一《海哩噌》 國朝吴元長《宸垣識餘》云：明制，冬至日，賜諸臣甜食一盒，凡七種一松子海哩噌。噌字，諸字書不載，今亦不識海哩噌爲何物也。

俞樾《茶香室續鈔》卷二一三《子推蒸餅》 宋龐元英《文昌襍録》載：唐歲時節物，寒食則有子推蒸餅。

按：今人不知有是名矣。

俞樾《茶香室續鈔》卷二一三《元宵浮圓子》 宋周必大《平園續稿》云：元宵煮浮圓子，前輩似未曾賦此，坐閒成四韻。

按：此知今所行元宵圓子，宋時舊俗也。

俞樾《茶香室續鈔》卷二一三《青白圞子》 明郎瑛《七修類稿》云：古人寒食，採桐楊葉染飯青色以祭，資陽氣也。今變而爲青白圞子，乃此義耳。

按：今清明市中，賣青白圞子，觀此，知明時已然矣。

俞樾《茶香室續鈔》卷二一三《臘八麵》 國朝繆艮塗説云：十二月初八日，釋氏以餳果諸物煮粥，名臘八粥。明宫中有臘八麵。

俞樾《茶香室續鈔》卷二一三《長壽麵》 宋馬永卿《懶真子》云：湯餅，即今之長壽麵。

按宋張師正《倦遊襍録》云：水澓者，皆可呼湯餅，籠蒸者，皆可呼籠餅，在則湯餅固非一類。《懶真子》所云，則似專指麵之長條者言。

俞樾《茶香室三鈔》卷二一五《金珠包子》 宋王秬《燕翼詒謀録》云：大中祥

符八年二月丁酉，值仁宗皇帝誕生之日，宰臣以下稱賀，宮中出包子以賜臣下，其中皆金珠也。

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《蕎麵燒餅》　蜀何光遠《鑒戒録》云：天復初，車駕走幸石門，絶糧數日，左街沙門懷寶，進蕎麵燒餅，奉宣賜紫。

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《子推燕子》　宋孟元老《東京夢華録》云：冬至後一百五日爲大寒食，前一日謂之炊熟，用麵造棗餌飛燕，柳條串之，插於門楣，謂之子推燕子。

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《果食將軍》　宋孟元老《東京夢華録》云：七月七夕，以油麵糖蜜造爲笑靨兒，謂之果食。花樣奇巧百端，若買一斤數内，有一對被介胄者，如門神之像，蓋自來風流，不知其從，謂之果食將軍。

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《茶食》　宋洪皓《松漠紀聞》云：金國舊俗，壻納幣，皆先期拜門，戚屬偕行，男女異行而坐。先以烏金銀盃酌酒飲三行，進大軟脂，小軟脂，蜜糕，人一盤，曰茶食。

按：此則茶食之名，亦古矣。

又按：大軟脂，小軟脂，下有注云：如中國寒具。密糕下有注云：以松實胡桃肉，漬蜜和糯粉爲之，形或方或圓，或爲柿蒂花，大略類浙中寶階糕。

按：此物今蘇杭皆有之，正謂之蜜糕，而寶階糕之名則無聞。

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《淼飯》　國朝章有謨《景船齋裸記》云：先伯祖棗，磨屑以作炒麵。甘新兩地之人，皆喜食之。

青蓮公台鼎，嘗招陸古塘飲，名曰淼飯。視之，則粟湯三而已，與畾飯、毳飯並稱韵事。

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《平旦食粥》　宋陸游《老學庵筆記》云：護聖楊老説平旦，粥後就枕，則粥在腹中，暖而宜睡，天下第一樂也。後讀李端叔詩：粥後復就枕，夢中還在家。則固有知之者矣。

按：余於隨筆卷四引宋杜清獻公文集奏劄，言范鍾令臣粥後過堂議事，勉從其言。初八日粥後一往，爲宋時晨起啜粥之證。今讀此，知晨起啜粥，由來久矣。

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《凍米糕》　明李日華《六硯齋三筆》云：余常於僧堂食半邏凍米糕。於臘月，用血舂白糯米，置大缸中，注水結冰凍之，至春暖冰泮，取出磨粉炊糕，異常鬆美。

俞樾《茶香室三鈔》卷二八《糯米之名》　明李日華《六硯齋筆記》云：釀酒必以糯，其品非一。粒長而釀酒多者，曰金釵糯。色白而性軟，五月種，十月熟，曰羊脂糯。芒長而穀多白粹，四月種，九月熟，曰胭脂糯。色斑，五月種，十月熟，田虎皮糯，粒最長，白粹有芒，四月種，七月熟，曰赶陳糯。粒大而色白芒長，而熟最晚，其色易變，釀酒最佳，曰蔗黄糯。粒圓白而粹黄，大暑即可刈，其色難變，不宜於酒，曰秋風糯，可以代粳輸官，又曰謾官糯。不耐風水，四月種，八月熟，曰小娘糯。芒如馬鬃而赤色，曰馬鬃糯。其名頗新，有可入詩者。

按：此等名色，今雖老農，不盡知也。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《餛飩》　國朝沈自南《藝林彙考》引《演繁露》云：世言餛飩是盧中混氏沌氏爲之。按：《方言》餅謂之餛，或謂之餫，或謂之飩，則其來久矣，非出胡虜也。按説固不足信，然亦與餫饠同一食譜中，故事也。

又按：所引《方言》有誤，據《方言》卷十三云：餅謂之飥，或謂之餫，餛與此所引異。

袁大化等宣統《新疆通志》卷五二《物侯一》　春麥、大麥、青稞麥首種于土，【略】蘇恭《本草》注則又以大麥爲青稞麥。案：《齊民要術》云：青稞麥與大麥同時熟，其爲二物甚明。蘇説非也。今案：新疆人喜食春麥，謂冬麥而色紅，不能作餅，與北方相反。青稞麥似大麥，而粒一如小麥，無大麥之外稃，色青而黏，可以釀酒。春時覆種，四月即熟，與大麥同。農民多和以胡麻、豌豆、麻子、沙棗，磨屑以作炒麵。甘新兩地之人，皆喜食之。

張江裁《大興歲時志稿・十二月》　十二月八日，先期鑿冰納窖中，以豆果雜米爲粥供朝食，曰臘八粥。

張江裁《宛平歲時志稿・二月》　二月二日曰龍擡頭，因薦韭之餘，家各爲葷素餅餤，以油煎而食之，曰薰蟲兒，謂引龍以出，且使百蟲伏藏也。

張江裁《宛平歲時志稿・五月》　五月五日，家懸五雷符，插門以艾，幼女佩紙符簪榴花。曰女兒節。是日，午具角黍，漬菖蒲酒，闔家飲食之。以雄黄塗耳鼻，取避蟲毒之義也。

張江裁《宛平歲時志稿・九月》　九月九日，載酒具茶鑪食榼，尋園榭丘阜爲娛，曰登高。麪餅嵌棗粟爲花糕，父母家必迎女歸，亦曰女兒節。

張江裁《宛平歲時志稿・十二月》　十二月八日，先期鑿冰方數尺，納窖中封如阜。是日，循臘祭遺風，以豆果雜米爲粥供朝食，曰臘八。

吕種玉《言鯖》卷下《粉糕》　今之粉糕，古已有之。《周禮》：籩人修籩之

實，糗餌粉餈。注曰：糗餌者，宜米屑蒸之，以棗豆之味，今餌餻也。《方言》餌謂之糕，亦謂之餈。

宋永岳《志異續編》卷二《素麪》 有林下大老，與鄰寺主僧善，一日相與手談，不覺日昃。僧命徒在座隅，以白水調麪切細縷，仍以白水煮之熟，加清醬少許，奉上兩盌。大老辭以不用。僧曰：略嘗一箸何如。大老勉强舉箸，味美異常，一啖而盡，翻嫌其少。歸諭廚人曰：昨在某寺，食白湯麪甚美。自後不用和羹，他日備以進膳，殊味同嚼蠟，不堪入口。廚人曰受罰，因懷刃至寺，覓主僧，舉刃示曰：爾以何物作麪，食我主人，使我日日受苦，直告則已，否則伏尸二人矣。主僧初猶强辨爲素麪，後情急只得直言，用肥雞雛，生片其肉，和細麪搗勻曬乾，重上石磨，羅篩篩之。食時不用他味調和，自然鮮美。竊謂是僧托足空門，自宜澹泊是甘，乃縱口腹之慾，名爲食素，陰實肥甘自奉，行事巧，其居心險也。恐飲食而外，尚有不可問者。此世俗所謂酒肉和尚，而大老乃與之相善，何也。

胡鳴玉《訂譌襍録》卷七《湯餅》 生兒三日會客，名曰湯餅。東坡《賀陳述古弟章生子詩》：甚欲去爲湯餅客，却愁錯寫弄麈書。向疑湯餅是二物，如何對得弄璋。近閱《倦遊録》，宋張師正著云：今人呼煮麵爲湯餅，唐人呼饅頭爲籠餅。因知湯餅者，乃湯之餅，是一物非二物也。益信古人對偶之精。此與第二卷所言義山詩以射覆對送鉤同

潘榮陛《帝京歲時紀勝・正月》 禁忌

元旦不食米飯，惟用蒸食米糕湯點，謂一年平順，無口角之擾。不灑掃庭除，不撮棄渣土，名曰聚財。人日天氣晴明，出入通順，謂一年人口平安。服制之家不登賀，不立門簿。雖有親賓來拜謁者，亦不答拜。初五日後始往叩謝，名曰過破五。春戊寅日爲天赦，新葬墳墓，於戊寅前期祭掃，諺云新墳不過赦。正月不遷居，不糊窗櫈，爲善正月。諺云：「正五九，没處走。」

潘榮陛《帝京歲時紀勝・二月》 中和節

初一日爲中和節，傳自唐始。李泌請以二月朔爲中和節，賜民間以囊盛百果穀瓜李種相問遺，號獻生子，令百官獻農書。京師於是日以江米爲糕，上印金烏圓光，用以祀日，繞街徧巷，叫而賣之，曰太陽鷄糕。其祭神雲馬，題曰太陽星君。焚帛時，將新正各門户張貼之五色挂錢，摘而焚之，曰太陽錢糧。左安門内有太陽宫，都人結侶携觴，往遊竟日。考春分祭日，秋分祭月，乃國之大典，士民不得擅祀。若以照臨恩當思報之，習俗云可。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・三月》 清明

清明掃墓，傾城男女，紛出四郊，擔酌挈盒，輪轂相望。各携紙爲線軸，祭掃畢，即於墳前施放較勝。京製紙鳶極盡工巧，有價值數金者，琉璃廠爲市易之。清明日摘新柳佩帶，諺云：「清明不帶柳，來生變黄狗。」又以柳條穿祭餘蒸點，至立夏日油煎與小兒食之，謂不齧夏。

陳銘珪《浮山志》卷一《餘糧》 白水門一帶盤紆彌亘，林岫恒翳，野蕨最多。春夏之交，峒内外不分男女，延緣下上，烏度蛇盤。每當夕陽西下，攜筐荷鍤，滿擔而歸，洵濡於盎，撈取其液，乾之成粉，甘滑益人，家有儲藏，以備不時。范文正安撫江淮，進民間所食烏昧草，即此山多古松，嘉慶初年得茯苓一窖，重一千六百斤，道人舂作粉，以供饘粥。此外山藥爲蕷，桄榔有麪，皆重巖絶壑，不與五穀争地，而能濟五穀所不及。昔禹治水，棄其餘糧，是生禹餘糧。地精亦曰仙人餘糧，因以餘糧名之。橫坑地精有名。

陳銘珪《浮山志》卷一《鬼芋》 鬼芋深谷中野生，如芋而大，掘得之一芋，剖作四片，入砂盆順磨作膠漿，鍋煮成膏，待冷則凝結爲塊，一復剖爲四，加水再煮成膏，如是三煮、四煮，乃可食令飽。計一芋可飽數十人。採製皆不令婦人雞犬，見磨時止須順旋，剖時必符四數，否則化水。初問山人不之識，後雲水僧偶得一芋於白水山，重十餘斤，不知製法，致苦澀不能入口。余聞粤西全州湘山寺産磨芋，澀稭灰水，磨濃如腐，煮食甚美，意即鬼芋也。

陳銘珪《浮山志》卷二《浮山續記》 《太平寰宇記》引袁彦伯《羅浮記》言，嘗有沙門詣南海，太守云：當還羅浮山，請一小吏提錫鉢乃給之。小吏既去，恍惚不覺有舟車，但聞足下波浪聲奄。忽便至一山，見數道士設食，飯皆青色如珠屑。食畢，以餘與之，雖無甚美，殊有香潤。按：此道士所食係青精飯，其小吏所至之山，則今酥醪洞也。宋林洪《山家清供》云：《本草》南燭木，今黑飯草，即青精也。采枝葉搗汁，浸米蒸飯，暴乾，堅而碧色，久服益顏延算。《屈翁山新語》：南燭生羅浮高處，初生三四年，狀若菘而似草者也。葉似茗而圓厚，冬夏常青，枝莖微紫，大者高四五丈，肥脆易折，子如茱萸。九月熟，酸美可食者。朱靈芝真人以其葉兼白秔米，九蒸暴之，爲青精飯常服，人稱青精先生。今蘇羅猺人，每以社日爲青精飯相餉，師其法也。蘇羅乃羅浮最深處，予詩社日家家南燭飯，青精遺法在蘇羅。考蘇羅係酥醪洞中村

名，其地即宋酥酪觀故址。疑當時道士本朱靈芝法爲青精飯，後觀廢，山猺居之，仍傳其遺製也。今蘇羅村譚李姓非猺人，然於清明節，采艾葉搗汁，浸糯米中，暴乾舂爲粉，熟蒸如餈，名艾葉餈，亦青精飯遺意。

袁棟《書隱叢説》卷一三《物名》 席上腐談所云【略】湯餅，即今之湯麵也。不托，即今之麵八刀也。不托亦名湯餅，餺飥、餜飥，俱不托，又名蝴蝶麵。

劉堅《修潔齋閑筆》卷一《饅頭》 蠻地多邪術，嘗以人頭祭神。諸葛武侯之征孟獲，命雜用羊豕肉，以麵包之象人頭以祭，謂之蠻頭，今訛爲饅頭也。古人寒食採桐楊葉染飯青色以祭，資陽氣也。今變爲青白團子，乃此義耳。

劉堅《修潔齋閑筆》卷一《不托》 《五代史》：唐昭宗與六宮一日食粥，一日食不托。按：不托即餜飥，麵餅也。《方言》餅謂之飥，北方人呼餅爲餜。《北夢瑣言》王文公食餜飥，麵不過十八片。范忠宣謫永州寄人書云：此中羊麵無異北方，每日閉門飧餺飥，不知身之在遠。亦與餜飥意同。

劉堅《修潔齋閑筆》卷三《裹蒸》 《南史》宋明帝志慕節儉，大官常進裹蒸。上曰：我食此不盡，可四破之，餘充晚食。裹蒸者，以糖和糯米，入香藥松子等物，用竹籜裹而蒸之，即今之角黍也。

劉堅《修潔齋閑筆》卷六《鹽鐵》 鹽鐵，梁也，粒如蟻子，魏文帝常以爲御粥。

項惠、范勳《廣寧縣志》卷四《風俗》 屬迎春士女縱觀　上元張燈三夜，人家粉糕米，裹珍果同炊，曰喫臘八粥。

二月二日，豆汁攤餅以食，又鐺煎棗餻，曰薰蟲。

五月五日，親戚作角黍相餽遺。

八月一日，糊窗曰冬月房中不凍。望日，月餅西瓜相餉，便家張筵賞月，即貧者亦勉營食物，合家飲啖。

十二月八日，取雜色米菽，錯以珍果同炊，曰喫臘八粥。

程煦元《澉誌補録・雜類》 蠶蟻餛飩，兀楊宣慰家宴之，具見《辛酉雜識》。

王奕曾等《錦縣志》卷四《風俗》 上元張燈三夜，人家粉糕米，裹珍錯爲圓，彼此相餉，曰送元宵。

二月二日，豆汁攤餅以食，又鐺煎棗餻，曰薰蟲。

五月五日，親戚作角黍相餽遺少長。出郭遊，聚飲高歌。亦有攜酒遊觀音洞，曰耍青。

十二月八日，取雜色米菽，錯以珍果同炊，曰喫臘八粥。

項維貞《燕臺筆録》 遼俗，每年正月一日，以糯米炊飯，用白羊髓和丸如拳大，行宮寢帳内各散四十九丸。《燕北雜記》【略】五月五日午時，采艾摘葉與綿相和絮衣七事遼主著之番漢臣僚各賜艾衣三事，渤海廚子進艾糕。《燕北雜記》

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・麪》 麈白。重羅之麪，塵飛雪白。牢丸。春饅頭，夏薄扞，秋起溲，冬湯餅，四時皆宜惟牢丸乎。銀絲，槐葉麪，玉塵。君輸瀛洲，玉屑九斛。麥塵。皆乾麪也。苦嗜麪。河東并代人苦於嗜麪，切以莫刀，淘以酪酒，潦斗貯之，擊鼓集老幼，自多寡取之至飽。昌壘麪。昌壘白麥麪，烹之將熟，潔白如新，今麪如泥且糰，由是知麥乃宕昌者，非昌壘真物。桄榔麪。桄榔木如莎皮，如櫜木皮，出麪可食，木理有文，堪爲樞梨局。蓬子麪。龍朔反，自關東至海大旱，冬蔬皆盡，以蓬子爲麪，以槐葉爲羹。剪刀麪。柳公瓘以隔風沙作《龍城記》以進。上方御剪刀麪、月兒羹，命分賜之。生日斗麵。玄宗皇后王氏始以愛弛不自安，承間泣曰：陛下獨不念阿忠脱紫半臂，易斗麪爲生日湯餅耶。帝憫然動容。○饅頭玉柱，灌漿。皆饅頭之别稱也。縮蔥侍郎。唐侯思正食籠餅，必令縮蔥加肉，號縮蔥侍郎，即今之饅頭也。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・餅》 華山玉屑。細如華山玉屑，白似梁甫銀泥，既聞香而口閟，亦見色而心迷。秋練。弱如春綿，白若秋練，氣孜孜以揚布，香飛散而遠遍。槐芽餅，銀線，瓊肌，麥隴風香，羊肝餅。洛陽人家至重陽作羊肝餅。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・飯》 青精飯。楊桐葉細冬青，寒食採其葉染飯，道家謂之青精乾石飢信飯，故人曰青飢飯。故杜詩云：豈無青精飯，使我顔色好。會稽菰。菰米飯也，出會稽郡。炊雕。即菰米可作飯。雕胡飯。宋玉賦：主人爲臣炊雕胡之飯。饁稼。餉農也。夜舂。夜搗糧也。胡麻。香飯。廣文不足。甲第紛紛厭粱肉，廣文先生飯不足。炊金。炊金饌玉。雲子，落杵，黄粱，流脂。稻米流脂粟米白。浙玉。浙玉粉香粳。玉粒，雪花，芳菰。芳菰精稗，霜蓄露葵。奇稌。神皋奇稌，嘉禾之

惠。墨墮飯。孔子厄於陳蔡，子貢出糴得米，顏回炊之。有埃墨墮飯中，回取食之。子貢以告，孔子召回曰：昔夢見先人，吾將以子炊祭焉。曰：有埃墨，回即食之，不可祭也。孔子曰：然，吾亦食之。

傳記

房玄齡等《晉書》卷六五《王導傳》 時年饑粟貴，人多餓死，導以私米作餺飥粥，以飴餓者，所濟活甚衆。

李昉《太平廣記》卷二三四《大餅》 王蜀時，有趙雄武者，衆號趙大餅。累典名郡，爲一時之富豪。嚴潔奉身，精于飲饌，居常不使膳夫。六局之中，各有二婢執役。當廚者十五餘輩，皆着窄袖鮮潔衣裝，事一餐，邀一客，必水陸俱備，雖王侯之家，不得相倣爲。有能造大餅，每三斗麵擀一枚，大於數間屋。或大內宴聚，或豪家有廣筵，多于衆賓内獻一枚。裁剖用之，皆有餘矣。雖親密鑒分，莫知擀造之法，以此得大餅之號。出《北夢瑣言》

李昉《太平廣記》卷二三四《尚食令》 馮給事入中書祗候宰相，見一老官人衣緋，在中書門立，候通報。時夏譙公爲相，留坐論事多時。及出，日勢已晚，其官人猶尚在。乃遣人問是何官。官人近前相見曰：某新除尚食局令，有事相見相公。因令省官通之，官人入。給事偶未去。官人見宰相了，出謝云：若非給事恩遇，某無因得見相公。某是尚食局造餤子手，不知給事宅在何處。曰：在親仁坊。曰：欲說薄藝，但不知給事何日在宅。曰：來日當奉候。然欲相訪，要何物。曰要大臺盤一隻，木楔子三五十枚，及油鐺炭火，好麻油一二斗，南棗爛麵少許。給事素精于飲饌，歸宅便令排比。仍垂簾，家口同觀之。至日初出，果秉簡而入，坐飲茶一甌，便起出廳，脱衫靴帶，小帽子，青半肩，明鈔本肩作臂。三幅袴，花襜襪肚，錦臂韝。遂四面看臺盤，有不平處，以一楔填之，後其平正。然後取油鐺爛麵等調停，襪肚中取出銀盒一枚，銀簁子銀笊籬各一。候油煎熟，于盒中取餤子賺，賺原作躔。據明鈔本改。以手于爛麵中團之，五指間各有麵透出，以簁子刮卻，便置餤子于鐺中。候熟，以笊籬漉出，以新汲水中良久，卻投油鐺中，三五沸取出，拋臺盤上，旋轉不定，以太圓故也。其味脆美，不可名狀。出《盧氏雜説》

李昉《太平廣記》卷二八六《板橋三娘子》 者，不知何從來，寡居，年三十餘，無男女，亦無親屬。有舍數間，以鬻餐爲業，然而家甚富貴，多有驢畜，往來公私車乘。有不逮者，輒賤其估以濟之，人皆謂之有道，故遠近行旅多歸之。【略】至二更許，諸客醉倦，各就寢。三娘子歸室閉關息燭，人皆熟睡。獨季和展轉不寐，隔壁聞三娘子悉窣若動物之聲。偶於隙中窺之，即見三娘子向覆器下取燭。挑明之後，於巾箱中取一副耒耜，并一木牛，一木偶人，各大六七寸，置於廚前，含水噀之，二物便行走，木人則牽牛駕耒耜，遂耕牀前一席地，來去數出。又於箱中取出一裹蕎麥子，授於木人種之，須臾生花發麥熟，令小人收割持踐，可得七八升。又安置小磨子磴成麵，訖却收木人子於箱中。即取麵作燒餅數枚。有頃雞鳴，諸客欲發，三娘子先起點燈，置新作燒餅於食牀上，與客點心。季和心動，遽辭，開門而去，即潛於户外窺之。乃見諸客圍牀食燒餅未盡，忽一時踣地作驢鳴，須臾皆變驢矣。三娘子盡驅入店後，而盡没其貨財。季和亦不告於人私有慕其術者。後月餘日，季和自東都回，將至板橋店，預作蕎麥燒餅，大小如前。既至，復寓宿焉，三娘子歡悦如初。其夕，更無他客，主人供待愈厚，夜深，殷勤問所欲。季和曰：明晨發，請隨事點心。三娘子曰：此事無疑，但請穩睡。半夜後，季和窺見之，一依前所爲。天明，三娘子具盤食果實燒餅數枚於盤中，訖更取他物。季和乘間走下，以先有者易其一枚，彼不知覺也。【略】

文同《丹淵集》卷四〇《長壽縣太君楊氏墓誌銘》 職方員外郎許儀之母，夫人姓楊氏，彭州濛陽人，世以大族雄其邑。【略】夫人常自臨竈，脯手和羹，炙以過給賓客，無一日不如事，且未嘗有倦亂之色。

蘇頌《魏公譚訓》卷八《怡淡器玩飲饍》 高太尉留心醫術，得所謂以意爲主者。嘗云：京師蓋粥、麻粉日活數千人，不必藥也。小民或癘，飲一杯熱熱粥，出汗。夏中喝，食一杯麻粉，即皆愈矣。

馬令《南唐書》卷八《義養傳第三》 徐温，字端美，海州朐山人。【略】初隨行密破趙鍠，諸將皆爭取金帛，温獨掇餘米，作粥以食餓者。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 十字蒸餅。晉何曾蒸餅上不作十字不食。《本傳》

洪邁《夷堅志》支丁卷五《許大郎》 許大郎者，京師人。世以鬻麵爲業，然僅能自贍。至此老頗留意營理，增磨坊三處，買驢三四十頭，市麥於外邑，貪多

務得，無時少緩。如是十數年，家道日以昌盛，駸駸致富矣。每夕分，命幹奴守直於磨傍。其一小二者，睡中聞呼聲，時明月穿窗，歷歷可認，起視兩畔，蓋寂無一人。聲益高，諦聽之，乃一驢探首於磨牖中，作人語。而衆驢此際皆憩棧下，元無在磨室者，磨牖又窄，不能容畜首。極異之，不敢發問，怖悚至旦，走白主人，曰：「怪物入室，不可復往。」許扣其故，笑曰：「汝昏花妄言耳，安有是事？吾當自驗之！」迨夜，親往獨宿，即聞呼大郎者三。許起坐咄之曰：「業畜做何等妖怪？」驢應曰：「也好，休得休。」許又咄曰：「業畜住便住，何消嚇人！我不怕汝。」遂默默無影響。及明日，諸磨皆中裂如截不可用。自是生計浸衰，許亦死。其子以好身手應募爲禁衛，至孫經以班校換免得官，慶元初爲饒信州都巡檢使。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・蒸穀爲飯》 黃帝始蒸穀爲飯，烹穀爲粥。《周書》又云始有釜甑火食。《古史考》

王三聘《事物考》卷七《飲食》 穀食，賈誼《雜說》曰：神農時，民食穀。《藝文類聚》曰：神農時，民始食穀，加于燒石之上而食熟食。《古史考》曰：古初之人未有火化，後世聖人鑽燧出火，教人熟食。《高氏小史》曰：燧人氏時，茹生，人多病，乃鑽燧改火，化生爲熟。

粥 《周書》曰：黃帝始烹穀爲粥，蒸穀爲飯。

飯 余城中一貧寡婦，見去歲大風水，知來歲必荒，手織巾、布鞋、襪及出室中什物，令其兒日日入市雜易大小豆、麥、松花、蕨粉、芝麻之屬，磨碎炒乾，作爲細粉而積數巨笥。至今歲果大饑，日取滾湯攪而啖之，終饑荒之月，食尚有餘。

陳龍正《救荒築會》卷一《獻帝煮粥》 獻帝興平元年，四月至七月不雨，穀一斛直錢五十萬，長安人相食。帝令侍御史侯汶出太倉米豆，爲貧人作糜，餓死者如故。帝疑廩賦不實，取米豆各五升，於御前作糜，得二盆，乃杖汶五十，於是悉皆全濟。

論曰：天子於民至遠也，獻帝非英主也，猶能察侯汶煮粥之不實。今之邑令，有用白米四合，僅得粥一碗者，蓋胥役克其三分之二矣，而恬然不悟，亦不疑。日與飢民相見，與煮粥者相見，何難一問一試，而聽其然哉？救死之事，顧爲奸人利藪，一憤一慟。

徐炬《新鐫古今事物原始全書》卷一八《饌食》 穀食

賈誼《雜說》曰：神農嘗百草之實，教民食穀。《藝文類聚》曰：神農時，民始食穀，加于燒石之上而食。

熟食 《古史考》曰：古初之人，未有火化，飲血茹毛，有聖人以火德王鑽燧取火，教人熟食，號曰燧人。高氏《小史》亦曰：燧人氏時，茹生，人多疾，乃鑽燧改火，化生爲熟。

粥 《周書》曰：黃帝始烹穀爲粥。漢光武在軍中時，馮異進豆粥。秦少游云：典春衣非爲酒，舉家食粥已多時，二名曰糜。《說文》云：糜者，粥也，黃帝始教人作糜。高昌郡人呼粥曰糜閣。唐白居易在翰林，帝賜防風粥，食之口香七日。《金門歲節》云：寒食裝萬花輿，煮桃花粥。

飯 《周書》云：黃帝始蒸穀爲飯。《呂氏春秋》云：飯之美者，玄山之米，南海之耗。《天台賦》曰：胡麻飯，山羊脯，勸君飽飡心莫苦。注云：耗亦稻屬也。胡麻即今之芝麻也。鄴中寒食，俗採楊桐葉染飯，色青有光，食之資陽，道家謂之青精飯。

劉仲達《劉氏鴻書》卷七六《飲食部・飲食總》 賈誼《雜說》曰：神農嘗百草之實，教民食穀。《藝文類聚》曰：神農時，民始食穀，加於燒石之上而食。《周書》曰：黃帝始蒸穀爲飯，烹穀爲粥也。《五穀書》

馮夢龍《古今譚概》卷一四《汰侈部・大餅》 王蜀時，有趙雄武者，累典名郡，精於飲饌。又能造大餅，每三斗麪擀一枚，大於數間屋，或豪家廣席，輒請獻一枚。剖用之，猶有餘，其方不傳，衆因號爲趙大餅。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 王隱《晉書》，郪縣王長文，字德叡，州辟別駕，佯狂不就，乃微服竊出，至成都市中，蹲地嚼胡餅。白傅《忠州寄胡餅與楊萬州詩》：胡麻餅樣學京都，麪脆油香新出爐。寄與飢饞楊大使，嘗看得似輔興無。王蜀時，有趙雄武者，號趙大餅，出典名郡，爲一時富豪。嚴潔奉身，精於飲饌，居常不使膳夫，六局之中各有二婢執役，當廚者十餘輩，皆著窄袖鮮潔衣粧。事一食，邀一客，必水陸俱備，雖王侯之家不得相倣。能造大餅，每三年麪擀一所，大如數間屋。或大內宴聚，或豪家有廣筵，多於獨盛內獻一所，裁割用之，皆有餘矣。雖懿親密分莫知擀造之法，以此得名。

揆叙《隙光亭雜識》卷一 某御廚者，唐長安舊人，能爲鶯鶯餅、天喜餅、駝蹄餚、春分餚、密雲餅、鐙糟炙瓏璁餚、紅頭、五色餛飩、子母饅頭，見陸務觀《南唐書》。雖製法不傳，存其名亦自可喜。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一六一《器物門一四・磨》 磨子。《河東記》：唐汴州西有板橋店，店娃三娘子有舍數間，以賣餐爲業。元和中，許州客趙季和將詣東都，過是宿焉。諸客醉倦，各就寢。三娘子歸室閉關息燭，人皆熟睡。獨季和展轉不寐，隔壁聞三娘子悉窣若動物之聲，偶于隙中窺之，即見三娘子向覆器下取燭挑明之後，于巾箱中取一副耒耜，并一木牛、一木偶人，各大六七寸，置于庭前，含水噀之，二物便行走。木人則牽牛駕耒耜遂耕牀前一席地，來去數出。又于箱中取一裹蕎麥子，授于木人種之。須臾，生花發麥熟，令小人收割持踐，可得七八升。又安置小磨子磴成麪，訖即取麪作燒餅數枚。有頃雞鳴，諸客欲發。三娘子先起點燈，置薪作燒餅于食牀上，與諸客點心。季和心動，遽辭，開門而去，即潛于户外窺之。乃見諸客圍牀食燒餅，未盡，忽一時，踣地作驢鳴，須臾皆變驢矣。

華希閔《廣事類賦》卷二八《飲食部・穀食》 穀食。《周書》黄帝始蒸穀爲飯。

紀事

王充《論衡》卷一二《量知篇》 穀之始熟曰粟，舂之於臼，簸其粃糠，蒸之於甑，爨之以火，成熟爲飯，乃甘可食。可食而食之，味生肌腴成也。粟未爲米，米未成飯，氣腥未熟，食之傷人。夫人之不學，猶穀未成粟，米未爲飯也。知心亂少，猶食腥穀，氣傷人也。

崔寔《四民月令》 二月盡，三月可采土瓜根。《御覽》。

齊人呼寒食爲冷節，以麵爲蒸餅樣，團棗附之，名曰棗糕。

趙曄《吴越春秋》卷九《勾踐陰謀外傳》 【略】二年，越王粟稔，揀擇精粟而蒸，還於吴，復還斗斛之數，亦使大夫種歸之吴王。【略】

張華《博物志》卷五《服食》 左元放荒年法：擇大豆粗細調勻，必煮熟，按之令有光焰，氣徹豆心内，先不食。一日以冷水頓服，訖其魚肉菜果，不得復。經口渴即飲水，慎不可暖飲。初小困十數日，後體力壯健，不復思食。

陸翙《鄴中記》 鄴俗，冬至一百五日爲介子推斷火，冷食三日，作乾粥，是今之糗。

并州俗，以介子推五月五日燒死，世人爲其忌，故不舉餉食。非也，北方五月五日，自作飲食祀神，及作五色新盤相問遺，不爲介子推也。

寒食三日作醴酪，又煮粳米及麥爲酪，擣杏仁煮作粥。按：《玉燭寶典》，今人悉爲大麥粥，研杏仁爲酪，別以餳沃之。

嚴可均《全晉文》卷一一七葛洪 胡麻好者一夕，蒸之如炊，須曝乾復蒸，細篩，白蜜和丸如雞子大，日二枚，一年顔色美，身體滑。二年，白髮黑。三年，齒落更生。四年，入水不濡。五年，入火不燋。六年，走及奔馬。或蜜水和作餅如糖狀，炙食一餅。《御覽》九百八十九。

范曄《後漢書》卷九《孝獻帝紀第九》 興平元年秋七月戊午，三輔大旱，自四月至于是月。帝避正殿請雨，遣使者洗囚徒，原輕繫。是時穀一斛五十萬，豆麥一斛二十萬，人相食啖，白骨委積。帝使侍御史侯汶出太倉米豆，爲飢人作糜粥，經日而死者無降。帝疑賦卹有虚，乃親於御坐前量試作糜，乃知非實，使侍中劉艾出讓有司。於是尚書令以下皆詣省閣謝，奏收侯汶考實。詔曰：「未忍致汶于理，可杖五十。」自是之後，多得全濟。

劉義慶《世説新語》卷下之下 石崇爲客作豆粥，咄嗟便辦。恒冬天得韭菹虀。【略】每以此三事爲搤腕，乃密貨崇帳下都督及御車人問所以。都督曰：豆至難煮，唯豫作熟末，客至作白粥，以投之。韭菹虀是搗韭根，雜以麥苗爾。

曾慥《類説》卷六《續齊諧記》 膏粥

張誠見婦人在宅南曰，我是土神，正月半宜作白粥，泛膏於上祭我，令君蠶桑百倍。今正月半設膏粥，自此始。

賈思勰《齊民要術》卷九《餅法第八二》 食經曰：作餅酵法。

酸漿一斗，煎取七升，用粳米一升著漿，遲下火，如作粥。六月時，漬一石麵，著二升，冬時，著四升作。

作白餅法。

麵一石，白米七八升，作粥，以白酒六七升酵中，著火上。酒魚眼沸，絞去滓，以和麵。麵起，可作。

作燒餅法。

麵一斗，羊肉二斤，葱白一合，豉汁及鹽，熬令熟，炙之。麵當令起。

髓餅法。

以髓脂、蜜，合和麵。厚四五分，廣六七寸。便著胡餅鑪中，令熟。勿令反

覆，餅肥美，可經久。

食次曰：（粲）[粲]一名亂積。

用秫稻米，絹羅之。蜜和水，水蜜中半，以和米屑。厚薄令竹杓中下，先試，不下，更與水蜜。作竹杓，容一升許，其下節，概作孔。竹杓中，下瀝五升鐺裏，膏脂煮之。熟，三分之一鐺中也。

膏環。一名粔籹。

用秫稻米屑，水、蜜溲之，强澤如湯餅麵。手搦團，可長八寸許，屈令兩頭相就。膏油煮之。

雞鴨子餅。

破寫甌中，少與鹽。鍋鐺中膏油煎之，令成團餅，厚二分。全奠一。

細環餅截餅：環餅一名寒具。截餅一名蝎子。

皆須以蜜調水溲麵，若無蜜，煮棗取汁，牛羊脂膏亦得，用牛羊乳亦好，令餅美脆。截餅純用乳溲者，入口即碎，（肥）[脆]如凌雪。

館餘。起麵如上法。

盤水中浸劑，於漆盤皆上水作者，省脂，亦得十日軟，然久停則堅。乾劑於腕上手挽作，勿著勃。入脂浮出，即急醲，以杖周正之，但任其起，勿刺令穿。熟乃出之，一面白，一面赤，輪緣亦赤，軟而可愛。久停亦不堅。若待熟始醲，杖刺著冷水中。酷以豚皮，膩澆、麻、酪任意，滑而且美。

豚皮餅法。一名撥餅。

湯溲粉，令如薄粥。大鐺中煮湯，以小杓子挹粉著銅鉢內，頓鉢著沸湯中，以指急旋鉢，令粉悉著鉢中四畔。餅既成，仍挹鉢傾餅著湯中，煮熟。令漉出，著冷水中。酷以豚皮，膩澆、麻、酪任意，滑而且美。

賈思勰《齊民要術》卷九《糗糒法第八三》《風土記》注云：俗先以二節[一]日，用菰葉裹黍米，以淳濃灰汁煮之，令爛熟，於五月五日、夏至啖之。黏黍一名糗，一曰角黍，蓋取陰陽尚相裹未分散之時象也。

食經云：粟黍法。

先取稻，漬之使釋。計一升米，以成粟一斗，著竹篅內，米一行，粟一行，裹，以繩縛。其繩相去寸所一行。須釜中煮，可炊十石米間，黍熟。

食次曰糒。

用秫稻米未，絹羅，水、蜜溲之，如强湯餅麵。手搦之，令長（赤）[尺]餘，廣二寸餘。四破，以棗、栗、肉上下著之徧，與油塗竹箄裹之，爛蒸。熟二，箄不開，破去兩頭，解去束附。

賈思勰《齊民要術》卷九《煮糗莫片反，米屑也。（盛）[或]作摡。第八四》煮糗食次曰：宿客足，作糗粍。蘇革反。糗未一（斗）[升]，以沸湯一（升）[斗]沃之，不用膩器。斷箕漉出滓，以糗箄舂取勃。勃，別出一器中。折米白煮，取汁爲白飲，以飲二升投糗汁中。又云：合勃下飲訖，出勃。糗汁復悉寫釜中，與白

飲合煮，令一沸，與鹽。白飲不可過[一□]。折米弱炊，令相著，盛飯甌中，半奠，杓抑令偏著一邊，以糗汁沃之，與勃。又云：糗末以二升，小器中沸湯漬之。折米煮爲飯，沸，取飯中汁升半。折糞漉糗出，以飲汁當向糗汁上淋之，以糗箬春取勃，出別勃置。復著折米漉汁爲白飲，以糗汁投中。鮭奠如常，食之。又云：若作倉卒難造者，得停西[□]糗最勝。又云：以勃少許投白飲中，勃若散壞，不得和白飲，但單用糗汁爲異。

賈思勰《齊民要術》卷九《煮醴酪第八五》 煮杏酪粥法。

用宿穬麥，其春種者則不中。預前一月，事麥折令精細，簸揀作五六等，必使別均調，勿令麤細相雜，其大如胡豆者，麤細正得所。曝令極乾，如上治釜訖，先煮一釜麤粥，然後淨洗用之。打取杏仁，以湯脫去黃皮，熟研，以水和之，絹濾取汁。汁唯淳濃便美，水多則味薄。用乾牛糞燃火，先煮杏仁汁，數沸，上作(肫)[豚]腦皺，然後出之。預前多買新瓦盆子容受二斗者，抒粥著盆子中，仰頭勿蓋。淖得所，然後出之。唯須緩火，以匕徐徐攪之，勿令住，煮令極熟，剛粥色白如凝脂，米粒有類青玉。停至四月八日亦不動。渝釜令粥黑，火急則燋苦，舊盆則不滲水，覆蓋則(鮮)[解]離。其大盆盛者，數捲居(反)[萬]反亦生水也。

賈思勰《齊民要術》卷九《殽飯第八六》 作粟殽法。

(眛)[昧]米欲細而不碎。碎則濁而不美。(眛)[昧]訖即炊。經宿則澀。淘必宜淨。十徧已上彌佳。香漿和暖水浸饙，少時，以手挼，無令有塊。復小停，然後舊盆則不滲水，覆蓋則飯堅也。投殽時，先調漿令甜酢適口，下熱飯於漿中，尖出便止。宜少時住，勿使撓攪，待其自解散，然後撈盛，殽便滑美。若下飯即攪，令飯堅。

折粟米法。

取香美好穀脫粟米一石，勿令有碎雜。於木槽內，以湯淘，腳踏，瀉去瀋，更踏，如此十徧，隱約有七斗米在，便止。漉出，曝乾。炊時，又淨淘。下饙時，於大盆中多著冷水，必令冷徹米(必)[心]以手挼饙，良久停之。折米堅實，必須弱炊故也，不停則硬。投飯調漿，一如上法。粒似青玉，滑而且美。又甚堅實，竟日不飢。弱炊作酪粥者，美於(硬)[粳]米。

作寒食漿法。

以三月中清明前，夜炊飯，雞向鳴，下熟熱飯於甕中，以向滿爲限。數日後便酢，中(飯)[飲]。因家常炊次，三四日輒以新炊飯一椀酘之。每取漿，隨多少即新汲冷水添之。訖夏，殽漿並不敗而常滿，所以爲異。以二升得解水一升，水冷清俊，有殊於凡。

治旱稻赤米令飯白法。

莫問冬夏，常以熱湯浸米，一食久，然後以手挼之。湯冷，瀉去，即以冷水淘汰，挼取白乃止。飯色潔白，無異清流之米。又(眛)[昧]赤稻一臼，米裹著蒿葉一把，白鹽一把，合(眛)[昧]之，即絕白。

食經曰：作麵飯法。

用麵五升，先乾蒸，攪使冷。用水一升。留一升麵，減水三合，以七合水，溲四升麵，以手擘解。以飯一升，麵粉(粉)乾下。稍切取，大如栗顆。訖，蒸熟。下著篩中，更蒸之。

作粳米糗糒法。

取粳米，汰漉，作飯，曝令燥。擣細，磨，麤細作兩種折。

粳米棗糒法。

炊飯熟爛，曝令乾，細篩。用棗蒸熟，迮取膏，溲糒。率一升糒，用棗一升。崔寔曰：五月多作糒，以供出入之糧。

菰米飯法。

菰穀盛草囊中，擣瓷器爲屑，勿令作末，內囊中令滿，板上揉之，取米。一作可用升半。炊如稻米。

胡飯法。

以酢瓜菹長切，(將)[膊]炙肥肉，生雜菜，內餅中急捲。捲用兩卷，三截，(無)[還]令相就，並六斷，長不過二寸。別奠飄薑隨之。細切胡芹，(奠)[蓼]下酢中爲飄薑。

食次曰：折米飯，生(哲)[折]，[用]冷水，用雖好，作甚難。剸苦怪反米飯。剸者，背[洗]米令淨也。

賈思勰《齊民要術》卷九《素食第八七》 薤白蒸。

秫米一石，熟舂(眛)[昧][師]令米毛，不渣，以豉三升煮之，酒箕漉取汁，用沃米，令上諧可走蝦。米釋，漉出，停米豉中，夏可半日，冬可一日，出米。葱、薤等寸切，令得一石許，胡芹寸切，令得一升許，油五升，合和蒸之，可分爲兩甑蒸之。氣餾，以豉汁五升灑之。凡三過三灑，可經一炊久。三灑豉汁，半熟，更以油五升灑之，即下。用熱食。若不即食，重蒸，取氣出。灑油之後，不得停竈上，則漏

去油。重蒸不宜久，久亦漏油。奠訖，以薑、椒末粉之。溲[甑亦然]。

臍音蘇托飯。

托二斗，水一石。熬白米三升，令黃黑，合托，三沸。絹漉取汁，澄清，以臍一升投中。無臍，與油二升，臍托好。一升，次檀托，一名托中價。

宗懍《荆楚歲時記》 三月三日，四民並出江渚池沼間【略】是日，取黍麴菜汁作羹，以蜜和粉，謂之龍舌料，以厭時氣。

陶宗儀《説郛》卷一二下劉孝孫《事原》 餳粥

陸翽《鄴中記》云：寒食之日作醴酪，煮粳米及大麥爲酪，擣杏仁，煮作粥。《玉燭寶典》曰：今人悉以大麥粥，研杏仁爲酪，以餳飲之。蓋斷火，故作此粥也。

姚思廉《陳書》卷二一《孔奐傳》 時累歲兵荒，户口流散，劫敵忽至，徵求無所。高祖剋日決戰，乃令奐多營麥飯，以荷葉裹之，一宿之間，得數萬裹。

房玄齡等《晉書》卷五《孝愍帝紀》 [建興四年]冬十月，京師饑甚，米斗金二兩，人相食，死者太半。太倉有麴數十斛，麴允屑爲粥以供帝，至是復盡。

韓鄂《四時纂要》卷五《冬令・十二月》 是月碾米數人口，乾碾米貯于新瓦瓮中，盆蓋泥封。一瓮瓮關，可終一年。瓮下側墫支，令通風。

陶穀《清異録》卷下《五福餅》 湯悦逢士人於驛舍，士人揖食，其中一物是爐餅各五，事細味之餡料，互不同。以問士人，欺曰此五福餅也。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 消灾餅。

僖宗幸蜀乏食，有宫人出方巾所包麵半升許，會村人獻酒一偏提，用酒溲麵，煿餅以進。嬪嬙泣奉曰：此消灾餅。乞强進半枚。

溥沱飯。

光武在溥沱，有公孫豆粥之薦，至今西北州縣有號粥爲溥沱飯。

學士羹。

寶儼嘗病目幾喪明，得良醫瘉之。勸令頻食羊眼，儼遂終身食之，其家名雙量羹，世人有呼爲學士羹者。

道場羹。

江南仰山善作道場羹，脯麪蔬笋非一物也。

清風飯。

寶曆元年，内出清風飯制度，賜御庖，令造進法。用水晶飯、龍睛粉、龍腦末、牛酪漿調事畢，入金提缸，垂下冰池，待其冷透供進，惟大暑方作。

法乳湯。

明宗在藩不妄費，嘗召幕屬論事，各設法乳湯半盞，蓋現中粟所煎者。

同阿餅。

天成中，帝令作同阿餅法，用碎肉與麪搜和如劑，刀截，每隻二寸厚，蒸之。

轉身米。

貴有力者治飯材，舂揭簸汰，但中心一顆存焉，俗謂之轉身米。

雙弓米。

單公潔，陽翟人恥言貧，嘗有所親訪之留食，□甌於正名，但云啜少許雙弓。

麥穗生。

吴門蕭璉仕至太常博士，家習庖饌，慕虞悰、謝諷之爲人，作卷子生止用肥肪包卷成雲樣，然美觀而已，别作散飣麥穗生，滋味殊冠。

鄒平公食憲章。

段文昌丞相尤精饌事，第中庖所榜曰：鍊珍堂，在塗號行珍館。家有老婢掌修饌之法，指授女僕。老婢名膳祖，四十年閲百婢，獨九者可嗣法。文昌自編《食經》五十弓，時稱鄒平公食憲章。

寒消粉。

張彌守鎮江，一日會客，作加酥油光酒及酥夾生。副戎許蔚，蒼梧人，不諳北饌，甚啫之。他時再聚，忽問前日盛饌有入口寒而消者，尚可得否。彌紿之曰：此名龍髓膏，金牛國所貢，聞用寒消粉煎成，寧可復得。衆客無不絶倒。

曾慥《類説》卷五《燕北雜記》 壓禳法。

每年正月一日，以糯米炊餅，用白羊髓和丸爲團如拳大，行宫寢帳内各散四十九丸爲壓禳法，遼人呼比謂之阿尼雅伊能伊。滿洲語元旦也，舊作妳担離，《遼史》作遒捏咿唲。解云日子並誤，今改。

歐陽修《新五代史》卷七四《四夷附録第三奚》 去諸之族，頗知耕種，歲借邊民荒地種穄，秋熟則來穫，窖之山下，人莫知其處。饗以平底瓦鼎，煮穄爲粥，以寒水解之而飲。

温革《分門瑣碎録・烹飪》 湯餅之法。

每用石耳，皆於盆中擦不着，以江茶泡湯浸頃時，挼洗，沙去盡去。

饅頭後供梅血羹者，饅頭包氣血破氣，古人飲食皆有所制，一名蒙首，一名

範餅。世人食饅頭，必先去其尖，蓋祭先飯之遺意也。

食包子時，用醋蘸免回氣。蓋包子包氣，醋破氣也。

曾公亮《武經總要》前集卷五《齎糧》 夫千里饋糧，士有飢色，樵蘇後爨師不宿飽，況深入敵境，飛輓不通，襲師躡蹤，益資擬備。雖云因糧於敵，亦虞清野以待。舊法人持乾糧三斗，可用數旬。若班師在道，去境猶遠，儲貯乏絕，即須揀擇羸瘦牛馬應卒以充軍食，庶人力不至爲賊困逼。舊法，米一石，取無穀者，淨淘炊熟，下漿水中，去水曝乾，淘去塵，又蒸曝之，經十遍，可得二斗。每食取一大合，先以熱水浸之，待濕透，然後煮食之，一人可五十日。鹽三升，以水和入鍋內，炭火燒之，即堅小不消，一人食，可五十日。又宜夏月將行，鑿布一尺，以一升釀醋浸，曝乾，以醋盡爲度，每食以方寸煮之，可食五十日。取小麥麪作蒸餅一枚，浸醋一升，或作斗曝乾以醋盡爲度，每食梧桐子大煮之，人可食五十日。豉三升搗如膏，加鹽五升，捻作餅子，曝乾，每食如棗核大，醬菜，人可食五十日。米麨一升，人可食一日。驢一頭，食之，五十人可一日。馬一匹，食之，五十人可一日。如更急難，諸戎裝用皮者，亦可煮食救飢。山行，即採松皮，每十斤與米五合煮之，令爛熟，半斤人可食一日。每人將油麻半升，如渴取三十粒含之，立止。亦可將烏乾酪行。每人將葫蘆子或竹筒皮榼，可受三升者，料前程乏水，即盛行。馬軍每人將乾酪與馬，恐渴乏。近代邊兵遠行，則有糜餅皺飯雜餅之類。糜餅用糜末作麪，投沸湯和爲餅，厚一分，候冷，切作碁子曝乾收貯。如在營砦內，以湯飲而食之。如路行及戰陣中，乾食之，味美不渴，愈於雜餅皺飯。麨並製如法，惟曝極乾，令可齎持及久。

王介《履巉巖本草》卷下 南天燭味苦平無毒，止泄除睡强筋益氣力，十服輕身長年，令人不飢變白去老。取莖葉擣碎，漬汁浸粳米，九浸九蒸九曝，米粒緊小，正黑如墜珠，袋盛之可適遠方，日進一合不飢，益顏色，堅筋骨能行。取汁炊飯，名烏飯。亦名烏草，一名牛筋，如中河鈍毒者，煎湯服之。

龐元英《文昌襍録》卷一 禮部謝侍郎言，乾山藥法，刮去皮，以厚紙裹，掛於風中最良。又置焙籠中，下鋪茅數寸，以微火烘之，亦佳。作湯點如新者。乳香最難研，先置壁罅中日許，入鉢乃不粘。祠部趙郎中亦云研乳香取指甲三兩片置鉢中，尤易末爾。

龐元英《文昌襍録》卷一 今歲時人家作餳蜜油煎花果之類，蓋亦舊矣。《楚辭・招魂》云：粔籹蜜餌，有餦餭些。粔籹，以蜜和米麪煎熬。餦餭，餳也。

中書趙舍人云：《方言》餌，餈也，今餈餻是。

今年東坡收大麥二十餘石，賣之價甚賤，而粳米適盡。故日夜課奴婢以爲飯，曬之噴噴有聲。小兒女相調云：是嚼虱子。然日中腹飢，用漿水淘食之，自然甘酸浮滑，有西北村落氣味。今日復令庖人雜小豆作飯，尤有味。老妻大笑曰：此新樣二紅飯也。

蘇軾《仇池筆記》卷上《二紅飯》 今年東坡收大麥二十餘石，賣之價甚賤，而粳米適盡。故日夜課奴婢以爲飯，曬之噴噴有聲。小兒女相調云：是嚼虱子。然日中腹飢，用漿水淘食之，自然甘酸浮滑，有西北村落氣味。今日復令庖人雜小豆作飯，尤有味。老妻大笑曰：此新樣二紅飯也。

蘇軾《仇池筆記》卷下《盤遊飯谷董羹》 江南人好作盤遊飯，鮓脯鱠炙無不有埋在飯中。里諺曰：掘得窖子、羅浮顆老。敢凡飲食雜烹之，名谷董羹。詩人陸道士出一聯云：投醪谷董羹鍋內，掘窖盤遊飯盌中。

陳師道《後山談叢》卷二 蜀稻先蒸而後炒，謂之火米，可以久積，以地潤故也。蒸用大木，空中爲甑，盛數石，炒用石板爲釜，凡數十石。

陳師道《後山集》卷二一《談叢》 蜀稻先蒸而後炒，謂之火米，可以久積，以地潤故也。蒸用大木空中爲甑，盛數石，炒用石板爲釜，凡數十石。

黃庭堅《山谷集》卷一九《答郭英發書》 【略】烏豆粥，大烏豆一升，隔宿，洗淨，用七升水浸。明日，入油一斤，炭火煆至晚，當糜爛。可煮三升米，米極熟，下豆，入白糖一斤，和勻。入細生薑某子四兩，是謂粥矣。【略】

黃庭堅《山谷簡尺》卷上《與人簡》 半夏一兩，湯洗七遍，切焙爲細末。小麥麪一兩。

二物同灑水溲和，圓如小彈子，以水煮令極熟。温熟水吞下，不計數，旋煮旋服。胃中得藥力漸，當受藥餌矣。忌羊肉及餳。

黃庭堅《山谷簡尺》卷下《答人簡》 來日作炊餅，幸寄三斤卧劑。

黃庭堅《山谷簡尺》卷下《答人簡》 煮黑豆法：雄豆一升，揀拣極净，用貫衆一斤，細剉如投子。同豆斛酌水多少，慢火煮豆香熟，日乾之，翻覆令展，盡餘汁，簸取黑豆，去貫衆不用。空心日啗五七粒，食百草木枝葉皆有味，可飽也。世間不强學力行，自致於古人者，不可不畜此方。庭堅頓首敦禮，祕校足下。

馬令《南唐書》卷三《嗣主書第三》 「保大」十二年春正月壬辰，天子崩。周太祖自前年八月不雨，至于三月，民大饑，疫死者大半。下令郡縣煮粥以食之。

寇宗奭《本草衍義》卷一〇 生大豆有緑褐黑三種，亦有大小兩等，其大者出江浙湖南北，黑小者生他處。今用小者力更佳。炒熟，以棗肉同搗之，爲麨代糧。

莊綽《雞肋編》卷上 天長縣炒米爲粉，和以爲團，有大數升者，以胭脂染成花草之狀，謂之「炒團」。而反以「炒團」爲諱，想必有說，特未知耳。

莊綽《雞肋編》卷上 陝西沿邊地苦寒，種麥周歲始熟，以故黏齒不可食。如熙州斤麪，則以掬灰和之，方能捍切。羊肉亦羶臊。惟原州二物皆美，麪以紙囊送四旁爲佳遺。

孟元老《東京夢華録》卷八《重陽》 前一二日，各以粉面蒸糕遺送，上插剪彩小旗，摻飣果實，如石榴子、栗子黄、銀杏、松子肉之類。又以粉作獅子蠻王之狀，置于糕上，謂之獅蠻。

孟元老《東京夢華録》卷一〇《十二月》 十二月，街市盡賣撒佛花、韭黄、生菜、蘭芽、勃荷、胡桃、澤州餳。初八日，街巷中有僧尼三五人，作隊念佛，以銀銅沙羅或好盆器，坐一金銅或木佛像，浸以香水，楊枝灑浴，排門教化。諸大寺作浴佛會，并送七寶五味粥與門徒，謂之「臘八粥」。都人是日各家亦以果子雜料煮粥而食也。臘日，寺院送面油與門徒，却入疏教化上元燈油錢。閭巷家家互相遺送。

林洪《山家清供》卷上《槐葉淘》 杜甫詩云：青青高槐葉，采掇付中廚。新麴來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加飡愁欲無。即此見其法，於夏采槐葉之高秀者，湯少瀹，研細濾清，和麵作淘，乃以醯醬爲熟盪，簇細茵以盤行之，取其碧鮮可愛也。末句云：君王納涼晚，此味亦時須。不惟見詩人一食未嘗忘君，且知貴爲君王，亦琢此山林之味。旨哉，詩乎。

林洪《山家清供》卷上《地黄飥飩》 崔元亮《海上方》治心痛，去蟲積，取地黄大者净搗汁，和細麵作飥飩，食之出蟲尺許，即愈。正元間通事舍人崔杭女作淘食之，出蟲如蠶狀，自是心患除矣。《本草》：浮爲天黄，半沉爲人黄，惟沉者佳，宜用清汁，入鹽則不可食。或净細截，和米煮粥良，有益也。

林洪《山家清供》卷上《梅花湯餅》 泉之紫帽山，有高人嘗作此供。初浸白梅檀香末水，和麵作餛飩皮。每一豐用五分鐵鑿如梅花樣者，鑿取之，候煮熟，乃過於雞清汁内，每客止二百餘花，可想一食亦不忘梅。後留玉堂元剛亦有如詩：恍如孤山下，飛玉浮西湖。

林洪《山家清供》卷上《椿根餛飩》 劉禹錫煮檞根餛飩皮法。立秋前後，謂世多痢及腰痛，取檞根一大兩握搗篩和麵，捻餛飩如皂莢子大。清水煮，日空腹服十枚，並無禁忌。山家良有客至，先供之十數，不惟有益，亦可少延。早食椿實而香檞疎，而惟椿根可也。

林洪《山家清供》卷上《玉糝羹》 東坡一夕與子由飲酣甚，適蘆菔爛煮不用湯同煮，頃之如爽飯法。東坡用石曼卿海州事詩云：戲將核桃裹紅泥，石間散擲如風雨。坐令空山作錦繡，綺天照海光無數。此種桃法也，桃三李四，能依此法，越三年皆可飯矣。

林洪《山家清供》卷上《寒具》 晉桓元喜陳書畫，客有食寒具不濯手而執書帙者，偶污之後，不設寒具。此必用油蜜者。《要術》并《食經》者只曰環餅，世疑饊子也，或巧多酥蜜食也。杜甫十月一日乃有粔籹作人情之句。《廣記》則載於寒食事中，三者俱可疑。及考朱氏註《楚詞》，粔籹蜜餌，有餦餭此三，謂以米麵煎熬作之寒具也。以是知《楚詞》一句是自三品粔籹，乃蜜麪之乾者，十月開爐餅也。蜜餌乃蜜麵少潤者，七夕蜜食也。餦餭乃寒食具，無可疑者。閩人會媚名煎鋪，以糯粉和麵，油煎沃，以糖食之，不濯手則能汙物，且可留月餘，宜禁煙用初營寒具罷，據梧慵復散幽經。吾翁讀天下書和靖先生，且服其和琉璃堂圖事信乎。此爲寒食具者矣。

林洪《山家清供》卷上《槐葉淘》 杜甫詩云：青青高槐葉，采掇付中廚。新麴來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加飡愁欲無。即此見其法，於夏采槐葉之高秀者，湯少瀹，研細濾清，和麵作淘，乃以醯醬爲熟盪，簇細茵以盤行之，取其碧鮮可愛也。末句云：君王納涼晚，此味亦時須。不惟見詩人一食未嘗忘君，且知貴爲君王，亦琢此山林之味。旨哉，詩乎。

林洪《山家清供》卷上《地黄飥飩》 崔元亮《海上方》治心痛，去蟲積，取地黄大者净搗汁，和細麵作飥飩，食之出蟲尺許，即愈。正元間通事舍人崔杭女作淘食之，出蟲如蠶狀，自是心患除矣。《本草》：浮爲天黄，半沉爲人黄，惟沉者佳，宜用清汁，入鹽則不可食。或净細截，和米煮粥良，有益也。

林洪《山家清供》卷上《梅花湯餅》 泉之紫帽山，有高人嘗作此供。初浸白梅檀香末水，和麵作餛飩皮。每一豐用五分鐵鑿如梅花樣者，鑿取之，候煮熟，乃過於雞清汁内，每客止二百餘花，可想一食亦不忘梅。後留玉堂元剛亦有如詩：恍如孤山下，飛玉浮西湖。

林洪《山家清供》卷上《椿根餛飩》 劉禹錫煮檞根餛飩皮法。立秋前後，謂世多痢及腰痛，取檞根一大兩握搗篩和麵，捻餛飩如皂莢子大。清水煮，日空腹服十枚，並無禁忌。山家良有客至，先供之十數，不惟有益，亦可少延。早食椿實而香檞疎，而惟椿根可也。

林洪《山家清供》卷上《玉糝羹》 東坡一夕與子由飲酣甚，適蘆菔爛煮不用

他料，只研白米爲糝食之，忽放箸撫几曰：若非天竺酥酡，人間決無此味。

林洪《山家清供》卷上《酥瓊葉》 宿蒸餅薄切，塗以蜜或以油就火上炙，鋪紙地上散火氣，甚鬆脆且止痰化食。楊誠齋詩云：削成瓊葉片，嚼作雪花聲。形容盡善矣。

林洪《山家清供》卷上《真湯餅》 翁瓜圃訪凝遠居士，話間命僕作真湯餅來。翁曰：天下安有假湯餅。及見乃沸湯炮油餅，一人一杯耳。翁曰：如此則湯炮飯，亦得名炮飯乎。居士曰：稼穡作苟無勝食氣者，則真矣。

林洪《山家清供》卷下《梅粥》 掃落梅英，揀净洗之，用雪水同上白米煮粥，候熟，入英同煮。楊誠齋詩曰：縹香臘後得春饒，愁見風前作雪飄。腕蔬收將熬粥喫，落英仍好當香燒。

林洪《山家清供》卷下《玉井飯》 章雪齋鑑宰德澤時，雞槐古馬高，猶喜延客，然後食，多不取諸市，恐旁緣擾人。而一日往訪之，適有蝗不入境之處，留以晚酌數杯，命左右造玉井飯，甚香美。其法：削嫩白藕作塊，採新蓮子去皮心，候飯少沸投之，如禽飯法。蓋取太華峰頭玉井蓮，開花十丈藕如船之句。昔有藕詩云：一彎西子臂，七竅比干心。今杭都范堰經進斗星藕，大孔七小孔二，果有九竅，因筆及之。

林洪《山家清供》卷下《蘿蔔麵》 王醫師承宣常揭蘿蔔汁搜麪作餅，謂能去麵毒。《本草》云：地黄與蘿蔔同食，能白人髮。水心先生酷嗜蘿蔔甚於服玉。謂誠齋云：蘿蔔始是辣底玉，僕與靖逸葉賢良。紹翁過從二十年，每飯必索蘿蔔，與皮生啗乃快所欲。靖逸平生讀書不減水心，而所嗜略同。或曰能通心氣，故文八嗜之。然靖逸未老而髮已皤，豈地黄之過與。

林洪《山家清供》卷下《大耐糕》 向雲杭公兗夏日，命飲作大耐糕，意必粉麪爲之。及出，乃用大李子生者，去皮剜核，以白梅甘草湯焯過，用蜜和松子肉，欖仁去皮，核桃肉去皮，瓜仁剉碎填之滿，入小甑蒸熟，謂耐糕也。非熟則損脾。且取先公大耐官職之意，以此見向者有意於文簡之衣鉢也。

林洪《山家清供》卷下《筍蕨餛飩》 採筍蕨嫩者，各用湯焯，以醬香料油和勻作餛飩供。向者江西林谷梅少魯家屢作此品，後坐古香亭下，採苓菊苗薦茶，對玉茗花，真佳適也。玉茗似茶少異，高約五尺許，今獨林氏有之。林乃金臺山房之子清可想矣。

林洪《山家清供》卷下《真君粥》 杏子煮爛去核，候粥熟同煮，可謂真君粥。

向遊廬山，聞童真君未仙時多種杏，歲稔則以杏易穀，歲歉則以穀賤糶，時得活者甚衆，後白日昇仙。世有詩云：爭似蓮花峰下客，種成紅杏亦昇仙。豈必顯而煉丹服氣，苟有功德於人，雖未死名已仙矣，因名之。

林洪《山家清供》卷下《廣寒糕》 採桂英去青蒂，灑以甘草水，和米舂粉炊作糕，大比歲士友咸作餅子相餽，取廣寒高甲之識。又以採花略蒸，曝乾作香者，吟邊酒裏以古鼎燃之，尤有清意。童用珊師禹詩云：膽瓶清氣撩，詩興古鼎餘。葩量酒香，可謂此花之趣也。

林洪《山家清供》卷下《勝肉餚》 焯笋簿同截，入松子胡桃，和以油醬香料，搜麪作餚子。試簿之法，蔑數片同煮，色不變，可食矣。

林洪《山家清供》卷下《當團參》 白扁豆北人名鵲豆，温無毒，和中下氣。爛炊其味甘。今取葛天民詩云：爛炊白扁豆，便當紫團參之句，因名之。

李燾《續資治通鑑長編》卷一一一 明道元年八月丙午，詔淮南災傷州軍作糜粥，以濟饑民。

李燾《續資治通鑑長編》卷二六四 熙寧八年五月丙寅，王安石言：「司農欲令定州煮粥散饑民，此非便，向已修條貫。今及未困，募之興利，而諸路多且如舊，不肯推行。」上曰：「河東煮粥，李承之云須至如此，人得米乃食生米。」安石曰：「人食生米未知虚實，不知何故有米乃不能炊煮，假令有此，亦由官司失於措置。若聚人每大口日給一升，小口給半升，即饑民須廢業待給，如此則容有不暇炊煮者。今救饑俵飯凡半年，若以作飯之米計口俵與，令各與營生，官所費無加，而饑民得實惠，不妨經營衣食，猶勝於聚，而俵粥飯不能救死，徒成疫癘也。」

李燾《續資治通鑑長編》卷三〇〇 元豐二年九月丙子，修完京城所請賃官地創屋，與民爲廛市，收其租。下開封府相度，乞如其請。從之。仍詔自今空地募人租賃，行訖以聞。其後御史丁執禮以爲言，詔取行遣看詳，而修完京城所有言，令磨户及熟食人於城東西房廊作廛市，收衆磨户錢入官，即無行遣公案，執禮奏遂寢。後開封府又請牙人磨户私以麪貿易者杖一百，許人告捕，五斤以上賞錢三千，十斤以上十千。亦從。朱史削去，以爲事小，今復存之。執禮爲御史在此後六日。

范成大《吴郡志》卷二《風俗》 俗重冬至，而略歲節。臘日，併力舂一歲糧，藏之土瓦甕中，經歲不蛀壞，謂之冬舂米。

徐夢莘《三朝北盟會編》卷二〇《政宣上帙》 【略】乙巳年春正月戊戌陛辭，翼日發行，至當年秋八月甲辰，回程到關，其行程本朝界內一千一百五十里，二十二程，更不詳叙。今起自白溝契丹舊界，止于金庭瑪哩巴納三千一百二十里，計三十九程。【略】第二十八程，至咸州。【略】地少羊，唯猪、鹿、兔、雁、饅頭、炊餅、白熟湯餅之類，最重油，煮麵食以蜜塗拌，名曰茶食，非厚意不設。

周守忠《養生月覽》卷上《正月》 正月不可釋綿襦，宜食粥。凡粥有三等，一曰地黄，以補虚。取地黄四兩，擣取汁，候粥半熟，即下之。以綿裹椒一百粒，生薑一片，投粥中，候熟出之。下羊腎一具，去脂膜，細切如韭葉大，加少鹽食。二曰防風，以去四肢風。取防風二大分，煮取汁作粥。三曰紫蘇，以去攏氣。取紫蘇子，熬令黄香，以水研濾，取汁作粥。

周守忠《養生月覽》卷上《三月》 上巳日，取黍麴和菜作羹，以壓時氣。《荆楚歲時記》

周守忠《養生月覽》卷上《六月》 六月伏日，並作湯餅，名爲辟惡。《荆楚歲時記》

周守忠《養生月覽》卷下《七月》 七月中暑氣將伏，宜以稍冷爲理，宜食竹葉粥。其竹葉粥法，取淡竹葉一握，梔子兩枚，切熬以水煎澄，取清，即細漸粳米研，取泔，下米於竹葉梔子汁中，旋點泔煮之。候熟，下鹽花進之。《千金月令》

周守忠《養生雜纂》卷一三《食饌部・雜食・麵》 麵一斤，入炮了附子末二錢和打，如常供，太去麵毒。《瑣碎録》

今煮麵，多過水，頗不利於臟腑，宜以滾湯候冷代之。同上

麵有鼈氣不可食。《食治通説》

小麥作麵性擁熱，小動風氣。久食，宜人肌膚，强氣力。《本草》

小麥種來自西國寒温之地中，華人食之率致風痺。《小説》載大麥毒乃此也。昔達磨游海震旦，見食麵者驚曰：安得此殺人之物。後見菜菔曰，賴有此耳。蓋菜菔解麵毒也。世人食麵已，往往繼進麵湯，云能解麵毒。此大誤。東平董汲嘗著論戒人煮麵，須設二鍋湯煮，及半則易鍋煮，令過熟，乃能去毒，則毒在湯明矣。《方勺泊宅編》

紫不托法。用新黑豆煮取濃汁，搜麵作湯餅，極甘美，能去麵毒。令不烝熟，服丹石人尤宜食此，雜蓴菜爲羹妙。《沈存中《忘懷録》》

周守忠《養生雜纂》卷一三《食饌部・雜食・粥》 張文潛《粥記》贈燔邠老云：張安道每晨起食粥一大盌，空腹胃虚，穀氣便作，所補不細，又極柔膩，與臟腑相得。晨爲飲食之良。妙齊和尚説山中僧每將旦，一粥甚繫利害，如或不食，則終日覺臟腑燥渴，蓋能暢胃氣生津液也。又見東坡一帖云：夜坐飢甚，吴子野勸食白粥，云能推陳致新，利腸養胃。《梁谿漫志》

粥後不宜入白湯，令人成淋，爲停濕也。《瑣碎録》

食甜粥勿食大鮓，必變成尿血。《巢氏病源》

食米甘甜變成走恠病，謂遊皮膚繫痛。同上

食白米粥勿食生，痛耳成走痓。《金匱要略方》

食甜粥已食鹽即壯。同上

豉粥不可於霍亂後食。《齊人千金月令》

地黄粥，以補虚，右取地黄四兩，擣取汁，候粥半熟，即下之。以綿裹椒一百粒，生薑一片，投粥中，候熟出之。下羊腎一具，去脂膜，細切如韭葉大，加少鹽食。同上

防風粥，以去四肢風。右取防風二大分，煮取汁作粥。同上

紫蘇粥，以去攏氣。右取紫蘇子，熬令黄香，以水研濾，取汁作粥。同上又《本草》云紫蘇子粥常服，令人肥白身香。

竹葉粥，右取淡竹葉一握，梔子兩枚，切熬，以水煎澄取清，即細漸粳米研，取泔，下米竹葉梔子汁中，旋點泔，煮之，候熟下鹽花進之。時或失理則痢疾，宜以防之。同上

胡麻粥，烏油麻去皮，烝一炊，曝乾，更炒令香熟。每用白粳米一升，胡麻半升，如常煮粥法爲之。臨熟，加糖蜜任意，極香甘。胡麻多治之，臨時取用。沈存中《忘懷録》

山芋粥，山芋山生者佳，圃種者無味。取去皮細石上磨如糊。每盌粥用山芋二合，以酥二合，蜜一合同炒，令凝，以匙揉碎。粥欲熟，投攪令勻，乃出。同上

枸杞粥，用枸杞子生研，捩取汁，每一盌粥可用汁一盞，加少熟蜜同煮。同上

陸游《老學庵筆記》卷二 《北户録》云：「嶺南俗家富者，婦産三日或足月，洗兒，作團油飯，以煎魚蝦、雞鵝、猪羊灌腸、蕉子、薑、桂、鹽豉爲之。」據此，即東坡先生所記盤遊飯也。二字語相近，必傳者之誤。

高似孫《緯略》卷四《糕》 服虔《通俗文》曰：煮米爲糕。所戟切。《食經》曰：作糕法，近水則澀。江西有所謂米纔，豈此類也。

祝穆《古今事文類聚》前集卷八《天時部・造杏粥》 寒食二日爲醴酪，又煮粳米及麥爲酪，擣杏仁煮作粥。《鄴中記》

祝穆《古今事文類聚》前集卷八《天時部・造棗餻》 寒食以麵爲蒸餅樣，團棗附之，名曰棗餻。《藝苑雌黄》

祝穆《古今事文類聚》前集卷八《天時部・青精飯》 楊柳葉細冬青，居人遇寒食，採其葉染飯，色青而有光，食之資陽氣，道家謂之青精乾石飢音信飯。陶隱居《登真隱訣》有太祖真人青精乾石飢飯法。又云：取南燭草木葉煮汁，漬米炊，又名黑飯。

祝穆《古今事文類聚》前集卷九《天時部・造百索》 唐歲時節物，五月五日有百索粽子。《文昌雜録》都人争造百索、艾花、銀樣、鼓兒、花花、巧扇。《夢華録》

祝穆《古今事文類聚》前集卷一一《天時部・造棗糕》 二社重陽尚食糕，而重陽爲盛，大率以棗爲之，或加以栗，亦可用肉者。《歲時雜記》都人重九，各以粉麵蒸糕相遺，上插剪綵小旗，糝飣果實，如石榴子、栗黄、銀杏、松子肉之類。《夢華録》

祝穆《古今事文類聚》後集卷二二《穀菜部・韭菜薹》 石崇爲客作豆粥，咄嗟便辦，每冬得韭萍薹。王愷密問其帳下，云豆至難熟，豫作熟味，客來但作白粥，投之韭萍薹，是擣韭根薪以麥苗耳。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・歲荒散粥》 梁任昉爲義興太守，歲荒，散私俸以米豆爲粥，活三千餘人。

祝穆《方輿勝覽》卷六八《巴州》 米膏餅。《廣雅》云：荆巴間，採茶作餅，既成，以米膏出之。欲煮餅，先炙令色變，擣末置器中，以湯澆覆之，用葱薑芼之。

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・寒食》 麥酪。寒食三日爲醴酪，又煮粳米及麥爲酪，擣杏仁煮作粥。《鄴中記》棗糕。寒食以麵爲蒸餅樣，團棗附之，名曰棗糕。

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・上巳》 流杯曲水。荆楚歲時記》【略】

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・清明》 和冷粥。留飧和冷粥，出火煮新茶。樂天

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・端午》 射粉團。開元，宫中端午造粉團、角黍貯盤中，以小角弓射之，中者得食，都市盛行。此唐開元遺事。

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・端午》 滴粉團。端午作水團，又名白團，或雜五色人獸花菓之狀，其精者名滴粉團，或加麝香。又有乾團不入水者。《歲時記》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・端午》 秤錘粽。端午烹鴛，以菰葉裹粘米，謂之角黍，俗云粽子，名品甚多，形製不一，有角粽、錐粽、艾粽、筒粽、秤錘粽，又有九子粽。《風土記》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・端午》 百索粽。唐《歲時節物》：五月五日，有百索粽子。《文昌雜録》都人争造百索、艾花、銀樣、鼓兒、花花、巧扇。《夢華録》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・端午》 角黍。歐詩：楚國因讒逐屈原，終身無復入君門。願因角黍詢遺俗，可鑒前王惑巧言。張文潛端午詞云：水團冰浸砂糖裹，透明角黍松兒和。

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一七《節序門・重九》 折萸食餌。俗尚此日折茱萸房以食餌，言辟除惡氣而禦初寒。《風土記》佩萸食餌。漢武帝宫人賈佩蘭，九月九日佩茱萸食餌，飲菊花酒，云令人長壽，蓋相傳自古，莫知其由。《周官・籩人職》曰：羞之，名曰棗糕。藝苑雌黄桃花粥。寒食裝百花與，煮桃花粥，《金門歲節》杏酪餳。今人煮麥粥研杏仁爲酪，以餳沃之。《玉燭寶典》青精飯。楊桐葉，細冬青，居人遇寒食採其葉染飯，色青而有光，食之資陽氣，道家謂之青精乾石飢音信飯。陶隱居《登真隱訣》有太祖真人遺，上插剪綵小旗，糝飣果實，如石榴子、栗黄、銀杏、松子肉之類。《夢華録》作羊肝餅。洛陽人家，重陽作迎涼脯、羊肝餅，佩艾葉水符。《金門歲節》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一八《節序門・冬至》 作粥禳鬼。共工氏子推云：黍飯一盤，醴酪一盂，清泉甘水充君之廚。今寒食有杏酪麥粥，即其類也。

氏有不才之子，以冬至死爲疫鬼，畏赤小豆，故冬至日，作赤豆粥以禳之。《荆楚歲時記》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一八《臘日》 造脂花餤。洛陽人家臘日造脂花餤。《金門歲節》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一八《節序門・臘日》 作赤豆粥。吴中二十五日，煮赤豆作糜，暮夜闔家同享，云能辟瘟氣，雖遠出未歸者，亦留貯口，分至襁褓小兒及僮僕，皆預，故名口數粥豆粥。本上月望日祭門故事，流傳於此。《風土記》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一八《節序門・臘日》 春經年米。吴中臘日舂米，爲一歲計。多聚舂曰盡，臘中畢事，藏之土瓦倉中，經年不壞，謂之冬舂米。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷五二《鼎鑊門・鼎》 以釜炒麥。元宗嘗欲真珠數升，耿先生曰：易致耳。即命小麥數升，從銀釜炒之，食頃，勻圓成珠。《南唐近事》

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五七《穀門・穀》 先舂年計。臘中儲蓄百事利，第一先舂年計米。羣呼步碓滿門庭，運杵成風雷動地。篩匀箕健無牿犍，百斛只費三日忙。齊頭圓潔箭子長，隔籬耀日雪生光。土倉瓦龕分蓋藏，不蠹不腐常清香。去年薄收飯不足，今年頓首炊白玉。舂耕有種夏有糧，接到明年秋刈熟。鄰叟來看還嗟嗟，貧人一飽不可賒。官租私債紛如麻，有米冬舂能幾家。范石湖《冬舂》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二一《農桑部・麥》 碎録

【略】北人當新麥初熟，取以炒乾，磨爲粗麪而乾食之，禮部韵作麨。齒治反。注：糗也。

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録・甜食》 炒麵方

白麵要重羅三次，將入大鍋内，以木杷炒得大熟，上卓，古轆槌碾細，再羅一次，方好做甜食。凡用酥油，須要新鮮，如陳了，不堪用矣。

麵和油法

不拘斤兩，用小鍋，糖滷用二杓。隨意多少酥油，下小鍋煎過，細布濾净，用生麵隨手下，不稀不稠，用小杷兒炒至麵熟方好。先將糖滷熬得有絲，棍蘸起，視之可，斟酌傾入油麵鍋内，打匀掇起鍋，乘熱撥在案上，捍開切象眼塊。

雪花酥

油下小鍋，化開濾過，將炒麵隨手下攪匀，不稀不稠，掇離火，灑白糖末，下在炒麵内攪匀，和成一處，上案捍開，切象眼塊。

灑孛你方

用熬麼古料熬成，不用核桃，舀上案攤開，用江米末固定，銅圈印之，即是灑孛你。切象牙者，即名白糖塊。

酥餅方

油酥四兩，蜜一兩，白麵一斤，搜成劑，入印作餅上爐。或用猪油亦可，蜜用二兩尤好。

油餲兒方

麵搜劑包餡作餲兒，油煎熟。餡同肉餅法。

酥兒印方

用生麵擩豆粉同和，用手捍成條如筯頭大，切二分長，逐箇用小梳掠印齒花，收起，用酥油鍋内爆熟，漏杓撈起來，熱灑白沙糖細末拌之。

五香糕方

上白糯米和粳米二六分，茨實乾一分，人參、白朮、茯苓、砂仁總一分，磨極細，篩過，用白沙糖滾湯拌匀，上甑。

煮沙團方

沙糖入赤豆或緑豆，煮成一團，外以生糯米粉裹作大團蒸，或滾湯内煮亦可。

粽子法

用糯米淘净，夾棗、栗、柿乾、銀杏、赤豆，以茭葉或箬葉裹之。一法，以艾葉浸米裹，謂之艾香粽子。

玉灌肺方

真粉、油餅、芝麻、松子、胡桃、茴香六味，拌和成捲，入甑蒸熟，切作塊子供食，美甚。不用油入各物，粉或麵同拌蒸，亦妙。

餛飩方

白麵一斤，鹽三錢，和如落索麵，更頻入水，搜和爲小塊。捍開，緑豆粉爲粹，四邊要薄，入餡其皮堅。

水滑麵方

用十分白麵揉搜成劑，一斤作十數塊，放在水内，候其麵性發得十分滿足，逐塊抽拽，下湯煮熟。抽拽得闊薄乃好。麻腻、杏仁腻、醎笋乾、醬瓜、糟茄、薑、醃韮、黄瓜絲作鹽頭，或加煎肉尤妙。

糖薄脆法

白糖一斤四兩，清油一斤四兩，水二碗，白麵五斤，加酥油椒鹽水少許，搜和成劑，捍薄如酒鍾口大，上用去皮芝麻撒匀，入爐燒熟，食之香脆。

白麵入酵，待發，滾湯搜成劑，切作榧子樣。下十分滾油煠過，取出，糖麵內纏之。其纏糖與麵對和成劑。

佚名《宋季三朝政要》卷一 〔乙酉寶慶元年七月〕乙酉，遣和州寧淮軍正將張迪，以二百人據洛陽。至夜，踰城而入，城中寂然，無應者，蓋北軍戍洛陽者，皆空其城而誘我矣。及晚有民庶三百餘家登城投降，迪等遂入洛陽。次日，軍食已竭，乃采蒿和麩作餅而食之。

潘自牧《記纂淵海》卷二《節序門·端午》 宮中端午造粉團、角黍貯盤中，以小角弓射之，中者得食，都市盛行此戲。《開元遺事》

潘自牧《記纂淵海》卷二《節序門·重九》 重九日，佩茱萸令人長壽。《西京雜記》重陽尚食糕，以棗爲之，或加以栗，都人相遺。《歲時雜記》

周密《志雅堂雜抄》卷上《醫藥》 臘月，以臘水浸白米三兩，宿曬乾，碾作粥米。遇暑月泄瀉者，煮食之，良驗。

佚名《東南紀聞》卷一 蔡京爲相日，置講議司，官吏人數俸給優異。一日，集僚屬會議，因留飯，命作蟹黃饅頭。略計其費，饅頭一味爲錢一千三百餘緡。又嘗有客集其私第，酒酣，顧庫吏曰：取江南官員送鹹豉來。吏以十缶進，細認，乃黃雀肫也。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治養老益氣方》 食治老人補虛勞油麵餺飥方。

生胡麻油一斤。浙粳米泔清一斤。

右二味以微火煎盡泔清乃止，出貯之，取合鹽湯二合，將和麵，作餺飥，煮令熟，入五味食之。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治眼目方》 又方

葱子半升炒熟。

右爲末，每服一匙，以水二大盞煎取一盞，去滓，入米煮粥食之。

食治老人青白翳，明目除邪氣，利大腸，去寒熱，馬齒實拌葱豉粥方。

馬齒實一升。

右爲末，每服一匙，以水二大盞煎取一盞，去滓，入米煮粥食之。馬齒菜作羹粥喫，並明目極佳。

食治老人目暗不明蒼耳粥方。

右件擣蒼耳子爛，用布絞濾，以水一升，取汁和米煮粥食之，或作散煎服亦佳。

食治老人熱發眼赤澀痛，梔子仁粥方。

梔子仁一兩。

右爲末，分爲四服，每服用米三合煮粥，臨熟時下梔子末一分，攪令勻食之。

食治老人益精氣，强志意，聰耳目，雞頭實粥方。

雞頭實三合。

右煮令熟，去殼，研如膏，入粳米一合煮粥，空腹食。

治老人補中明目，利小便蔓菁粥方。

蔓菁子二合。粳米三合。

右擣碎，入水二大盞，絞濾取汁，煮米煮粥，空心食之。

食老人益耳目聰明，補中强志，蓮實粥方。

蓮實半兩，去皮細切。糯米三合。

右先以水煮蓮實令熟，次入糯米作粥，候熟入蓮實，攪令勻，熱食之。

食治老人膈上風熱，頭目赤痛，目赤眩眩，竹葉粥方。

竹葉五十片洗淨。石膏三兩。沙糖一兩。浙粳米三合。

右以水三大盞煎石膏等二味，取二盞，去滓澄清，用煮粥，熟入沙糖食之。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治五勞七傷諸方》 食治老人五勞七傷，下焦虛冷，小便遺精，宜食暖腰壯陽道餅子方。

附子一兩，炮製去皮臍。神麵麴三兩。乾薑一兩，炮製剉。桂心一兩。五味子一兩，去目及閉口者，微炒去汗。

右爲末入麵，以酥蜜鹽乳相和，入棗瓤熟，搜於盆中，蓋覆勿令通風，半日久即將出，更搜令熱，捍作糊餅。大面上以筋挑之，即入爐燉中，上下以火煿令熟。每日空腹食五枚。一方入酵和更佳。

食治老人腎氣損陰痿固，痹風濕，肢節中痛，不可持物，石英水煮粥方。

白石英二十兩。磁石三十兩槌碎。

右件藥以水二斗器中浸於露地安置，夜即揭蓋令得星月氣，每日取水作羹粥及煎茶湯喫，皆用之。用却一升，即添一升，如此經年，諸風並差，氣力强盛，顏如童子。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人瀉痢諸方》 食治老人腸胃冷氣，痢下不止，赤石脂餺飥方。

赤石脂五兩，碎篩如麵。白麵七兩。

右以赤石脂末和麵搜作之，煮熟，下葱醬五味臛頭，空心食之，三四服皆愈。

食治老人脾胃虛弱冷痛，泄痢無常，不下食，椒麵粥方。

蜀椒一兩熬擣爲末。白麵四兩。

右和椒拌之令勻，即煮，空心食之，日一服尤佳。

食治老人腸胃虛冷，泄痢，水穀不分，薤白粥方。

薤白一握，細切。粳米四合。葱白三合，細切。

右相和作羹，下五味椒醬薑，空心食，常作取效。

食治老人脾虛氣弱，食不消化，泄痢無定，麪末粥方。

神麪二兩，炙擣羅爲末。青粱米四合，净淘。

右相和煮粥，空心食之，常三五服立愈。

食治老人痢不止，日漸黄瘦無力，不多食，黍米粥方。

黍米四合，净淘。阿膠一兩，炙爲末。

右煮粥，臨熟下膠末調和，空心食之，一服尤效。

食治老人煩渴不止，飲水不定轉渴，舌捲乾焦，大麥湯方。

大麥二升。赤餳二合。

右以水七升煎取五升，去滓，下餳調之，渴即服愈。

食治老人消渴壯熱燥不安兼無力，青粱米飲方。

青粱米一升，净洗淘之，研令細。

右以水三升和煮之，渴即漸飲，服之極治，熱燥並除。

食治老人消渴，熱中飲水無度，常若不足，青豆方。

青豆二升，净淘。

右煮令爛熟，空心饑即食之，渴即飲汁，或作粥食之任性，亦佳。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人水氣諸方》 食治老人水氣，面目手足浮腫，腹脹風急，桑白皮飲。

桑白皮四兩，切。青粱米四合，研。

右以桑汁煮作飲，空心漸食，常服尤佳益。

食治老人水氣脹悶，手足浮腫，氣急煩滿，赤豆方。

赤小豆三升，淘净。樟柳眼好者，切一升。

右和豆煮爛熟，空心常食豆，渴即飲汁，勿別雜食，服三二服立效。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人喘嗽諸方》 食治老人上氣咳嗽，胸中妨滿急喘，桃仁粥方。

桃仁三兩，去皮尖研。青粱米二合，净淘。

右調桃仁和米煮作粥，空心食之，日一服尤益。

食治老人咳嗽虛弱，口舌乾燥，涕唾濃粘，甘蔗粥方。

甘蔗汁一升半。青粱米四合，净淘。

右以蔗汁煮粥，空心漸食之，日一二服，極潤心肺。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治脚氣諸方》 食治老人脚氣煩悶，或吐逆不下食，痺弱，麻子粥方。

麻子一斤，熬研，水濾取汁。粳米四合，净淘。

右以麻子汁作粥，空心食之，日一服尤益，亦中治冷氣。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸淋方》 食治老人五淋，小便澀痛，常頻不利煩熱，麻子粥方。

麻子五合，熬研，水濾取汁。青粱米四合，淘之。

右以麻子汁煮作粥，空心漸食之，一日二服，常益佳

小麥一升。通草二兩。

右以水煮取三升，去滓，漸漸食之，須臾當差。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治噎塞諸方》 食治老人五淋燥痛，小便不多，秘澀不通，蘇粥方。

土蘇二兩。青粱米四合，淘淨。漿水二升。

右煮作粥，臨熟下蘇攪之，空心食之，日一服尤佳。

結，飲食不下，桂心粥方。

桂心末一兩。粳米四合，淘研。

右以煮作粥半熟，次下桂末調和，空心日一服，亦破冷氣殊效。

食治老人噎，臟腑虛弱，胸脇逆滿，飲食不下，椒麵粥方。

蜀椒一兩，炸令碎。白麵五兩。

右以苦酒浸椒一宿，明旦取出，以拌麵中令勻，煮熟，空心食之，日二服，

常驗。

食治老人噎，冷氣壅塞，虛弱，食不下，蘇煎餅子。

土蘇二兩，白麵六兩，以生薑汁五合調之。

右如常法作之，空心常食，潤臟腑和中。

食治老人咽食入口即塞澀不下，氣壅，白米飲方。

白米四合研，春頭糠末一兩。

右煮飲熟，下糠米調之，空心服食尤益。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治冷氣諸方》 食治老人冷氣心痛無時，往往

發動，不能食，桃仁粥方。

桃仁二兩，去皮尖，研水淘取。青粱米四合，淘研。

右以桃仁汁煮作粥，空心食之，常服除冷溫中。

食治老人冷氣心痛不止，腹脇脹滿，坐卧不得，茱臾飲方。

茱萸末二分，青粱米二合，研細。

右以水二升煎茱萸末，取一升便下米煮作飲，空心食之，一二服尤佳。

食治老人冷氣心痛，牽引背脊，不能下食，紫蘇粥方。

紫蘇子三合，熬細研。青粱米四合，淘。

右煮作粥，臨熟下蘇子末調之，空心服爲佳。

食治老人冷氣心痛，嘔不多下食，煩悶，椒麵餺飥方。

蜀椒一兩，去目及閉口者，焙乾爲末節。白麵五兩。葱三莖，切。

右以椒末和麵搜作之，水煮，下五味調和，食之，常三五服極效尤佳。

食治老人五淋燥痛，小便不多，秘澀不通，蘇粥方。

土蘇二兩。青粱米四合，淘淨。漿水二升。

右煮作粥，臨熟下蘇攪之，空心食之，日一服尤佳。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治噎塞諸方》 食治老人噎病，心痛悶膈氣

薑茇末二合。胡椒末一分。青粱末四合，淘。

右以煮作粥，熟下二味調之，空心食當服尤效。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸痔方》 食治老人五痔泄血不絕，四肢衰

弱，不能下食，杏仁飲方。

杏仁二兩，去皮尖細研，以水浸之。粳米四合，淘之。

右以杏仁汁相和煮作飲，空心食之，日一服效。

食治老人五痔下血，常煩熱羸瘦，桑耳粥方。

桑耳二兩，水三升。煎取二升汁。粳米四合，淘之。

右以桑耳汁煮作粥，空心食之，日一二服皆效。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸風方》 食治老人中風，口面喎偏，大小

便秘澀煩熱，荆芥粥方。

荆芥一把，切。青粱米四合，淘。薄荷葉半握，切。豉五合，綿裹。

右以水煮取荆芥汁，下米及諸味煮作粥，入少鹽醋，空心食之，常服佳。

食治老人中風汗出，四肢頑痺，言語不利，麻子飲方。

麻子五合，熬細研，水淹取汁。粳米四合，淨淘，研之。

右以麻子煮作飲，空心漸食之，頻作極補益。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷二 《苕溪漁隱》曰：東坡於飲食作詩賦以寫

之，往往皆臻其妙，如《老饕賦》、《豆粥詩》是也。《豆粥詩》云：江頭千頃雪色

蘆，茅簷出没晨煙孤。地碓舂粳光似玉，沙瓶煮豆軟如酥。我老此身無著處，賣

書來問東家住。卧聽雞鳴粥熟時，蓬頭曳履君家去。又《寒具詩》云：纖手搓來

玉數尋，碧油煎出嫩黄深。夜來春睡無輕重，壓褊佳人纏臂金。寒具乃捻頭也，

出劉禹錫佳話，過子忽出新意，以山芋作玉糁羹，色香味皆奇絶，天酥陀則不可

知，人間決無此味也。詩云：香似龍涎仍釅白，味如牛乳更全清。莫將北海金

齏鮓，輕比東坡玉糁羹。誠齋《菜羹詩》亦云：雲子香抄玉色鮮，菜羹新煮翠芽

纖。人間膾炙無此味，天上酥陀恐爾甜。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷三《晨朝補養藥糜法》 地黃粥

切地黃二合，候湯沸，與米同下鐺。先取酥二合，蜜一合，同炒令香熟，別貯之。候粥欲熟乃下，同煮取熟。

胡麻粥

烏油麻去皮蒸一炊，曝乾，更炒令香熟。每用白秔米一升，胡麻半升，如常煮粥法爲之。臨熟加糖蜜任意，極香甘。胡麻多治之，臨時取用。

乳粥

牛羊乳皆可先，漸細秔米令精細，控令極乾，乃煎乳令沸，一依用水法。乃投米煮之，候熟即挹置盌中，每盌下真酥半兩，置粥上令自鎔如油，徧覆粥上。食時旋攪，美無比。

薯蕷粥薯蕷生於山者名山藥，一名山芋。

薯蕷生山者佳，圃種者無味。取去皮，細石上磨如糊。每椀粥用薯蕷一合，以酥二合，蜜一合，同炒令凝，以匙揉碎，粥欲熟，投攪令勻乃出。

栗粥

小栗去殼，切如米粒，每秔米一升，栗肉二合，同米煮，更無他法。

百合粥

生百合一升切，蜜一兩，同水窖熟，投欲熟粥中，每盌用三合。

麋角粥

新麋角一具寸截，流水內浸三日，刷腥穢，以河水入砂瓶或銀瓶內，以桑葉塞瓶口，勿令漏氣。炭火猛煮時時看，候如湯耗，旋益熱湯，一日許其角爛似熟山芋，掐得酥軟即止，未軟更煮，慎勿漏氣，漏氣則難熟。取暴乾爲粉，其汁澄濾候清冷，以綿濾作膠片，盌盛風中吹乾。麋角膠別入藥，每粥一盌，入麋角粉五錢，鹽一匙，同攪溫服。

枸杞子粥

枸杞子生研，捩取汁，每一盌粥可用汁一盞，加少熟蜜同煮。

馬眼粥

新黑豆一斗净淘，入大釜中，如常用水煮令熟，擘取汁，再入針，以熟麻油浸之，豆上油深四指，密蓋之，慢火煮，直候露出豆，即以匙拌轉更煮，直令瀝盡油即住。每粥一釜可下熟豆三五盌，欲熟入拌勻食之。

又法

白米二升別煮令熟，大顆黑豆一升，先以薄灰汁煮豆令熟，漉出豆，却以清水燒沸，依前入豆再煮，透出灰氣漉出。却以沙糖六兩，用水兩碗化濾過，入鹽二兩，醬三兩，只用水取醬汁同煮熟。桃仁杏仁皆可爲粥，生去皮尖，略炒令香，細研，水絞取濃汁，隨意入粥中煮。臨時加酥蜜亦可，金罌朮煎亦可作粥，一入用糖法。

諸山蔬可作粥者，皆只如菜粥法。

《禮記・內則》言子事父母，婦事舅姑，進盥漱巾之後，問所欲而敬進之，以饘酏爲先。饘，厚粥，酏，薄粥也。故此編詳述懷山録中諸藥糜法。陸放翁云：平旦粥後就枕，粥在腹中暖而宜睡，天下第一樂也。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷三《紫不託法》 新黑豆煮取濃汁，搜麵作湯餅，極甘美，能去麵毒。令不蒸熱，服丹石人尤宜食。此雜尊菜爲羹妙。

沈存中云：麵治壅熱益氣力，但不可多食，致令憤悶。料理有法，節而食之，餺飥、蒸餅及餈、索餅起麵等法，在食經中，此法用黑豆汁搜麵，則無毒矣。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《食治方》 糯米糕

治小便數用純糯米糕一掌大，臨卧炙令軟，熟啖之，仍以温酒下，不能飲温湯下。坐行良久，待心間空便睡。蓋糯稻能縮水，凡人夜飲酒者，是夜輒不尿，此糯之力也。

又方：有人渴用糯禾稈，斬去穗及根，取其中心，净器中燒作灰。每用一合許湯一碗，沃浸良久，澄去滓，乘渴頓飲之，此亦糯稻縮水之力也。

杏仁粥

杏仁二兩，去皮尖研。猪肺一具，去管，和研令爛如糊。

右用瓦瓶煮粥令熟，却將甕碗放火上炙令熱，以猪肺糊在碗內，便瀉粥蓋之，更以熱湯抵，令熟後服之，大能補肺氣。

人參粥

人參半兩，爲末。生薑取汁半兩。

右二味以水二升，煮取一升，入粟米一合，煮爲稀粥，覺饑即食之，治反胃吐酸水。

枸杞葉粥

枸杞葉半斤，細切。粳米二合。

右二味於石器中相和煮作粥，以五味末葱白等調和食之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《食治方》 甲乙餅，治痰喘嗽咳。

杏仁一兩去皮尖，牡蠣粉一兩，同杏仁炒黃色。青黛一兩。

右研勻，入蠟一兩鎔，搜丸如彈子大捏作餅。每用一餅合日柿中濕紙裹煨，約藥鎔方取出火毒，細嚼，糯米飲送下。

茯苓麪

東坡與程正輔書云：舊苦痔疾二十一年，今忽大作，百藥不効，欲休糧以清淨勝之而未能，令斷酒肉與鹽酪醬菜，凡有味物皆斷，又斷杭米飯，惟食淡麪一味，其間更食胡麻茯苓麪少許取飽。胡麻，黑脂麻是也，去皮九蒸曝。白茯苓去皮，入少白蜜爲麪，雜胡麻食之甚美。如此服食多日，氣力不衰而痔漸退。又云既絶肉五味，只知此數及淡麪，更不消別藥，百病自去，此長年之眞訣，但易知而難行爾。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》

陳令尹書精細，狠好處在食治諸方。然老人晚景，兒孫眷輯圖欒侍奉。諸婦妊娠望得雄之，喜諸孫襁褓快含飴之樂，其間或有疢疾者，在目前豈不縈懷。余疇昔聞見所抄，有婦人小兒食治諸方，用之良驗，今附益於編末，亦以資耆英閒覽且以備用云。

血氣諸方

地黃粥

治婦人血氣不調。

生地黃汁二合。粟米一合。粳米一合。

右以水三升先煮二米，將熟，次入訶黎勒炮去核，爲末半兩。鹽花少許。所，分二服。

豬肚粥

治婦人腹脇血癖，氣痛衝頭，面燻燻，嘔吐酸水，四肢煩熱腹脹。

白朮二兩。檳榔一枚。生薑一兩半，切炒。

右三味粗擣篩，以豬肚一枚，治如食法，去涎滑，納藥於肚中縫口，以水七升煮肚令熟取汁，入搜米及五味同煮粥，空腹食之。

羊肉麪碁子

治婦人血氣癖積，臟腑疼痛泄瀉。

小麥麪四兩。肉豆蔻去穀爲末。畢撥爲末。胡椒爲末。蜀椒去目并閉口炒出汗，各一錢末。

右五味拌勻，以水和作碁子，用精羊肉四兩細切，炒令乾。下水五升，入葱薤白各五莖細切，依常法煮肉，以鹽醋調和，候熟濾去肉，將汁煮碁子，空腹熱食之。

豬腎碁子

治婦人血積，久憊冷氣，心腹常疼。

小麥麪四兩。良薑末。茴香末。肉蓯蓉去皮炙爲末。蜀椒各一錢末。獵豬腎一對，去脂膜，切如緑豆大。

右六味除腎外，以水切作碁子，先將腎以水五碗煮，次入葱薤白各少許。候腎熟以五味調和如常法，入藥碁子，再煮令熟，分三次空腹食之。

半夏撥刀

治婦人痃癖血氣，口吐酸水。

大麥麪四兩，半夏湯洗去滑盡炒，半兩爲末。桂去粗皮，一錢爲末。

右三味同以生薑汁并米醋少許和，切作撥刀熟煮如常法，空心食之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 妊娠諸病。

麥門冬粥

治妊娠胃反，嘔逆不下。

生麥門冬，去心淨洗切碎，研爛絞汁取一合。白粳米淨淘二合。薏苡仁揀淨，去土一合。生地黃肥者四兩，淨洗切碎，研爛絞汁三合。生薑汁一合。

右以水三盞，先煮煎粳米、薏苡仁二味，令百沸。次下地黃、麥門冬、生薑三味汁，相合煎成稀粥，空心温服。如嘔逆未定，晚後更煮食之。

生地黃粥

治妊娠下血漏胎。

生地黃汁一合。糯米淨淘一合。

右先將糯米煮作粥，熟後下地黃汁，攪調勻服之，每日空腹服。

陳橘皮粥

治妊娠冷熱，氣痛連腹，不可忍。

陳橘皮湯浸去白焙一兩。苧麻根刮去土曝乾一兩。良薑末三錢。白粳米擇淨半合。

右四味除粳米外，擣羅爲散，每服五錢匕。先以水五盞煎至三盞，去滓，入粳米半合，鹽一錢，煮作粥食之。空心一服，至晚更一服。

豉心粥

治諸種癆疾寒熱往來。

豆豉心二合，以百沸湯泡細研。柴葫去苗二錢末。桃仁湯浸去皮尖，研三十個。

右先將豆豉心、桃仁，以白米三合，水半升同煮爲粥，臨熟入葫末，攪勻，空心食之。

阿膠粥

治妊娠胎動不安。

阿膠一兩搗碎，炒令黃燥，搗爲末。糯米。

右先將糯米煮粥，臨熟下阿膠攪勻，温食之。

葱粥

治妊娠數月未滿損動。

葱三莖。糯米三合。

右以葱煮糯米粥食之。如産後血，運用之亦効。

竹瀝粥

治妊娠常若煩悶。

淡竹瀝三合。粟米三合。

右以水煮粟米成粥，臨熟下竹瀝更煎，令稀稠得所，温食之。

苧麻粥

治妊娠胎不安，腹中疼痛，宜常食。

生苧麻根一兩净洗，煮取汁二合。白糯米二合。大麥麪一合。陳橘皮浸去白炒半兩末。

右四味以水同煮爲粥，令稀稠得所，熟後入鹽少許，平分作二服，空腹熱食之。

小豆飲

治妊娠漏胎，血盡子死。

赤小豆半升。蜀椒出自并閉口炒出汗，十四枚。烏雌雞一隻，理如食法。

右三味以水二升同煮令熟，取汁時時飲之，未差更作服之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 産後諸病。

茯苓粥

治産後無所苦欲睡而不得睡。

白茯苓去黑皮取末半兩。粳米一合。

右二味以米淘净煮粥，半熟即下茯苓末，粥熟任意食之。

地黄粥

治初産腹中惡血不下。

生地黄五兩，擣絞汁三合。生薑擣絞取汁二合。粳米净淘三合。

右先將米如常法煮粥，臨熟下地黄及生薑汁，攪令勻，空服食之。

紫菀粥

漢産前後赤白痢。

紫菀葉細剉一握。炕米三合。

右先以水煎菀葉，取汁去滓，下米煮粥，空心食之，立瘥。

滑石粥

治産後小便不利淋瀝。

滑石半兩別研。瞿麥穗一兩。炕米三合。

右以水三升先煎瞿麥，取二升半，濾去滓，將汁入米煮如常粥，將熟入鹽少許，葱白三寸，方入滑石末煮，令稀稠得所，分作三度食之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 小兒諸病。

四米湯，治小兒泄注。

粱米，稻米，黍米，各三合。蠟如半彈丸大。

右以東流水二升，煮粱米三沸，絞去滓。用汁煮黍米三沸，絞去滓，將汁入米煮如常粥，將熟入鹽少許，葱白三寸，方入滑石末煮，令稀稠得所，分作三度食之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 小兒諸病。

四米湯，治小兒泄注。

粱米，稻米，黍米，各三合。蠟如半彈丸大。

右以東流水二升，煮粱米三沸，絞去滓。用汁煮黍米三沸，絞去滓，將汁入米煮如常粥，將熟入鹽少許，葱白三寸，方入滑石末煮，令稀稠得所，分作三度食之。

扁豆粥，治小兒霍亂。

扁豆莖切焙一升。人參二兩。

右以水三升先煮扁豆莖令熟，下人參煎至二升，去滓取汁，煮粟米三合爲粥食之。

韓奕《易牙遺意》卷下《籠造類》 大酵

凡麵用頭羅細麵定秤，雙斤十箇。十分上白糯米五升，細麵三兩，紅麵發糟與乳母食。臨乳兒時，先將去少許冷乳汁，然後乳，母常食此粥佳。

四兩。以白糯米煮粥麵，打碎糟和温湯，同入磁缸，置温暖處，或重湯。一週時

待發，作濾粕取酵。凡酵稠厚則有力，如用不敷温湯，再濾輳足。天寒水凍，則一週時，過半蓋須其正發，方可用和麵。分作其麵三四次，和酵成劑。其起發摋勻，捍成皮子，包餡之後，布蓋於燒火處。如天冷，左右生火以和之，必候麵性起發，得十分滿足，可以浮水，方可上籠，發火猛燒，直至湯氣透起，到籠頂蓋。一發火即定，不可再發火矣。若做太孛饅頭，則用酵頭硬，名曰搶酵。

小酵

用碱以水或湯搜麵，如前法。其搜麵春秋二時用春燒沸滾湯點水便搜，夏月滾湯膳冷，大熱用冷水，冬月百沸湯點水，冷時用沸湯便搜。餅用此法。

又法

用酒糟面曬乾收貯，每用酌量多少，以滾湯泡，放温暖處。候起發，濾其汁和麵，如大酵法蒸造。

簏餡

十分爲率，羊肉餡，用羊肉二斤薄切，沸湯略焯過，羊脂半斤切骰子塊，生姜末四兩，橘皮絲二錢，杏仁五十箇，鹽一合，葱白四十莖，同切剁爛，任意饅頭、餛飩俱可。

水明角兒

白麵一斤，滾湯内逐漸散下，不住手攪作稠糊，分作一二十分。冷水浸至雪白，放按上擁出水，入豆粉對半，搜作劑。薄皮與饅頭同法。

韓奕《易牙遺意》卷下《爐造類》 椒鹽餅

白麵二斤，香油半斤，鹽半兩，好椒皮一兩，茴香半兩。三分爲率，以一分，純用油椒、鹽、茴香和麵爲穰，更入芝麻簏屑尤好。每一餅夾穰一塊，捏薄入爐。

又法

用湯與油對半，内用糖與芝麻屑并油爲穰。

酥餅

油酥四兩，蜜一兩，白麵一斤，搜成劑，入脬作餅上爐。或用猪油亦可，蜜用二兩尤好。

風消餅

用糯米二升，搗極細爲粉，作四分。一分作粹，一分和水，作餅煮熟，和見在二分粉，一小饅蜜，半饅正發酒醅，兩塊白餳，同頓鎔開，與粉餅捍作春餅樣薄皮，破不妨，熬盤上煿過，勿令焦，掛當風處。遇用，量多少入猪油中煠之。煠時，用筋獨動。另用沙糖、白麵拌和得所，生麻布擦細摻餅上。

又一法

只用細熟粉少許同煮，捍扯攤於篩上，曬至十分乾。凡粉一斗，用芋末十二兩。

肉油餅

白麵一觔，熟油一兩，羊猪脂各一兩，切如小豆大，酒二盞，與麵搜和，分作十劑，捍開，裹精肉，入爐内煿熟。

素油餅

白麵一觔，真麻油五兩，搜和成劑，隨意如沙糖餡，印脫花樣，爐内炕熟。

燒餅麵窠

取頭白細麵不俱多少，用稍温水和麵，極硬劑，再用捍杖押倒，用手逐箇做成雞子樣餅，令極光滑，以快刀中腰週迴壓一豆深。鍋内熬白沙炕熟，若麵窠以白土炕之，尤勝白沙。又捍餅着少蜜，更日不乾。

雪花餅

用十分頭羅雪白麵，蒸熟十分白色。凡用麵一斤，猪油六兩，油半斤，糖。猪脂切作骰子塊，和少水，鍋内熬烊，莫待油盡，見黄焦色逐漸舀出，未盡再熬再舀，如此則油白。和麵爲餅，底熬盤上略放草柴灰，上面鋪紙一層，放餅在上燻。

芋餅

生芋姆搗碎，和糯米粉爲餅，油煎，或夾糖豆沙在内，尤妙。

韭餅

帶臊猪肉作燥子，油炒半熟。韭生用，切細，羊脂剁碎，花椒、砂仁、醬拌匀，捍薄餅兩箇，夾餡子熯之。薺菜餅同法。

白酥燒餅

麵一箇，油二兩，好酒醅作酵，候十分發起，即用揉令十分。列芝麻糖者如前法。每麵一箇，糖二兩，可做十六箇熯。

薄荷餅

頭刀薄荷，連細枝爲末，和炒麵粹六兩，乳沙糖一斤，和匀，令味得所，入脫脫之。

捲煎餅

餅與薄餅同。用羊肉二斤，羊脂一斤，或猪肉亦可，大概如饅頭餡，須多用

葱白，或筍乾之類。裝在餅內，捲作一條，兩頭以麪糊粘住，浮油煎，令紅焦色，或只熯熟。五辣醋供，與素餡同法。

糖榧

白麪入酵待發，滾湯搜成劑，切作榧子樣。下十分滾油爝過，取出，糖麪內纏之。其纏糖與麪對和成劑。

肉餅

每麪一斤，用油六兩，餡子與捲煎餅同。拖盤熯，用餳糖煎色刷面。

油餲兒

麪搜劑，包餡作餲兒，油煎熟。餡同肉餅法。

麻膩餅子

肥鵝一隻，煮熟去骨，精肥各切作條子用焯熟韭菜、生姜絲、茭白絲，焯過木耳絲、筍乾絲，各排碗內蒸熱，麻膩并鵝汁熱滾澆。餅似春餅，稍厚而小，每卷前味食之。

韓奕《易牙遺意》卷下《糕餌類》 藏棨

澄細糖豆沙，入薄荷少許，澄細糯米粉，捍薄皮子，包豆沙卷如筒子，蒸之。

五香糕

上白糯米和粳米二六分，芡實乾一分，人參、白朮、茯苓總一分，磨極細篩過，用白沙糖、茴香、薄荷滾湯拌勻，上甑蒸。

水糰

澄細糯米粉帶濕，以沙糖少許作餡，爲彈子大，煮熟，置冷水中。澄粉者，以絶好糯米淘淨，浸半日，帶水磨下，置布袋中瀝乾。

鬆糕

陳粳米一斗、沙糖三斤，米淘極淨，烘乾，和糖灑水，入臼搗碎，於內留二分米拌，搗其粗令盡。或和蜜，或純粉，則擇其黑色米。凡蒸糕須候湯沸，漸漸上粉，要使湯氣直上，不可外泄，不可中沮，其布宜踈，稻草攤甑中。

生糖糕

粳米四升，糯米半升，春秋浸一二日，搗細。蒸時，用糖和粉捏作碎塊，排布粉內。候熟，摊成劑，切作片。

裹蒸

糯米淘淨，蒸軟熟，和糖拌勻，用箬葉裹作小角兒再蒸。

香頭

砂糖一斤，大蒜三囊，大者切作三分，帶根葱白七莖，生姜七片，射香如豆大一粒，各置各件瓶底，次置糖在上。先以花箸扎之，次以油單紙封，重湯內煮週時，經年不壞。臨用，旋取少許便香。

夾砂團

沙糖入赤豆或緑豆砂，捻成一團，外以生糯米粉裹作大團，蒸或滾湯內煮。

粽子

用糯米淘淨，夾棗、栗、柿、乾、銀杏、赤豆，以茭葉或箬葉裹之。

又法

以艾葉浸米裹，謂之艾香粽子。凡煮粽子，必用稻柴灰。淋汁煮，亦有用些許石灰煮者，欲其茭葉青而香也。

韓奕《易牙遺意》卷下《湯餅類》 燥子肉麪

猪肉嫩者，去筋皮外，精肥相半，切作骰子塊。約量水與酒，煮半熟。用胰脂研成膏，和醬傾入，次下香椒、砂仁，調和其味得所。煮水與酒不可多。其肉先下肥，又次下葱白，切肉塊，不可帶青葉。臨鍋調緑豆粉作糰。

餛飩

白麪一斤，鹽半兩，和如落索麪，更頻入水搜和爲餅劑。少頃，操百十遍，捣爲小塊，捍開，緑豆粉爲粹，四邊要薄，入餡，其皮堅。臛脂不可搭在精肉，用葱白先以油炒熟，則不羶氣。花椒、姜末、杏仁、砂仁、醬調和得所。更宜筍菜煠過菜菔之類，或蝦肉蟹肉藤花諸魚肉尤妙。下鍋煮時，先用湯攪動，一條篠，在湯內沸，則頻頻灑水，令湯常如魚津樣滾，則不破，其皮面堅滑。

水滑麪

用十分白麪揉搜成劑，一斤作十數塊，放在水，候其麪性發得十分滿足，逐塊抽拽下湯煮熟。抽拽得闊薄乃好。麻膩、杏仁膩、醃筍乾、醬瓜、糟茄、姜、淹韭、黄瓜絲作鹽頭，或加煎肉尤妙。

索粉

每乾粉一斤，用濕粉二兩，打成厚漿，放簸中。每添滾湯一次解薄，便連簸子放湯鍋內煮之，取出，不住手打攪，務要稠膩。如此數次，候十分熟。大概春夏漿宜稍厚，秋冬宜薄。以筯鍬起，成牽絲垂下，不斷方好。候温，和乾粉成劑，如索不下，添些熱湯。如大注下，添些調勻團，在手中搓索下滾湯中。浮起便撈

在冷水中，瀝乾，隨意葷素澆供，只用芥辣尤妙。

汪大淵《島夷志略・阿思里》 搗麥作餅爲食。民不善煮海爲鹽。

孔齊《靜齋至正直記》卷二《艾蒸餅》 試艾以蒸餅，將艾丸炷于餅上然之，若是好艾則滿餅香透底，不好者止于餅內一半香不透。西明王韶卿云

佚名《居家必用事類全集》庚集《回回食品》 設克兒疋剌，胡桃肉温水退皮二斤，净控乾，下擂盆搗碎，入熟蜜一斤，曲呂車燒餅揉碎一斤，三件拌勻，楪作小團塊，用曲呂車燒餅劑包餡，捏作糝孛撒樣，入爐貼熟爲度。

捲煎餅，攤薄煎餅，以胡桃仁、松仁、桃仁、棒仁、嫩蓮肉、乾柿、熟藕、銀杏、熟栗、芭攬仁，已上除栗黄片切外，皆細切，用蜜糖霜和，加碎羊肉、薑末、鹽葱調和作餡，捲入煎餅，油煠焦。

餖糜，羊頭煮極爛，提去骨，原汁內下回回豆，候軟下糯米粉，成稠糕糜，下酥蜜、松仁、胡桃仁，和勻供。

酸湯，烏梅不拘多少，糠醋熬爛去滓核，再入沙鍋下蜜，嘗酸甜得所，下擂爛松仁、胡桃酪熬之。胡桃見烏梅醋必黑。此汁須用肉汁再調味，同煮爛。羊肋寸骨肉彈回回豆供。

秃秃麻失，如水滑麵，和圓小彈劑，冷水浸手掌，按作小薄餅兒，下鍋煮熟，撈出過汁，煎炒酸肉，任意食之。

八耳搭，水一大碗燒滾，下蜜半斤去沫，用豆粉六兩，調糊下鍋，覷稀稠添水。熟用盤子，香油抹底盛，澆酥油，刀裁食。

哈耳尾，乾麵炒熟，羅過再炒，下蜜，少加水攪成，按片刀裁。

古剌赤，雞清豆粉酪攪勻，攤煎餅，一層白糖末、松仁、胡桃仁，一層餅，如此三四層，上用回回油調蜜，澆食之。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》 女直食品

【略】

柿糕，糯米一斗，大乾柿五十箇，同擂爲粉，加乾煮棗泥拌搗，馬尾羅過，上甑蒸熟。入松仁、胡桃仁，再杵成團，蜜澆食。

高麗栗糕，栗子不拘多少，陰乾去殼，擂爲粉，三分之二，加糯米粉拌勻，蜜水拌潤，蒸熟食之。女直糕糜與回回糕糜同，勃海葵羹與女直葵羹同，茲不重復。

濕麵食品

水滑麵，用頭麵，春夏秋用新汲水，入油鹽，先攪作拌麵羹樣，漸漸入水，和搜成劑，用手拆開，作小塊子。再用油水灑和，以拳揉一二百拳，如此三四次，微軟如餅劑，就案上。用一拘棒納百餘拘，如無拘棒，只多揉數百拳，至麵性行，方可搓爲麵指頭。入新涼水內浸兩時許，伺麵性行，方下鍋，鬧細任意做。冬月用温水浸。

索麵，與水滑麵同，只加油，陪用油搓如箍筋細，要一樣長短箍細，用油紙蓋，勿令皴，停兩時許。上筋杆纏展細，曬乾爲度。或不用油搓，加米粉糝搓，展細再入粉，紐展三五次，至於圓長停細，揀不勻者，撮在一處，再搓展，候乾，下鍋煮。

經帶麵，頭白麵二斤，減一兩，鹽二兩，研細新汲水破開和搜，比捍麵劑微軟，以拘棒拘百餘下，停一時許，再拘百餘下。捍至極薄，切如經帶樣，滾湯下。候熟入涼水拔，汁任意。

托掌麵，頭白麵，涼水入鹽減，和成劑，停一時，再搜和，至麵性行，搓成彈子。米粉爲糝，以骨檜搥碾如蓋口大，以薄爲妙。煮熟，入冷肉汁浸拔換汁，加黄瓜絲、鷄絲□酪食之。

紅絲麵，鮮鰕二斤，净洗擂爛，用川椒三十箇，鹽一兩，水五升，一處煮熟，揀去椒，濾汁澄清，入白麵三斤二兩，豆粉一斤，搜和成劑，布蓋一時許，再搜捍開。用米粉爲糝，鬧細任意切。煮熟，其麵自然紅色，汁任意，只不犯猪肉，恐動風氣。

翠縷麵，採槐葉嫩者，研自然汁，依常法搜和，捍切極細，滾湯下，候熟過水，供汁葷素任意，加麻菇尤妙，味甘色翠。

米心棊子，頭麵以涼水入鹽和成劑，棒拘過，捍至薄，切作細棊子，以密篩隔過，再用刀切千百次，再隔過籠者，再切細者。有麋末却□去，如下湯煮熟，連湯起，入涼水盆內攪轉，撈起控乾，麻汁加碎肉、糟薑米、醬瓜米、黄瓜米、香菜等。

山藥撥魚，白麵一斤，豆粉四兩，水攪如稠煎餅麵，入擂爛熟山藥，同麵一處攪勻，用匙撥入滾湯，候熟，燥子汁食之。

山藥麵，擂爛生山藥，於煎盤內，用少油攤作煎餅，攤至第二箇後不用油，逐旋煠之，細切如麵，葷素汁任意供食之。

山芋餺飥，煮熟山芋去皮擂爛，細布紐去滓和麵，豆粉爲糝，捍切鬧細任意。初煮二十沸如鍊，至百沸軟滑，汁任意。

玲瓏撥魚，白麵一斤，調如稠糊，以肥牛肉或羊肉半斤碎切如豆，入糊攪勻，

用匙撥入滾湯，麪見湯開，肉見湯縮。候熟，麪浮肉沉，如玲瓏狀。下鹽醬椒醋調和，食之極有味。

玲瓏餺飥，冷水和麪，羊腎生脂剉碎。入麪同搜拌勻，捍切作闊麪，下鍋煮，自然漏塵矣。

勾麪，蘿蔔一斤切碎，煮三兩沸，入韶粉一匙頭，勻糝於上攪勻，煮至爛漉出，揣布紐去滓，和麪一斤，捍切闊細任意。

餛飩皮，白麪一斤，用鹽半兩，涼水和如落索狀，頻入水搜和如餅劑，停一時再搜，揑爲卜劑，豆粉爲粹，骨魯搥捍圓，邊微薄，入餡，蘸水合縫。下鍋時，將湯攪轉，逐箇下，頻灑水。火長要魚津滾，候熟供。〇餡子童素任意。

乾麪食品

平坐大饅頭，每十分用白麪二斤半，先以酵一盞許，於麪內跑一小窠，傾入酵汁，就和一塊軟麪，乾麪覆之，放温暖處。伺泛起，將四邊乾麪加温湯和就，再覆之。又伺泛起，再添乾麪。温水和，冬用熱湯和，就不須多揉。再放片時，揉成劑則包，若揉搽則不肥泛。其劑放軟，捍作皮，已餡子。排在無風處以袱蓋，伺麪性來，然後入籠牀上，蒸熟爲度。

打拌餡，每十分用羊肉二斤半，薄切，入滾湯略淖過，縷切番脂半斤，生薑四兩，陳皮二錢細切，鹽一合，葱四十莖細切，香油炒。煮熟杏仁五十箇，松仁二握，剉碎。右拌勻，包大者，每分供二隻，小者每分供四隻。

猪肉餡，每斤縷切，入羊脂四兩骰塊切，橘皮一箇碎切，杏仁十粒，椒末一錢，茴末半錢，葱十莖細切，香油二兩，醬一兩擂，先將油煉熟，下葱醬炒，另入醋二合，調麪一匙作捺，傾鍋內同炒熟，與生餡調和得所，依上包。

熟細餡，去皮熟猪肉縷切細，熟筍縷切細，加川椒末、物料，同前製打拌，滋味得所，搦作小團包。

羊肚餡，羊軟肚三箇，軟肺一箇，羊舌熟者五箇，乘熱縷切，精生羊肉半斤，脂四兩縷切，用葱十五莖，醋三合，生薑四兩，陳皮二片，椒、茴香各一錢。煉熟油打炒葱，入麪捺，鹽少許，打拌，滋味得所，作餡用。

平坐小饅頭生餡。撚尖饅頭生餡，春前供。捺花饅頭熟餡。壽帶龜熟餡，壽筵供。龜蓮饅頭同上，春豎熟餡，春前供。荷花饅頭熟餡，夏供。葵花饅頭喜筵夏供。毬漏饅頭卧饅頭，後用胡子印。

薄饅頭水晶角兜包子等皮，皆用白麪斤半，滾湯逐旋糝下麪，不住手攪作稠糊，挑作一二十塊，於冷水內浸至雪白，取在案上攤去水。以細豆粉十三兩和搜作劑，再以豆粉作粹，打作皮包餡，上籠緊火蒸熟。灑兩次水方可下碟。臨供時再灑蔂水，便供餡，與饅頭生餡同。

魚包子，每十分，鯉鱖皆可，净魚五斤柳葉切，羊脂十兩骰塊切，猪臕八兩柳葉切，鹽醬各二兩，橘皮二箇細切，葱十五莖，香油炒葱熟，薑絲一兩，川椒末半兩，細料物一兩，胡椒半兩，杏仁三十粒研細，醋一合，麪捺同。

鵝兜子，野鴨野鷄皆可，每十隻用熟鵝净肉半斤縷切，猪臕一兩縷切，羊脂二兩骰塊切，葱薑橘絲共一兩，川椒杏仁細料物少許，鹽醬各二錢，酒醋一合，麪捺同。

雜餡兜子，每十隻，熟羊肺二兩，熟羊肚五兩，熟白腸二兩乘熱縷切，羊脂一兩骰塊切，猪臕二兩縷切，香油炒葱絲一兩，細料物二錢，杏仁川椒各少許，鹽醬四錢，酒半合，醋一合，薑橘絲少許，麪捺同。

蟹黄兜子，熟蟹大者三十隻，斫開取净肉，生猪肉斤半細切，香油炒碎鴨卵五箇，用細料末一兩，川椒、胡椒共半兩擂，薑橘絲少許，香油炒碎葱十五莖，麪醬二兩，鹽二兩，麪捺同打拌勻，嘗味鹹淡再添鹽。每粉皮一箇，切作四片，每盞先鋪一片放餡，折掩蓋定，籠内蒸熟供。

粳蓮兜子，羊肉二斤，淖去血水細切，粳米飯半斤，香油二兩，炒葱一握，肉湯三盞，調麪三兩作絲，橘皮一箇細切，薑米一兩，椒末少許。已上一處拌勻，每粉皮一箇切作四片，裝新蓮肉去心，鷄頭肉、松仁、胡桃仁、楊梅仁、乳餅、蘑菇、木耳、鴨餅子，却放肉餡，掩折定蒸熟，匙翻在楪内供，用濃麻泥汁和酪澆之。

水晶餶飿，精羊肉半斤，妳肪羊肚、羊尾子、膳竹笋、決明各四兩，羊舌五箇，煮熟縷切，橘絲半兩，薑絲二兩，香油二兩，炒葱絲五莖，麪醬半兩研，鹽斟酌用，薑末半兩，調粉捺四兩，打拌勻。粉皮熟油抹過，切作四片，盞盛裝餡蒸熟。匙翻楪内，澆好湯供。

從食品

白熟餅子，頭麪三斤，肉一斤作酵麪，一斤作溫麪，一斤餳蜜水和。三件麪一處和勻，揉一二百拳，再放暖處停一時許，伺麪性行暄泛，再揉一二百拳，逐旋取麪作劑。用骨魯搥捍開，入紅爐炙熟，鏃上亦可。〇捍餅入蜜少許，不脆硬。

山藥胡餅，熟山藥二斤，麪一斤，蜜半兩，油半兩，和搜捍餅。

燒餅，每麪一斤入油半兩，炒鹽一錢，冷水和搜，骨魯搥斫開，斂上熩，得硬糖，火內燒熟，極脆美。

肉油餅，曰麪一斤，熟油二兩半，猪羊脂各二兩剁碎，酒一小盞與麪同和，如硬入羊骨髓。分作十劑，捍開包餡，用托子印花樣，入爐熩熟。筵席上大者每分供二箇，小者供四箇。餡與饅頭生餡同，或者供素食蜜穰餡，棗穰亦可。

酥蜜餅，麪十斤，蜜三兩半，羊脂油春四、夏六、秋冬三兩，猪脂油春半斤，夏六兩，秋冬九兩，溶開傾蜜攪勻，澆入麪，搜和勻，取意印花樣，入爐熬紙襯底，慢火熩熟供。

七寶捲煎餅，白麪二斤半，冷水和成硬劑，旋旋添水調作糊，銚盤上用油攤薄，煎餅包餡子如捲餅樣，再煎供。餡用羊肉炒燥子，蘑菇、熟蝦肉、松仁、胡桃仁、白糖末、薑米，入炒葱、乾薑末、鹽醋各少許，調和滋味得所用。

金銀捲煎餅，鴨卵或雞卵，打破清黃另放，添水調開，加豆粉再調，攤作煎餅，包餡再煎。每分供一對作下飯，餡炒熟。

駝峰角兒，麪二斤半，入溶化酥十兩，或猪羊油各半代之。冷水和鹽少許，搜成劑，用骨魯搥捍作皮，包炒熟餡子，捏成角兒，入爐燉熩熟供。素餡亦可。

烙麪角兒，麪二斤半，燒湯升半，候滾傾下麪八停，留二停作粹。用湯攪烙熟，取出晾冷，搜劑捍皮，包炒熟餡子，捏成角兒，入盞脫下，爐熬熩熟。素餡皆可。

盞酪焦油，以麪調作稠糊，攤作厚煎餅，翻轉慢火熩熟，不可焦了。取出入蜜和爲劑，捍爲厚餅樣，包熟餡子，印脫花樣，深油煠黃色，或手按圓煠之。素餡亦可。

圓焦油，麪二斤半，內六分熟水和，減酵各一合，化作水入麪調，打泛爲度。餡用熟者，丸如彈子，將麪餡上手包裹了，虎口即出，滾深油內煠熟爲度。

餳饊角兒，麪一斤，香油一兩，傾入麪內，拌以滾湯斟酌，逐旋傾下。用杖攪勻，盪作熟麪，挑出鍋攤冷，捍作皮，入生餡包，以盞脫之，作娥眉樣，油煠熟筵上供。每分四隻。

熊夢祥《析津志輯佚・風俗》 街市蒸作麪糕。諸蒸餅者，五更早起，以銅鑼敲擊，時而爲之。及有以黃米作棗糕者，多至二、三升米作一團，徐而切破，秤斤兩而賣之。若蒸造者，以長木竿用大木杈撐住，於當街懸掛，花饅頭爲子。小經紀者，以蒲盒就其家市之，上頂於頭上，敲木魚而貨之。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 煮麵，如午間要喫，清早用鹽水搜麵團，捺三二十次，以物覆之少頃，又團捺如前。如此團捺數四，真粉細末，捍切。煮法，沸湯內攪動，下麵沸透，住火蓋定，再燒略沸，便撈入汁。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 煮餛飩，細切肉臊子，入筍米，或茭白、韭菜、藤花皆可，以川椒、杏仁、醬少許和勻裹之，皮子略厚，小切方，再以真粉末捍薄用。下湯煮時，用極沸湯打轉下之，不要蓋，待浮便起，不可再攪。餡中不可用砂仁，用則噯氣。

黃雀饅頭法，用黃雀以腦及翅、葱椒鹽同剁碎，餡腹中，以發酵麵裹之，作小長卷，兩頭令平圓，上籠蒸之，或蒸後如糟饅頭法糟過，香油煠之尤妙。

冷淘麵法，生薑去皮，搥自然汁花椒末，用醋調，醬搥清作汁，不入別汁水，以涑鱖魚鱸魚江魚皆可，旋挑入減汁內，蝦肉亦可，蝦不須涑汁內，細切胡荽或香菜或韭芽生者，搜冷淘麵在內，用冷肉汁入少鹽和劑，涑鱖魚江魚等，用魚去骨皮，批片排盆中，或小定盤中，用魚汁及江魚膠熬汁，調和清汁澆涑。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 煮麩乾法，以吳中細麩新落篩不入水者，扯開作薄小片，先用甘草作寸段，入酒少許，水煮乾，取出甘草。次用紫蘇葉、橘皮片、薑片同麩略煮，取出待冷。次用熟油、醬、花椒、胡椒、杏仁末和勻拌麵，薑橘等再三揉拌，令味相入曬乾，入糖鬆內封。盛如久後，喫之時，覺硬便蒸之。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 糟饅頭，用細餡饅頭，其上再以布覆之，用糟厚蓋布上，全幅布先鋪糟在大盤內，用布攤上，稀排饅頭，糟一宿取出，香油煠之，冬日可留半月，冷則旋火上炙之。

手餅，用頭子麵十分，漉湯入鹽，搜勻，捺麵極熟，幹作小碗許大餅子，熬盤上煠熟，頻以鹽水灑之，才起，以濕布卷覆。

密釀紅絲粉，用真粉入胚子，搜和勻，用濃稻草灰汁或炭灰汁作湯，索粉於中即成。清雞汁供，雞絲或肉絲任用作點頭。

劉基《多能鄙事》卷二《飲食類・餅餌米麪食法》 燒餅

每白麪一斤，入油一兩半，炒鹽一錢，冷水和搜，骨魯搥打研，開斂上熩，得硬煺火內燒熟，極脆美。

白熟餅

雞鴨子清皆可和蜜，作湯搜麪，依常法捍造。取舊絮片緊綳籠面蒸。

山藥胡餅

熟山藥二斤，麪一斤，蜜一兩，油一兩，拌和搜，捍爲餅。

肉油餅

白麪一斤，熟油二兩半，猪羊脂各二兩剁碎，酒一小盞，與麪同和，如硬入羊骨髓，分作十劑，各捍開包餡，用杵子印入爐煿熟。

酥密餅

麪十斤，蜜三兩半，羊脂春四夏六秋冬三兩，猪脂油春半斤夏六秋冬九兩，溶開，入蜜和勻，澆麪搜勻，任意印造入爐熬，紙襯底，慢火煿熟。

七寶饊蒸餅

白麪二斤半，冷水和成劑，旋旋添水調作糊，銚盆上用油攤薄煎，以餅包餡如饊餅樣再煎。餡用羊肉炒燥子，麻菇、熟蝦肉、松子仁、胡桃仁、白糖末、江米，入炒葱、乾姜末、鹽醋調得中用之。

金銀卷煎餅

鴨雞卵打破，青黃各放，添水調開，加豆粉再調，攤作煎餅，包餡再煎。

駝峰角兒

麪二斤半溶化酥十兩，或猪羊油各半代之。冷水和，鹽少許，搜成劑，用骨魯搥捍作皮，炒熟餡子，捍成角兒，入爐煿熟。

烙麪角兒

麪二斤半，燒湯升半，候滾傾麪八停，留二停作糁用。湯攪烙熟，取出眼冷，搜劑捍皮，包炒熟餡子，捏作角子，入盞脫下，爐熬煿熟。素餡皆可。

盞酪焦油餅

以麪調作稠糊攤作厚餅，煎翻轉，慢火煿熟勿叟。取出入蜜，和爲劑，捍爲厚餅樣，包熟餡子，印脫。深油煠黃色，或以手按圓煠之。

圓焦油餅

麪二斤半，內六分熟水和，減酵各一，合水化入麪，調打泛爲度。餡用熟者，丸如彈子大，將麪餡上手包裹住了，虎口唧出滾深油煠熟。

餛飩角子

麪一斤，香油一兩，傾入麪內，拌以滾湯，斟酌逐旋傾下，用杖攪勻，盪作熟麪，挑出鍋攤冷，捍作皮，入生餡包，以盞脫之作蛾蝞樣，油煠熟。

白熟餅

頭麪三斤，內一斤作酵麪，一斤作盪，一斤餳蜜水和。三麪一處和勻，操二百餘拳，再放暖處停一時許。伺麪性行暄泛，再煠一二百拳，逐旋取作劑，用骨魯槌捍開，入紅爐或鏊上煿熟。捍餅入些少蜜則不硬。

甘露餅

麪一斤上籠紙襯蒸過，先以油水中停攪如餳汁，傾入麪，拌和豆粉爲粹，捍作薄餅，細攢褶兒，兩頭相啣，絳住手按開，再加粉粹，骨魯槌捍開，油煠控起，蜜澆。

劉基《多能鄙事》卷二《飲食類・回回女真食品》 回回油蜜膏

二件逐旋下鍋勤攪，令膠黏得中，候欲凝水中，試退火，凝成膏。

翠縷麪

槐葉嫩者，妍自然汁，依常法搜和白麪，捍切，滾湯下，候熟過水，腥素汁湯皆可。

山藥撥魚

白麪一斤，豆粉四兩，水攪如稠煎餅麪，入擂爛山藥、一處攪極勻，用匙撥入沸湯，候熟，燥汁任意。

玲瓏撥魚

白麪一斤調作糊，以肥牛羊肉半斤，切如豆大，入糊攪勻，用匙撥入沸湯。麪見湯開，肉見湯縮，候熟，肉沉麪浮，如玲瓏狀，下鹽醬椒料調和食之。

玲瓏餺飥

冷水和麪，羊腎生脂剁碎入麪同搜，捍勻，切作闊麪，下鍋煮，自然漏明。

餛飩皮

白麪一斤，用鹽半兩，涼水和如落索狀，頻入搜和如餅劑，一時再搜拙爲小劑，豆粉爲粹，骨魯搥捍開，厚中薄邊，入餡蘸水合縫，餡隨意。下鍋時，將湯攪轉，逐箇下，頻灑水，長要魚腹沸浮者爲熟，先撈取之。

饅頭皮

每白麪二斤半，此是十分料，先以酵一盞許，於麪內跪一小窠，傾入酵汁，就和一塊軟麪。覆之放温暖處，伺泛起，將四邊乾麪加温湯和，再覆之，又候泛起，再添乾麪，温水和。冬月用熱湯和，就不須多揉。再放片時，揉成劑則已，若揉過則不肥泛，其劑放軟，捍作皮包餡，排無風處，濕布巾蓋之，俟麪性來乃入蒸籠。

餡每十分，用羊肉二斤半薄切，入滾湯淖過細切，入羊脂半斤，生姜四兩，陳皮二錢細切，一合葱四十莖細切，香油炒熟，杏仁五十箇，松子仁二撮，剁碎拌勻。

猪肉餡，入羊脂四兩，橘皮一箇，椒皮一錢，杏仁十箇，回香半錢，葱十莖，俱細切。香油二兩，醬一兩擂細，先將油煉熟，下葱醬炒，另入醋二合，調麪一匙，作捧傾鍋內，同炒熟，與生餡調包。

羊肚餡，用羊軟肚二箇，熟軟肺一箇，熟羊舌五箇，乘熱切細。精生羊肉半斤，脂四兩，細剁葱十五莖，醋三合，生姜四兩，陳皮、回香、川椒皮各一錢細剁。炒熟香油炒葱入麪作捧，入鹽拌勻，滋味適中，依前包之。

薄饅頭皮包子水晶角兒等皮

白麪一斤半，滾湯逐旋糝下麪，不住手攪作稠糊，挑作一二十塊，於冷水內浸至雪白，取在案上控去水。以細豆粉十三兩，和搜作劑，再用粉豆作粹，打皮包餡，上籠急火蒸熟，灑水二次方可下竈，臨供時，再灑些水便上碗爲美。

魚包子

鯉鱖皆可，每十分，用净魚肉五斤柳葉切，羊脂十兩骰子塊切，猪臆八兩切，鹽醬各二兩，橘皮二箇細切，葱十五莖搜細絲，香油炒之，姜絲一兩，川椒皮末半兩，胡椒同杏仁五十箇研細，醋一合，麪捧之，同上頃皮。

鵝鴨兜子

鵝鴨雞雉之類皆可，每净肉半斤細切，用猪臆一兩細切，羊脂二兩切如指面大，葱姜橘絲共一兩，川椒、杏仁、細料物各少許，鹽醬各二錢，酒醋各一合，麪捧同。

蠏黄兜子

熟蠏大者三十箇，剥取净肉并膏，用生猪肉一斤半細切，香油炒鴨卵五箇，以細料物一兩，川胡椒共半兩細研，姜橘絲各少許，葱十五莖切碎，香油炒熟，麪醬二兩，鹽一兩，麪捧同上。每粉皮一箇切作四片，每盞先鋪一片放餡，折掩蓋定，籠中蒸之。

荷葉兜子

羊肉二斤，淖去血水細切，粳米飯半升，香油二兩，炒葱一握，肉湯三盞，調麪三兩。作絲。橘皮一兩，薑末一兩，椒末少許，俱一處拌勻，再粉皮一箇切作四片，每盞肉先鋪一片。裝新蓮肉去心，雞頭肉、松子肉、胡桃肉、梅仁、乳餅、木耳、菌并肉餡，拆掩定，蒸熟，匙翻在楪內，麻泥和酪澆之。

水晶餶飿

精羊肉半斤，姊肪羊肚、羊尾子、膝羊皮、竹笋、決明各四兩，羊舌五箇，煮熟細切，橘絲半兩，姜絲、香油各二兩，炒葱五莖，醬麪半兩研，鹽斟酌用。姜末半兩，調粉捧四兩，打拌勻。粉皮用熟油抹過，切作四片，依上用盞盛裝拆，蒸熟，翻碟內，好湯澆之。

設克兒疋剌

胡桃肉温水退皮二斤，净控乾，下擂盆搗碎，入熟蜜一斤，曲吕車燒餅揉碎一斤，三件拌勻，楮作小團塊，用曲吕車燒餅劑包餡，捏作糝糍沙樣，入爐貼熟爲度。

捲煎餅

攤薄煎餅，以胡桃、松子、榛子肉、嫩蓮肉、乾柿、熟藕、銀杏、熟栗、芭欖仁，俱細切，用蜜及糖霜和勻作餡，捲入煎餅，油煠熟之。

糕糜

羊頭爛煮去骨，原汁內下回回豆，候軟下糯米粉成稠糜，下酥及胡桃松子，内和勻供之。

酸湯

烏梅不拘多少，用醋熬爛去核，再入沙鍋下蜜，嘗酸甜得中，下擂爛松子、胡桃肉酪熬之。胡桃見梅酸必黑，此汁須用肉汁再調味，同煮爛羊肋寸骨、肉丸、回回豆供之。

麻矢

如水活麪，和圓小彈劑，以冷水浸手掌，按作小薄餅兒，下鍋熟，别用肉汁食之。

八耳搭

水一大碗燒滾，下蜜半斤去沫，用豆粉六兩調糊，下鍋看稀稠添水，熟。用盤子香油抹底盛，油刀裁片，酥澆食。

哈兒尾

乾麪炒熟，羅過再炒，下蜜少加水攪成，按作片，以刀裁之。

古剌赤

鷄子清豆粉酪攪勻，攤煎餅一層，白糖末、松子胡桃肉，一層，又餅又料，如此三四層，上用回回油調蜜澆之，甚好。

劉基《多能鄙事》卷二《飲食類・回回回回女真食品》　柿糕

糯米一斗，乾柿五十箇，搗爲粉，乾則煮棗泥拌，搗馬尾蘿羅過，甑蒸熟，入松子胡桃肉，再搗成團，以蜜澆食。

玉葉羹

每十分用乳團二箇薄批，入豆粉抖煮熟。磨菇桑鵝半熟，去皮山藥各四兩，筍四兩，糟薑三兩，椀裝熱汁澆之。

山藥麪

每麪一斤，熟山藥一斤，薑汁一兩，豆粉一合，入水搜和如水活麪，以骨魯搥砑開切作箅子，入豆粉卧案上，搓長尺許，下鍋煮熟，合汁澆之。

兩熟魚

每十分用熟山藥二斤，乳團一箇，各爛研，橘皮二兩，生薑二兩，各剉碎，薑末半錢，鹽少許，豆粉半斤調糊，一處拌勻，再加乾豆粉調稠作餡。每粉皮一箇，粉絲抹濕，入餡折掩捏魚樣，煠熟。再入蘑菇汁內煮，楪供，灑薑絲菜頭絲、筍絲皆可。

酥婷鹿脯

每十分以生麪一斤四兩，細料物二錢，韭三根，鹽一兩，紅麴末一錢，同婷爛如肉色，温湯浸開，搓作條煮熟。絲開，醬醋合蘑菇汁醃片時，控乾，油煎，却下醃汁同炒乾。

劉基《多能鄙事》卷二《飲食類・庖廚雜用法》　造麥黄

六月内，取小麥淘去浮者，水浸，烈日曬七日，每朝換水，至第七日，瀝出控乾，蒸熟。蓋覆盆上，暴乾，造鮓用。

造蕪荑

榆錢不拘多少暴乾，於磁器内鋪榆錢一層，撒鹽一層，如此相間。以醬水澆，候軟控起，用麪衮拌，蓋覆盒，令黄上爲度，暴乾收之。

陶宗儀《輟耕録》卷五《尚食麪磨》

設機軸以旋之。驢畜之蹂踐，人役之往來，皆不能及，且無塵土臭穢所侵，乃巧工瞿氏造焉。

陶宗儀《輟耕録》卷一五《煮豆帖》　黄山谷《煮豆帖》云：庭堅頓首失牛，兒來終日惘然，至今頭昏眼痛，雖取所喜者爲之，亦不能如意也，以是不能修問辱手誨，喜承日用輕安，所須諸方，既無人可抄，又意緒不佳，嬾動耳。煮黑豆法，確豆一升，挼莎極净，用貫衆一斤，細剉如骰子，同豆斟酌水多少，慢火煮。豆香熟，日乾之，翻覆令展，盡餘汁。簸取黑豆，去貫衆，空心日啗五七粒，食百草木枝葉皆有味，可飽也。世間不强學，力行自致，於古人者不可不畜此方。庭堅頓首翰禮秘校足下。

解縉等《永樂大典》卷八八四一《油》　圓燋油李氏《食經》：圓燋油，用麪二斤半，内六分熟水和，減酵各一合，化作水入麪調打泛爲度，餡用熟者，丸如彈子，將麪餡上手包裹了，虎口脚出，滾深油内煠熟爲度。煎酪燋油《山居備用》：煎酪燋油，以麪調作糊糊，攤作厚煎餅樣，包熟餡子，印脱花樣，深油煠黄色，或手按圓煠之。

解縉等《永樂大典》卷一九七八一《諸局沿革》　烹粥局《吴中舊事》：烹粥局，曾用粳黄糧米，麋子米，大麥米，稗子米，白糧米。六般解湯粥用第三等細米，每十分用米一斗淘成，取净米五升，於滾鍋内旋旋下，至十分熟，用冷水投伶俐爲度在涼處。若用牛酪，每分半升，鹽少許，調勻粥一處和供。

陶珽《説郛續》卷二五《瀛厓勝覽・阿丹》

董越《朝鮮賦》　食器也間用金銀銅瓷品，物也率多海陸珍奇。主獻賓一以華禮，賓酢主亦用燕儀。羅蜜餌敗至五重，擎盤堆大可尺圍，每器範銀銅爲闌干，而綴以緑珠之絡索。其工皆剪羅綺爲花葉，而舞以彩鳳之襵縰。其列五重，皆不用果實，以蜜和麪爲方圓餅餌，油煎之，頓挫周遭，玲瓏壘累，高大至尺許，衛以白銀或白銅，八角闌干綴以緑珠之網，其上剪緣羅爲四花葉，剪紅羅又爲四花瓣，每瓣周遭以白銅小釘綴之，如華之花樣。其頂上乃以銅線繩五彩絲爲飛鳳孔雀，或飛仙騎上，其尾展，其翅首皆俯而向賓，至送折俎則除之。豆籩取美觀瞻則以前大後小爲序陳列取宜，潮背則以外高内低爲差其案一字横列每案皆然間設羞以糝食，亦能爲華之米糕、蓼花之類。雜醯以醬。

鄺璠《便民圖纂》卷八《祈禳類》　十二月二十五日夜，煮赤豆粥，大小人口皆食之。家人在外，亦必留其口分，以俟其歸，謂之口數粥。

鄺璠《便民圖纂》卷一四《製造類上》　辟穀救荒法。《千金方》云：用白蜜二斤，白麵六斤，香油二斤，伏苓四兩，甘草二兩，生薑四兩去皮，乾薑二兩炮，共爲細末，拌白，擣爲塊子，蒸熟，陰乾爲末，以絹袋盛。每服一匙，冷水調下，可待百日，雖太平時，亦不可不知此。

沈周《石田翁客座新聞》卷四《閣老餅》　閣老瓊臺丘公濬，字仲深，嘗以糯米不拘淘净，挾水粉之瀝乾。計粉二分，白麵一分，搜和團爲餅，其中餡隨用，煠熟爲供，軟膩甚適口，公以此餅托中官獻。上食之喜，命尚膳監效爲之，進食不

中式膳者俱被責，蓋不知丘公之法制耳。因請之，公不告，以故中官歎曰：以飲食服飾輿馬器用進上取寵，此吾內臣供奉之職，非宰相事也。識者貴其言，由是京師傳爲閣老餅云。

王綸《本草集要》中部卷四《木部》 南燭枝葉，味苦氣平無毒。南方謂之黑飯樹。

止泄除睡，强筋益氣力，久服輕身，長年不飢，變白去老。取莖葉搗碎，漬汁浸粳米，九浸九蒸九曝，米粒正黑，袋盛之，可適遠方。日進一合不饑，取汁炊飯，名烏飲。

徐獻忠《吳興掌故集》卷一二《風土類》 尋常食供必設燥餅，其餅直甚薄，大抵以鹹水發麪。鹹能消人胃氣，小兒多食多生痞癖。北京餅餌大率類此，故小兒無不病痞者。

王可大《國憲家猷》卷四八《方技一》 采桂英，去青蒂，滔灑以甘草水，和米舂粉，炊作糕。

采芙蓉花，去心蒂，湯瀹之，同豆腐煮。紅白交錯，恍如雪霽之霞，名雪霞羹。加胡椒、姜亦可也。

雪梨大者，碎截搗，橙醋入，少，鹽醬拌供，可佐酒。吳興葛天民《嘗北梨詩》云：每到年頭感物華，新棠梨到野人家。甘酸尚帶中原味，腸斷春風不見花。

櫻桃經雨，則蟲自內生，人莫之見。用水一碗浸之，良久，其蟲皆蛰蛰而出，乃可食也。楊誠齋詩云：何人弄好手，萬顆搗虛脆。印成花鈿薄，染作冰澌紫。北果非不多，此味良獨美。要之其法，不過煮以梅水，去核，搗印爲餅而加以蜜耳。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》 糟饅頭。用餡，饅頭逐個用細黃草布包裹，或用全幅布先鋪糟在大盤內，用布攤上，稀排饅頭。布上，再以布覆之，用糟厚蓋布上。糟一宿，取出。香油煠之，冬日，可留半月。冷則旋火炙之。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》 十月朔日，【略】八日則以白米和胡桃、榛松、乳菌、棗栗之類作粥，謂之臘八粥。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》 重九日，人家糜栗粉和糯米伴蜜蒸糕，鋪以肉縷，標以綵旗，問遺親戚。其登高飲燕者，必簪菊泛萸，猶古人之遺俗也。又以蘇子微漬梅滷，雜和蔗霜、梨橙玉榴小顆，名曰春蘭秋菊。

陶珽《説郛續》卷二一顧元慶《雲林遺事·飲食第五》 黃雀饅頭法：用黃雀以腦及翅，葱椒鹽同剁碎，釀腹中，以發酵麵裹之，作小長卷，兩頭令平圓，上籠蒸之，或蒸後如糟饅頭法，糟過，香油煠之尤妙。

糟饅頭，用細餡饅頭，逐箇用細黃草布包裹，或用全幅布，先鋪糟在大盤內，用布攤上稀排饅頭，布上再以布覆之，用糟厚蓋布上。糟一宿取出，香油煠之，冬日可留半月，冷則旋火炙之。

吳正倫《養生類要後集》［原缺］

用大羊脊髓一条透肥者，搗碎。用青粱米四合淘净，以水五升煮，取汁二升，下米煮作粥，入五味和勻。空心食之，常用，極有補益。

雞頭實粥。老人常用，益精强腎，聰耳明目。

用雞頭實不拘多少，去殼净粉三合，粳米三合，照常煮粥，空心食之。

薏苡仁粥。治老人脾胃虛弱，常用疎風濕，壯筋骨。

用薏苡仁四兩，粳米三合，照常煮粥，不拘時用。

蓮肉粥。老人常用，補脾胃，養心腎。

用蓮肉，三兩去皮心净。糯米二合，晚米三合，和勻，作二次煮粥，空心食之。

開胃炒麵方。歌曰：二兩白鹽四兩姜，五斤炒麵二茴香，半斤杏仁和麵炒，一兩甘草蜜炙黃，枸杞子，胡桃穰各半斤，芝麻等分最爲良，駐顔和血處壽筭，補藥之中第一方。

右各研末，和勻，不拘時，白沸湯點服。

又方：治老人脾虛，或大病後，胃口虛弱，怯食。

用糯米五升，浸一晝夜，周時淋乾，入鍋內慢火炒，令香燥，不可焦。外用花椒炒出汗，去目及閉口者淨二兩。薏苡仁一斤，蓮肉一斤，去皮心，各炒黃熟，共和爲末。再用白糖二斤和勻，磁罐密貯。每日清晨，用一白盞，沸湯調服善，能補胃進食。

張時徹《攝生衆妙方》卷五 理脾糕

百合、蓮子肉、山藥、薏苡仁、茨實、蒺藜子。

右六味，各另爲末成粉各一升，又砂糖一升，用粳米粉一斗二升，糯米粉三升，和前藥粉并糖，蒸糕曬乾常服。

育生糕

茨實、去殼。白山藥、白朮、去土。白茯苓、去皮。人參、蓮肉。去心。

右藥各八兩爲細末，用粳、糯米各三升爲粉，仍用白蜜一斤和勻，蒸糕焙乾，白滾湯調服，不拘多寡饑時用。

茯蓮散

白茯苓、去皮切碎，用麵裹蒸熟，去麵曬乾，爲細末一斤。蓮肉、去皮心爲末，四兩。乾山藥、爲末，四兩。糯米。升半，炒熟爲末。

右和勻，每日空心，或食前取半合，滾水調入白砂糖二三茶匙服。

養元散

用糯米一升，水浸一宿，瀝乾燥，慢火炒令極熟，磨細羅過如飛麵，將蓮肉去心三兩，懷慶好山藥三兩，大雞頭實三兩，碾末入米粉內。每日清晨，用一盞再入白糖二匙，或砂糖，用滾湯調食，其味甚佳，可以常食不厭。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五《煮黑豆法》

確豆一升，挼莎極淨，用貫衆一觔，細剉如骰子，同豆斟酌水多少，慢火煮豆香熟，日乾之，翻覆令展。盡餘汁簸取黑豆，去貫衆。空心日啗五七粒，食百草木枝葉皆有味，可飽也。

何淳之《荒政彙編》卷上《煮粥第八》 煮粥雖號爲救荒下策，然濟急實爲最初。【略】若夫給粟，小民得三二斗之粟，連糠磨麵，和以樹頭野菜，三二口之家，爲度一月。

陶珽《説郛續》卷二八程羽文《田家曆・正月》 春米。此月人閒。

姚旅《露書》卷八《風篇上》 除夜，洪洞人以麪作窩窩十二，以應十二月，置甑中蒸之。蒸熟，觀其中有水，即卜其月多雨。

陳繼儒《煮粥條議》 萬曆三十七年歲饑，巡撫都御史周孔教檄知府張九德、華亭知縣聶紹昌、青浦知縣韓原善，分往鄉村作粥，以濟飢民，皆取給署丞顧正心濟荒米，使鄉士夫好義者監視之。鄉市煮粥凡十八處。佘山一路，俞廷謂獨捐米三百石，於宣妙寺煮粥，就食者頗衆。佘因作此條議云。佘山道人陳繼儒。【略】

一、粳粥不如米粥。往時粳粥多不全熟，或有攙和石膏，往往食後致病而死。故以白米爲主。米粥或以石灰入鍋，易於脹熟，害甚。石膏尤宜檢察。

一、草柴不如木柴，火力既盛，搬載堆積亦易，餘炭又可煮茶。飢民待粥者，即令劈柴，劈完加粥一碗。【略】

萬邦寧《茗史》卷上《益蠹》 江浙間養蠶皆以鹽藏其繭而繅絲，恐蠶蛾之生也。每繅畢，煎茶葉爲汁，搗米粉搜之，節于茶汁中，煮爲粥，謂之洗甑粥。聚族以啜之，謂益明年之蠶。

張大復《梅花草堂集筆談》卷三《度荒》 每日但哺陳米粥六甌，渴則煮綠豆湯飲之。煮豆法，俟一二沸後，取粥器之淨者，濾去其殼，存實煎化，少許蜜和之，除煩解渴，極與神氣相宜。水鄉多芡，稚女日剖其實升許，以佐午前後寂寞。則飯不作餿氣。

徐光啓《農政全書》卷四二《製造・食物》 治飯不餿：用生莧菜鋪蓋飯上，石壓之，不用鹽滲。六七日後，菜變黃色，味有微酸，便成黃蘆矣。此後，但以菜投入蘆汁中，便可作蘆，更不復用麪。取蘆切碎，蘆米相兼，煮粥食之，每米二升，可當三升之用。（用蕪菁爲之，獨可當米。）雖不及純米養人，充塞飢腸，聊以免死，亦儉歲節縮之一法也。往從陽羨山中野人家得此法，念其可以度荒，每用語人。且如此用菜，菜之用益弘。穀不熟曰饑，菜不熟曰饉。古人饑饉並言，良有以也。

徐光啓《農政全書》卷四五《荒政・備荒考下》 附：笋粥法。《吴興掌故》云：「嘗見山僧作笋粥，幽尚可愛。」又云：「山僧煮笋用大塊，云薄則味脱。大塊久煮令軟，其味自全。」贊寧寄問天目舊友「山中所出」，伊僧報詩云：「山中人事違，天眼中修定。我本無根株，只將笋爲命。」但笋亦有毒，須用薑或菜莢醬制之。一説滑利大腸，而益于肺，謂之「刮腸筢」。一云：「竹實少陽之氣，而尅脾土。」

淡黄蘆煮粥法：取菜洗淨，貯缸中。用麥麵入滾熱水調極薄漿，澆菜上，以石壓之，不用鹽滲。六七日後，菜變黄色，味有微酸，便成黄蘆矣。此後，但以菜投入蘆汁中，便可作蘆，更不復用麪。取蘆切碎，蘆米相兼，煮粥食之，每米二升，可當三升之用。（用蕪菁爲之，獨可當米。）雖不及純米養人，充塞飢腸，聊以免死，亦儉歲節縮之一法也。往從陽羨山中野人家得此法，念其可以度荒，每用語人。且如此用菜，菜之用益弘。穀不熟曰饑，菜不熟曰饉。古人饑饉並言，良有以也。

辟穀方：用黄蠟炒粳米充飢，食胡桃肉即解。

千金方：蜜二斤，白麪六斤，香油二斤，茯苓四兩，甘草二兩，生薑四兩，去皮乾薑二兩，砲爲末，拌勻搗爲塊子。蒸熟陰乾爲末，絹袋盛。每服一匙，冷水調下，可待百日。

陶珽《説郛續》卷二八劉侗《帝京景物略》 四月一日，【略】是月榆初錢麵和糖蒸食之，曰榆錢糕。

陳繼儒《文奇豹斑》卷一〇《人事》 寒食煮大麥粥，研杏仁爲酪，以湯沃之。見《玉燭寶典》。

明諸茂卿《今古鈎玄》卷四〇 乙卯除夕，隣舍李明家磨米粉作糕，粉成血色。

包汝楫《南中紀聞》 綏寧早禾，在六月刈割，俗以六月十六日食新，雖禾未全登，各家先取數攢，舂米作飯。余時在夏柳里，居民薦新米一盂，隨命庖人作飯，味頗甘芬，丙寅季夏既望也。

綏寧晚禾，收穫亦在秋秒，與我鄉同。其米煮飯甚黏，搗粉作漿，用以裱畫，經數十年不脱。各鄉不栽麥，無麵，夏月水粉，亦搗米爲之，與吴中豆粉相似。民俗不用醬，間有造醬者，亦以米粉代麵，號爲米醬，味殊不鮮。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二《養生部二・麪食制》 凡磨小麥，先擇潔而釋之，暴微潤而磨之。若太燥則麪麤，太潤則難磨也。麪曰玉塵。

雞麪　晉有不托之名。

割取越雞稚而肥者，掃潔，去内臟并頭足，和膚肉髓骨擣糜爛，以絹囊盛，作沸湯入濯。膏腴勻，麪中用餅。音勃軸開薄，轉摺，細切爲縷。又作沸湯煮熟，復投冷水中漉出，從意澆之以韲以芥辣，禮曰芥醬或合湯以瀹之。凡麪中用餅，用緑豆粉。越雞，莊子注曰小雞也。

韲湯

一用切肥豬肉爲膾，水煮加醬醋，施椒、葱白、縮砂仁調和。《内則》注曰：細切曰膾。《本草》曰：葱能殺魚肉毒，食品所不可闕也。又曰：施椒殺蟲魚毒。後做此。

一用熬熟油取鴨子調勻，細灑於内，加醬醋，施椒、縮砂仁、葱白調和。

一用煮雞鵝肥汁，加胡椒，施椒、醬油、葱白，少醋，調和，切取肉爲膾，置麪上。

一用大蟹煮熟取汁，加胡椒、花椒、醬、醋、葱白調和，解取黄肉置麪上。凡下醬時，必俟其沸過乃動。後做此。

鰕麪

取生鰕擣汁，濾去滓，和麪。軸開薄，摺之，細切如縷。餘同前制。其滓投雞鵝汁中，濾潔，調和爲湯。

雞鵝汁中，濾潔，調和爲湯。

雞子麪

取雞子同水調，混黄白和麪，軸開薄，用摺而切，如細縷。餘同前制。

豆麪三制

一黄荳磨細麪，勻於小麥麪中。凡麥麪一斗，豆麪二升，取清水沸湯相半和之。軸開薄，摺而切爲縷，餘同前制。

一以豆腐揉入。一煮黑豆，取濃汁和入，曰紫不托。以小麥七升，小豌豆一升，同磨爲麪，甚滑。

菜蔬麪

白菜蔬切片，水中煮熟，漉起。每斤灑以鉛粉一錢，復煮糜爛，擣和麪中，軸薄摺，切之如縷。每一斤對麪一斤，餘同前制。《本草》云研如泥，制麪作餺飥佳。餺飥音博拓。

槐葉麪杜子美、蘇子瞻皆有槐葉冷淘詩。

取稚槐葉，擣自然汁勻麪。軸開薄，摺之，細切如縷，投猛火湯中煮熟。餘同前制。

山藥麪

山藥蒸，去皮切，置日中暴乾，挼爲粉篩細。每二升加小麥麪四升，調密水和之。軸開薄，疊摺而切如縷。餘同前制。用蜜去葱，後做此。以上細切者，或以筒漉之。漉，子入切。

摚昌也切。麪

用少鹽入水和麪，一斤爲率。既勻，沃香油少許，夏月以油單紙微覆一時，冬月則覆一宿。餘分切如巨擘，漸以兩手摚長，纏絡於直指、將指、無名指間，爲細條。先作沸湯，隨摚隨煮，視其熟而浮者，先取之。韲湯同煎制。油單紙，湯泡去油氣。

索麪黄山谷詩云：湯餅一杯銀線亂。

用麪調鹽水爲小劑，沃之以油，纏之於架，而漸移架孔，垂長細縷。先用水煮去鹽，復以前制韲湯，調瀹之。暴燥漸用。

細棊子麪

用麪取鹽水和劑，軸之開薄，切如細棊子，以篩隔之，再切，再隔之，末者簸去。湯中煮熟，連湯杓於器内，旋轉漉起。以肥雞肉，或肥豬肉，切小細膾煮，加

醬、醋、胡椒、花椒、葱、調和爲齏湯。暴燥，留取漸用。

玲瓏麪二制

一取羊冷脂肪細切，勻於乾麪内，冷水和劑，軸開薄，切闊條，内湯中，加醬醋、花椒、葱白、酸齏調和。一取鮮乳餅切細勻之。

餛飩二制

一取鹽水，或乳餅、雞子勻麪，軸開薄，切方小片，内之，以餡，斜摺爲兜，抵其尖而緘有露緣，則剪齊湯中煮浮熟，漉起，以冷水淋清，底以油潤，復蒸。有宜以甘草葱醋調和湯深渝。有宜以油煎。一水淋清，以麪片，每置十數杯。雞鵝膏鹽花椒葱白，括其緣，復入湯煮用。

一用肥豬肉，去肌骨，微煨，徐鹽切。《黄氏日抄》云：煮而未熟爲煨。切醢若米同丫鰿魚地青魚鯧魚石首魚或鱖魚鱯魚鱸魚烏魚，去骨細切，或解熟蟹肉，或脱鮮蝦肉，雜之。加醬、胡椒、花椒、葱白，和爲餡。凡腥餡不宜入縮砂仁。後多倣此。倪雲林云用縮砂仁作暖氣

一用肥雞肉，去骨微煨，兼野雞肉，加去皮胡桃、松、榛仁及胡椒、花椒、葱、醬和爲餡。

一用鮮乳餅加罌粟米屑、葱白、坋花椒、縮砂仁、鹽勻之爲餡。

一用竹笋芼熟，加醬、熟油、花椒、胡椒、縮砂仁、葱等，葅之爲餡。凡菠稜菜、薺菜、紫藤花、金雀花，宜芼熟，凡茭白、胡蘿蔔、藕、瓠宜生。皆用炒熟芝麻、天花菜、麻菇之屬，皆宜爲餡。

包子方言饅膹

用麪水和爲小劑，軸甚薄，置之以餡，細蹙其緣，束其腰而仰露其顛，底下少沃以油，甑中蒸熟。常以水潤其緣，不使麪生。餡同餛飩制。宜薑醋。□膾音腦詳，熟食之肥者。

湯角

用沸湯和麪，生麪爲皮，勻爲小劑，内餡，以緣緘密，置甑中烝。常灑水則柔。或湯煮瀹之。餡同餛飩制。亦宜熟油和鹽麪爲餡。

饅頭稗官小説云：諸葛武侯雜用羊豕之肉，裹之以麪，以象人頭祀神。後人由此效而爲之，有饅頭之名。六制。

用醇酵和麪，揉甚勻，幹劑，内餡，緘密之。先用荷葉或生芭蕉葉箪籠間，蒸熟，布齊，置緩火中蒸，微温取下。俟酵肥，復置鍋上速火一蒸，視不粘已熟，遂逐枚移動也。其制作圓而高起者曰饅頭，低下者曰餅。低而切其緣，細析爲小瓣者，曰菊花餅麪。中以醇酵調之，以少蜜緘而開其頭，曰棗駝臍。長曰繭，斜曰桃。

酵二制

一白酒中調乾麪於内，俟味老烈用之。

一煮糯米飯加白酒醅於内，俟味老烈用之。若用速，加乾麪少許，易於老烈。夏月易熟，不須暖處。冬月則必置煖室辰砂側，酌量加以生酒藥二三丸。此酵爲勝，不宜離水。

腥餡調和同餛飩制，肉用切麤，醢如大荳。二制

一肥豬肉去肌骨微煨，惟宜同生竹笋。

一羊惟熟脂肪雜以韭，綿羊尾亦宜。

素餡五制

一菠稜菜、薺菜、竹笋芼熟，沸乾，細切爲葅，及炒熟芝麻、熟香油，或松仁油、杏仁油、花椒、葱白、醬、胡椒、縮砂仁少許，調和。或同餛飩後一餡。

一芥子湛潔，碾糜爛，同鹽和芼熟白菜葅。

一胡桃、松、榛仁退皮細切，同白砂餳多，煮熟糯米飯少許。

一熟香油和鹽、麪、赤砂餳。

一赤豆或豇豆芼糜爛，入竹器中水洗去皮，取絹囊盛砂去水，鍋中炒燥，加蜜或赤砂餳復炒，乾濕得所視，所宜加玫瑰音枚壞音、薔薇膏、桂花膏、餳香，合香頭少許，皆妙。有廣餳，有閩餳，有撫餳。

蒸捲三制

一用酵和麪，軸開薄，同花椒、鹽、乾麪捲之，分切小段，俟酵肥蒸。一以酵和赤砂餳，或蜜，勻麪爲捲，蒸。一用酵和麪，捲甜肥棗子蒸。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二《養生部二・麪食制》 薄餅二制

一用麪漸入水，旋調稠靯，熱鍋少滑以油，澆麪爲薄餅，用熟醃肥豬肉、肥雞鴨肉切條膾，及青蒜、白蘿蔔、胡蘿蔔、胡荽、醬瓜、茄瓠，切條葅，同捲之。一用生熟水和麪，幹開薄，熯熟，即以冷水淋過捲之，有以殽蔌同用。凡用生熟水，七分沸湯，三分冷水。後倣此。

蒸餅

用酵和麪，幹爲圓薄餅，少潤以油，疊數層。俟酵肥，蒸熟，層揭之，捲同薄餅。以八寶等葅加肉條膾，尤美。

春餅

用湯和麪，加乾麪，揉小劑，幹甚薄餅。簽盤上急翻熟，鹽水勻灑，濕新布覆之，捲同薄餅。

蕎餅

用蕎麥水漬柔，和水輕磨，去殼囊，洗滓盡，以所墊音店麪調小麥麪少許，澆薄餅，如前捲餡。

油烙捲三制

一用澆薄餅或春餅，將前料物捲摺粘之，少油內烙。一用鹽蜜生熟水和麪，幹薄餅，油中烙，塗以蜜餳散以細切。去皮胡桃榛松仁捲食。酥揉麪中亦宜。

油煎捲三制

一用春餅置饅頭餡或餛飩餡，視所宜。或豬脂肪捲摺粘之，在多油內煎燥。一用黃雀腦麹細斫，椒醬調和入腹染，調麪油煎羊熟肥腸椒醬先煮，調和，再染麪煎。

新韭餅

用生熟水和麪，幹開薄。取豬肉先婦，細切醢。新韭細切葅，坋花椒、胡椒屑、葱白、醬勻和入內，鎖之。再餘餅熱鍋中熯熟。

脂肪餅三制

一用生熟水和麪，幹開，取豬脂肪細切，鹽少許和納，鎖爲小劑，再幹成薄餅，熱鍋熯之。一以脂肪、鹽同生熟水并揉厚餅，切塊熯之。一細切脂肪，乾麪爲餡，將生熟水和麪，鎖緣爲餅，熯之。後二制，以雞鵝膏，豬脂肪烝化，亦佳。

千層餅二制

一用生熟水和麪，幹開薄，或布雞鵝膏，或布細切豬脂肪，同鹽花椒少許，厚摻乾麪捲之，直捺數轉，按平，幹爲餅。一用直捺數轉，復以生熟水和麪爲外皮，括於內，幹餅，俱熱鍋熯熟。

薄焦餅

用水和麪，加生芝麻於內，揉小劑，幹甚薄餅，熱鍋熯燥熟。有和以花椒鹽、熟油、赤砂餳，擣去皮胡桃仁，皆宜。

回回煎餅

用麪和酵，俟肥再加酵，調成稠醬，杓入鐵爐內，煉火慢烘，熟切條段，乘熱以酥蜜或松仁油、杏仁油染之。

酥皮角兒

用麪以油水少鹽和爲小劑，幹開，納前餛飩腥餡素餡，或熟油鹽調乾麪而縫其緣，油煎之。

蜜透角兒

用麪以生熟水和，幹小劑，內去皮胡桃榛松仁，或餳蜜豆沙，縫其緣，油煎。乘熱以蜜染透。

熯餅三制

一用酵和麪，加油鹽爲餅，先熯。再以小石在鍋炒熱，藏餅於中煨熟。一以白酒同水和麪爲餅，熱鍋熯熟。一用煮鵝雞汁和麪爲餅，熯熟。俱可括餡，或餛飩腥餡、素餡，或餳麪、熟油鹽麪。

燒餅

用酵和麪，緘豆沙或餳麪。幹餅，潤以水，染以熟芝麻，俟酵肥，貼烘爐上自熟。

餳酥餅今曰勝逐州

凡麪一斤炒香熟，有以綿紙藉甑底蒸熟，和白砂餳三兩，烝熟油少水勻麪，或加松仁油、杏仁油少許，燥濕相停範小餅，置拖爐上爆音博。至餳鎔。

蜜酥餅三制

一用綿紙藉甑底蒸麪熟，和以蜜酥爲皮緘。退皮胡桃仁、熟栗肉、去皮棗肉，細切，同蜜爲餡，置鏊盤上烘。一用熟香油酥、白砂餳、熟蜜各四兩，酵麪四兩，白麪二斤，坋縮砂仁、施椒各五錢，和範爲餅，入鏊盤慢火烘。一用油烝熟，先入蜜或赤砂餳調，又入麪慢火調靦，加松仁，幹厚餅切用，即回回食。

酥油餅即髓餅

用麪五斤爲則，芝麻油或菜油一斤，或加松仁油，或杏仁油少許，同水和麪爲外皮，納油和麪爲餡，以手揉摺二三轉，又納蜜和麪或餳和麪爲餡，鎮之。幹餅，置拖爐上熟。

蜜和餅

用麪炒香熟，羅細，乘熱和蜜及少湯，同碾去皮胡桃榛松仁範爲餅。

餳麪餅三制

一用麪取然炭灰淋熱鹼水，同赤砂餳和爲小劑，緘以餳麪餡，範爲天花餅，置拖爐上熟。一緘油麪餡，幹薄，染以熟芝麻，置拖爐上熟爲薄脆。一爲餅，置

拖爐上熟，餹潤之，厚積餹炒麪、薄荷末、餹香爲堆沙。以熟餹餅磨屑積之，味淡。

復爐餅

用胡桃仁退皮擣糜爛，和蜜熟酥油，餅爲小團，別以油水和麪，苴於外，榦餅，復入爐烘熟。

香露餅二制

一用麪一斤爲率，以綿紙藉甑底蒸過，取油水蜜相停調勻，榦薄。餅取緑豆粉爲餖飣。細攢撋兒，將槌研圓置滾油内煎起，潤蜜，碾松子仁於上。一用水小粉再湛潔二斤，同白砂餹、熟蜜各四兩，入鍋慢火調煎至濃，加香熟油四兩，再調煎極稠，碾去皮胡桃松仁，和之爲厚餅，冷定，切小塊，摻以餹香少許，即回回曰哈哩哇。

一捻酥

同酥油餅。油水和麪，榦小劑，又以油和麪，同鹽、花椒末爲餡，鎖之。手範爲一指形，置拖爐上熟。

透餹三制

一用香油、水、赤砂餹和麪，切小條塊，置熱油中煎熟，入餹炒麪中，粘之於上者。一用鍋中熬熱油，調赤砂餹，炒麪粘之者。一爲丸入油煎熟，染以赤砂餹，粘以熟芝麻，曰歡喜團者。

香花

用麪蒸熟或炒，每一斤坋薄荷葉三兩，白砂餹三兩，熟水調蜜和之，範爲餅。

松花

同香花制。坋縮砂仁一兩，薄荷葉一兩，外摻餹香少許。

餹花

用拖爐餹餅，復碾爲麤末，熬赤砂餹和之，摻以餹香、薄荷坋，範爲餅。

芝麻葉

用麪同生芝麻、水和，榦開薄，切小條子，中通一道，屈其頭於内而伸之，投熱油内煎燥。

豬耳

用水和麪，榦開薄，切爲三緣，以兩緣總之，入熱油中煎燥，潤以赤砂餹，摻以熟芝麻及少薄荷坋，或炒餹麪。

巧花兒

用蜜油水或餹油水和麪，手範爲雜花形，置沸油中煎燥。

饊子

用油、水同鹽少許和麪，揉匀，切如棊子形，以油潤浴，中開一穴通，兩手搓倉何切作細條，總絡數週，取蔗竹兩莖貫内，置沸油中，或摺之，或紐之，煎燥熟。亦有和赤砂餹者，以蜜者。有用麪搶條煎。

凡制麪物，須用調和折衷，手法純熟，火候緩急，無不合宜，乃得精妙也。東晳《餅賦》春用饅頭，夏用薄持，秋用起溲，冬用湯餅，四時皆宜牢丸。予考凡以麪爲食具者，皆得謂之餅，故火燒而食者，呼爲燒餅。水瀹而食者，呼爲湯餅。籠蒸而食者，呼爲籠餅，而饅頭謂之籠餅。今予名之者，乃家造而方言耳。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二《養生部二・麪食制》

餻五經無餻字，故劉禹錫不題餻，即古餌也，乃米粉爲之。二制。

一取酵和麪，染五色，相間疊之，上積豆砂、栗絲、薑絲、炒熟芝麻，或調緑豆粉和餛飩餡。俟酵肥，甑蒸。每疊勻染酵水則粘。一取酵和麪，加餹或蜜，及白者相間以疊，疊中用熟栗、棗子退皮、胡桃仁蒸，用刀界之。顏色用胭脂、紅麴、薑黄，梔子、菜汁墨，後多倣此。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二《養生部・粉食制》

粉者，屑米之謂也。凡粉皆用稻米，而黍稷之米雖佳，不若稻米尤精美也。

水磨丸

取精御糯米湛潔之，水漬之，同水磨細，以絹囊取其渣滓，復以囊括其絶細粗音莘瀝，微乾。緘爲丸。餡用白砂餹去皮胡桃、榛、松仁，或蜜餹、豆砂，投沸湯中熟。

水浮丸

白糯米湛潔，漬柔，又以芋魁去皮，在鑷器中研糜爛。米芋相半雜，水磨細，絹囊取渣滓，復括囊，瀝其絶細粗，至微乾。擣去皮胡桃仁，溲爲丸，水煮自浮。加餹或蜜。山藥可依爲之。

小裹金丸三制

一漸白糯米碓取，重篩絶細粉，水發之爲小丸。一取乾豆沙，以餹蜜先發爲小顆，或釀餹小顆。將乾粉漸加水發，積染於外爲小丸。一以板刻槽，用湯溲粉嵌於中，復緘豆沙於内，刀背切開，手規爲小丸，水煮。

圖《本心齋蔬食譜》曰水團。

白糯米湛潔，眼乾，磨絶細，湯溲之，内餡，括其緣爲團。入湯煮浮熟，或蒸

熟。餡同麪食制餛飩腥素，或赤砂餳。元旦上壽喜慶之宴則書吉語，裁竹本小簽置于中，以爲利市。

餈《楚辭》曰餌。五制。

一用精御秔米一斗，有雜糯米一升，湛潔，漬肥，瀝乾。重磨，篩絶細粉，或碓，復暴之。加白砂餳，或蜜，或赤砂餳。又磨碓，又篩濯濕布單籠底，再輕篩於籠中。隨欲大小界爲條塊，蒸熟。有以顔料爲五色，間之紙，藉煉火上炙燥，藏可經歲。每米一斗，餳宜四斤，蜜二斤，有和。切豬脂肪不宜炙。一用炙燥餈，再磨篩粉，潤以水蜜，視前蒸之者。一用餳溲粉，雜退皮松仁、胡桃仁、熟栗肉、棗肉、熟赤豆，同漸輕，布甑中蒸熟；衣以濕布手揉實爲堺者。一有疊顔色而壓爲花形，再衣濕布揉者。一有底粉揉實而面積餳蜜、豆沙者。今皆名之曰餈，揉者宜油煎。前二制，各和薄荷、縮砂仁、橙皮末、餳香、蒨粉，爲五味。

餅形低下而平圓者，方俗曰太平圓。

湛潔白秔米五升，白糯米一升，淅肥，瀝去水，碓細粉，湯溲，甑中蒸熟。鎖碎碾熟芝麻，白砂餳餡。餡中或加松仁油、杏仁油少許，範爲餅，熱鍋內熯，餳鎔爲度。春爲緑色，擣蒸麥汁加石灰少許，旋調精沫，掠熱鍋中，溲米粉也。

乳粉餅

凡白糯米細粉八合，白秔米細粉二合，揉勻。鮮牛乳餅半斤爲小餅，內鑽以白砂餳，去皮胡桃榛松仁。或蒸或煮之。

油餡音堆。二制。

一用碓細白糯米粉，湯溲之，鎖以餳蜜豆沙爲小餡，油中煎熟。一用山藥劑去皮，擣粉，內鎖以鮮乳餅，油煎。

油虛薊《歲時雜記》：人日，京師貴家造探官薊。

粽形制不一，古名角黍。

用精鑿糯米，湛潔之，候微乾，摘蘆葉煮熟，捲米，中藏蜜餳豆沙，或豬肉醢料，或肥棗，或去皮胡桃榛松仁、白砂餳，又轉摺成角，必緊束堅實，入鍋煮熟。宜蜜宜餳。茭葉同制。

餈許愼曰餈，稻餅也，炊米爛擣之也。本心齋曰玉磚，炊餅方切也。二制。

一用白秔、糯米相半，湯中煮，少熟取起，別入鍋，以鉢器密覆，煮一時，就於鍋中旋調稠韌，取起。加研碎炒熟芝麻，同鹽少許摻之，幹開界之。一用白糯米煮飯，臼中擣爛，乾則少灑以水，幹開，方切以片，粘則潤以熟油，暴之使燥。復切入鍋炒，加餳或鹽。

風消餳

白糯米五升爲率，磨細粉，先取多半，雜餳水或錫溲爲厚餅。每飯中通一穴，入豆萁灰淋水中，煮過熟，漉起後，以少半生粉漸揉和，帶稍堅，幹薄小餅，暴之使燥，置沸油內，以箸挾其緣，聚而取之，用餳炒麪摻。

甘露餅

用精御糯米，磨絶細，以蜜水溲團，蒸熟，切小顆。生粉爲餖，幹薄，暴燥，置沸油中煎燥。染松仁油，或杏仁油，取白砂餳和薄荷葉坋摻之。

芙蓉葉

用白糯米磨細粉，蜜和薄酒溲粉，蒸熟，以生粉爲餖，幹薄片，摺切。範芙蓉葉狀，暴燥，置沸油內煎熟，摻以砂餳、麪餳香少許。

玉茭白

用白糯米粉一升，乾山藥坋半升，芋魁劖去皮，擣糜爛，和水濾取汁，溲二物。揉實，長若茭白，暴燥。取香油一斤，蜜一斤，同煎肥。復以蜜染，取炒熟芝麻衣之。

骨髓餅

用白糯米粉五升，牛骨髓半斤，白砂餳半斤，酥四兩，沸湯溲爲餅，鐵鍋中熯熟。

山藥餈

山藥蒸熟，去皮切片，暴燥磨細。計六升白糯米新起，漸碓粉計四升，白沙餳二斤，蜜水溲之。復碓篩甑中，隨界之。粉熟爲度，宜火炙。

蓮蒻餈

乾蓮蒻去薹，細切，暴燥，磨末。同山藥餈制。

茭餈

乾茭擣去殼，磨細末。同山藥餈制。其末範餅，別用蒸熟。

栗餈

栗實炒熟，去殼擣爛，暴燥，磨細末。同山藥餈制。白砂餳用半斤。松黃餈《韻府》云：松花名松黃，服之輕身。

松黃六升，白糯米絶細粉四升，白砂餹一斤，蜜一斤，少水溲和，復碓之，篩之甑中，界之，蒸至粉熟爲度。

炒米餈南粤以方切者爲餹方。

用白糯米炊飯，湛清，暴燥。乾沙中炒虛圓，雜炒芝麻，以赤砂餹和餳，置熱鍋中溲勻，取起揉實，俟冷，切爲片，或乘熱手規之爲歡喜團。煎蘇木水，染飯，暴燥，炒爲紅米。

米糰音爛。謝肇淛曰：米線。二制。

一秔米湛潔，碓篩絶細粉，湯溲稍堅，置鍋中煮熟。雜生粉少半，幹使開薄摺，切細條，暴燥。入肥汁中煮，以胡椒、施椒、醬油、葱調和。一粉中和米漿爲糰，揉和索，緑豆粉入湯釜中取起。

二粉片

每白糯米粉一升，黄大豆粉二升，湯溲之，揉實，切爲厚片，入肥肉汁中煮，加椒醬酸韲調和。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・雜造制》 松黄餅

用熟蜜、白砂餹，隔湯頓熱，漸和松黄、範爲小餅。

蒲黄餅《本草》云：市廛間以蜜溲作果食貨賣，甚益小兒。

摘新蒲黄，同松黄、山藥、蓮的、芡栗、菱藕、荸薺等粉，宜同制，範之爲餅。

雪花餅

用緑豆粉炒熟二斤，柿霜八兩，薄荷坋四兩，縮砂仁坋一兩，煉蜜和之，範爲小餅。

緑豆粉餈

先用水作沸湯，下熟蜜，下緑豆粉，下葸粉，調適均滑，器潤酥油盛之，脱下，刀裁開，以酥油澆。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・雜造制》 蕨粉　葛粉

蕨粉，作沸湯溲之，緘餹蜜豆沙，或豬魚肉醢爲餅，蒸熟。葛粉同。

麪筋

用小麥白麪十六斤，鹽四兩，温水和帶軟，候水脈停。當少時，入冷水一桶，從慢至緊捺洗濁，則易水已成麪筋，苴箸中置籠上蒸。有用麥麪同制，惟先宜揉韌，水中停麪，絹濾潔，即小粉也。

紅花子膏

釋去浮者，曰内擣碎，入湯浥汁更擣，更煎汁，鍋内沸入醋點，絹挹之。似肥肉，入素食極珍美。

緑豆粉

緑豆湛潔之，漬捼去皮，同水磨細，以絹囊洗去，但取細者，加原粉酸漿點定成粉。又以囊瀝水乾用。豌豆亦可爲，有三制

無錫雪花餅

揀小麥淘净篩簸訖，以少水潤濕，入臼舂去黄皮，然後上磨，故其麪雪花無比。一以猪脂切作骰子塊，用少水鍋内熬鎔，逐旋舀出，未盡者再熬再舀，如此，則油白，若熬久則不白矣。以此油和麪爲餅面。一以好沙糖和麪爲餅中餡子。右件做成餅子，略放草灰在熬盤上，以紙隔之，置餅在上，熯熟爲度。

韭餅

帶膘猪肉切作燥子，乾炒過，生韭切碎，椒醬同拌匀。幹小薄餅，餡兩箇夾，熯熟旋供。

捲煎餅

白麪二斤半，冷水和成硬劑，摍搜極匀，旋旋添水調作稀稠，得所麪汁量傾在熬盤上，以油攤爲薄餅。餡子，用羊肉二斤半，脂一斤，碎切。生薑一兩，橘皮一兩，片鹽一合，葱油炒右伴，拌餡訖。炒熟以前，攤下薄餅，鋪開裝上餡子，捲作一條子，用麪佳。再以浮油煎令焦紅色，薑醋汁入搶細胡桃松子仁，澆供。

打餅三日五日尚軟

和麪時，入鹽蜜各少許，在内可留三五日，永不硬。

馬腦糕

沙餹三斤半，白麪二斤，桃肉十兩。先用餹一斤半，水半盞和麪炒熟，次用餹二斤，水一盞，鎔開入前麪。

又方

木犀花斤半，孩茶一斤，芽茶三兩，荳蔻三錢，甘草末三錢，辰砂二錢，腦麝皆不用。右製造如前。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二一《尊生部九·粉部》 冷團

冷團須用豆粉爲絳，濃餹粉細方好。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二一《尊生部九·粉部》 水團

用白糯米或三五升，或一斗，浸一宿，帶水磨下，以大匾盛灰，上用净布攤蓋，以糯米粉置於上，濾出水，如少粉撲，然後以手攪成塊，或用肉，或用菜爲餡，丸如圓眼大，或彈子、鴨子大，滾湯下之，以熟爲度。

熯餲子

水一盞，小盆合在鍋底，四向放餲子，匾蓋熯之，如水燒乾，再添水，餲子不致焦，又易熟。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二一《尊生部九·飯部豆附》 治飯不餿

見生菟菜，鋪蓋飯上，則飯不作餿氣。

炒萁豆

清酒糟和水浸豆一宿，漉起眼略乾，慢火炒，既大而脆，不必用沙也。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二一《尊生部九·粥部》 餹白粥

上色，白粳米隔夜淘净白，沸湯中逐旋撒米下去，一邊攪，一邊撒，如此方勻。不上清下矸，須入礦灰少許，稻葉少許。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 雀麥，《本草》：一名燕麥，一名薊，生於荒野林下，今處處有之。苗似燕麥而又細弱，結穗像麥穗而極細小，每穗又分作小又穗十數個。子甚細小，味甘性平無毒，採子舂去皮，搗作麵，蒸食作餅食亦可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 燕麥，田野處處有之，其留似麥攔孛但細弱葉亦瘦細抪莖而生。結細長穗，其麥粒極細小，味甘，採子舂去皮，搗磨爲麵食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 稗子，有二種，水稗生水田邊，旱稗生田野中，今皆處處有之。苗葉似槮子葉色深緑脚業頗帶紫色稍頭出匾穗結子如黍粒大，茶褐色，味微苦，性微温。採子搗米，煮粥食蒸食尤佳，或磨作麵食皆可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 瓜婁根，俗名天花粉，《本草》有括婁實，一名地樓，一名果蠃，一名天瓜，一名澤姑，一名黄瓜，生弘農川谷及山陰地，今處處有之。入土深者良，生鹵地有毒。《詩》所謂果蓏之實是也。根亦名曰藥，大者細如手臂，皮黄肉白，苗引藤蔓，葉似甜，入葉而作花。義有細毛，開花似葫蘆花，淡黄色，安在花下大如拳。生青熟黄，根味苦性寒無毒。枸杞爲之使惡，乾姜畏，牛膝乾膝反烏頭。採根削皮至白處，寸切之，水浸，一日一次換水浸，經四五日取出，爛搗研，以絹袋盛之，澄濾，令極細如粉，或將根曬乾，搗爲麵，水浸澄，漉一十餘遍，使極膩如粉，或爲燒餅，或作煎餅，切細麵，皆可食。採括婁根熬煮食極甘。取子炒乾搗爛，用水煎油用亦可。

木增《雲邁淡墨》卷三《神仙富貴》 煮术與菖蒲暴爲末，每一斤，用蒸山藥末三斤，煉蜜水調入麪作餅，暴收，候客至，蒸食餘切，亦可羹。章簡公詩云：术薦神仙餅，菖蒲富貴花。

木，今黑飯草，即青精也。采枝葉搗汁，浸米蒸飯暴乾，堅而碧色，久服益顏。延算仙人又有青精石飯，世未知石爲何也。按：《本草》用赤石脂三斤，青粱米一斗，水浸越三日，搗爲丸，如李大，日服三丸可不飢，是知石即石脂也。二法皆有據，第以山居供客則當用前法，如欲効子房辟穀，當用後法。每讀杜詩，既曰豈無青精飯，令我顏色好。又曰李侯金閨彦，脫身事幽討。當時才名如杜李，可謂切于愛君憂國矣。天乃不使之壯年以行其志，而使之俱有青精瑶草之思，惜哉。

劉廷璣《在園雜志》卷一　東坡云：謫居黄州五年，今日北行，岸上聞驟馱鐸聲，意亦欣然。鐸聲何足欣，蓋久不聞，而今得聞也。昌黎詩：照壁喜見蝎。蝎無可喜，蓋久不見而今得見也。予由浙東觀察副使奉命引見，渡黄河，至王家營，見草棚下挂油煠鬼數枚，製以鹽水合麵，扭作兩肢如粗繩，長五六寸，于熱油中煠成黄色，味頗佳，俗名油煠鬼。予即於馬上取一枚啖之，路人及同行者無不匿笑，意以如此鞍馬儀從，而乃自取自啖此物耶。殊不知予離京城赴浙省，今十七年矣。一見河北風味，不覺狂喜，不能自持，似與韓蘇二公之意暗合也。

丁其譽《壽世秘典》卷一《月覽・歲時通典》　立春日，薦春餅生菜，號春盤。《四時寶鏡》造五辛盤以辟厲氣。五辛即大蒜、小蒜、韭、蓇蓉、胡荽也。一説簽葱、韭、薑、芥、蒜細縷如絲，雜和食之，謂之五辛盤。取迎新之意。亦以達五臟氣。杜詩：春日春盤細生菜。是也。東晉李鄂立春日，以蘆菔芹芽爲菜盤，相餽遺。

丁其譽《壽世秘典》卷一《月覽・歲時通典》　漢宫，春月上巳，出池邊盥濯，食蓬餌以祓邪氣。《西京雜記》蓬俗名鼠麴草，一名鼠麹，一名鼠耳，一名絲蓬，一名蓲蓬，一名蓲蒿，一名茸蒿，一名白蒿，一名狗娃蒿，一名蒌蒿，一名蓬蒿，一名抱娘蒿，一名蒿子，一名蒿草，一名蒿菜，一名蒿芽，一名蒿花，一名蒿苗，一名蒿筍，一名蒿葉，一名蒿莖，一名蒿根，一名蒿實，一名蒿種

補陽粥。治老人虛損羸瘦，陽氣乏之弱。

雀五隻如常治淨，先炒熟，酒煮少時，入水，和粟米葱白五味作粥食。宜正月以前，十月以後食之，取其陰陽靜定未洩也。

又法

黃雌雞一隻，如常治淨，煮爛，和粳米葱白五味，空心常食，取效。

丁其譽《壽世秘典》卷二《調攝・保生月録》 餛飩方，即扁食也。治老人氣弱痿瘦。

黃雌雞肉下醬椒葱白調和，作餛飩，煮熟，空心食之，日一次，益臟腑悦顔色。

丁其譽《壽世秘典》卷二《調攝・保生月録》 煮黑豆方

製何首烏五錢。當歸三錢。槐角四錢。枸杞三錢。骨碎補三錢。蛇牀子三錢。破故紙二錢。肉蓯蓉製二錢。遠志肉三錢。沙苑蒺藜三錢。甘菊二錢。生地三錢。天門冬三錢。杜仲三錢。官桂二錢。南五加皮三錢。青皮二錢。牛膝四錢。青鹽二兩。

以上諸藥用砂鍋煎熬，瀝汁渣再煎，瀝汁，將馬料豆三升，擇細而圓者同汁入砂鍋中，没水爲度，煮乾不可焦枯，向日曬燥。每日于飢時，細嚼百粒，同津嚥下，不拘幾次。百日之後，功效自見。

丁其譽《壽世秘典》卷五《集方・簡要良方》 麪炒焦黃，空心白湯調服一二匙。《集驗方》

丁其譽《壽世秘典》卷五《集方・簡要良方》 黃米炒作粉，每用數匙，沙糖拌食。《簡便方》

丁其譽《壽世秘典》卷五《集方・簡要良方》 糯米一升，水浸一宿，瀝乾，炒熟，磨篩，入懷山藥末一兩，每日清晨，用半盞入白沙糖、胡椒末少許，白湯調食。《松窗經驗方》

李肇亨《清異續録・饌羞》 纓珞粥，高峰妙禪師住天目獅子峰，雲深磴絶，人跡罕至，敲甕作鐺，採苦菜和米煮之，用竹挑食充饑，謂之瓔珞。至今山中留爲故事。出《紫桃又綴》

潘永因編《宋稗類鈔》卷七《奢汰》 政和中，將作監買讜明仲，奉詔爲童貫治賜第於都城。【略】又令庖人持銀鐮竈，即廳之側燎火造包子。

王黼宅與一寺爲鄰。有一僧每日於黼宅旁溝中漉取流出雪色飯，洗淨曬乾，數年積成一囤。靖康城破，黼宅骨肉絶食，此僧即用所積乾飯，復用水浸蒸熟，送入黼宅，老幼賴之無饑。

方以智《通雅》卷四九《諺原》 酵，《通鑑》：起麪餅鴨腤。起麪餅亦謂卷餅。程大昌曰：起麪餅入教麪中，令書作酵。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》

陳飯再蒸不揭蓋，過夜暑亦不餿。馮應京曰：生菟菜鋪飯上，經宿不餿。

辟穀。《王禎農書》云：晉惠帝永寧二年，黃門侍郎劉景先奏，臣遇太白山隱民，傳濟饑方。用大黑豆五斗淘淨，三蒸之，去皮，以大麻子三斗浸一宿，亦三蒸之。口開取仁，各擣爲末，作團如拳，入甑再蒸。戌蒸寅出，正午暴乾末而服，飽不得食一切物。第一頓七日不饑，四頓則永不饑也。口渴即研大麻子湯飲之，若欲更食，用葵子三合，研煎冷服取下，藥如金色。任食諸物類方，用黑豆五斗，大麻子三升，蒸曬如前，但加糯米三升，作粥和餅，甑蒸一宿，乾末之。用紅棗五斗煮膏和塊，再蒸服之。渴飲黑芝麻水。左慈法：用大豆粒細者，手搓令光暖徹豆內。先日不食，以冷水頓服之。黃山谷法：用黑豆、貫衆各一升，煮熟，去貫衆曬乾，每日空心啖五七粒，食百草枝葉皆有味。肘後方：取白茅根曬乾搗末，水服。《枕中記》：茯苓辟穀，服三年，使鬼神。葛洪言：五萬日能立亡，日中無影，果肰乎。松脂茯苓辟穀方，即松梅丸。愚者家傳方，以牛乳製茯苓，可漸辟穀。《嵩高記》：用酒浸茯苓，和蜜服。梁勅，給陶隱居茯苓白蜜，即此意也。暄曰：西山歐陽僬服食秘法七方，與吞少餌地肥，俱可救荒。

麥餻。《鄴中記》：清明，杏酪薑粥，作乾粥，冷以凍汁加料切塊，曰寒酪。

女麴資。建昌呼女麴爲艾。采葉舂米作餈。按：女麴是茸母。《居家必用》曰：三日取鼠麴草汁，和粉，作龍舌糕，即鼠耳草也。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》

冬置煴側，或入生酒，紗別以離發者遜之。酵饅頭。醅麵俟老烈用之，或用糯醅，音腦詎言熟食之肥也。長曰蘗，斜曰桃。

洗麵筋法。麵十斤，鹽兩半，半温水和之，俟其發起。挼之挏之，牽開有筋，則入水洗之。可得半成。餘滓澄爲小粉。無鹽則無筋矣。市以麩爲之，入肥皂則不成。【略】

消麵餅。洪林曰：王承宣搗蘿蔔汁，溲麵作餅，甚易消化。

雪蒸餅。薄切塗蜜，或以油炙之，鋪紙上散火氣。或以油淬芋粉，以糖霜養之。楊誠齋曰：削成瓊葉片，嚼作雪花聲。千層曰蓑衣，薄者曰不托，北謂之饊饠。白下高座寺薄餅，乃熟湯和面烙不黃者，以溫蘭卷之。

煮麵。煮麵令湯清，北方用花鹼、南方用糖醋撮。切麵堅韌者，以雞卵白，或以綠豆粉。

吳景旭《歷代詩話》卷六八壬後集中之上《青飢飯》　張伯雨詩：白石資方青飢飯，洪厓借乘雪精糜。

吳旦生曰：陶隱居《登真訣》有乾石青精飢。飯，飢音。迅，謂飡也。其法，即南燭草木浸米蒸飯，暴乾，其色青如爍珠，食之可以延年却老。《神農本草·木部》有南燭枝葉，人服輕身，長年令人不饑，益顏色，取汁炊飯，名爲烏飯，又名黑飯。草在道書，謂之南燭草木，在《本草》，謂之南燭枝葉，蓋一物也。《神仙傳》：鄧伯元、王玄甫俱在霍山，服青精飯。又唐高宗命葉法善往江東造青飢飯。《瑣碎録》云：蜀人遇寒食日，採楊桐葉染飯，色青而有光，食之資陽氣，謂之楊桐飯，道家謂之青飢飯。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》　火米

《后山叢談》：蜀稻先蒸而後炒，謂之火米，可以久積，以地潤故也。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》　玉糝羹

《山家清供》東坡一夕與子由飲，槌蘆菔爛煮，不用他料，只研白米爲糝，名玉糝羹。食畢撫几曰：若非天竺之酥，人間決無此味。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》　寒具

宋林洪《山家清供》：晉桓玄喜陳書畫，客有食寒具者不濯手而執書，後不復食寒具。寒具者，即杜詩所云粔籹也。閩人寒食會媚以糯粉和麪，油煎，以糖食之，可留月餘，宜禁煙用也。

明按：《尚書》故寔，《雞跖集》皆以寒具爲環餅，俗又名饊餲，蓋以油麪爲之，或謂即今之饊子。宋人以爲寒食之具，非也。

田雯《苗俗記》八番　八番在定番州，服食居處與漢人同。其俗勞女逸男，婦人直頂作髻，業耕織，穫稻輪稭儲之。剉木作臼，臼椎塘。每臨炊，始取稻把入臼，手椿之。

方式濟《龍沙紀略・飲食》　三城之地，艾渾爲腴，產粟黍大小麥，默爾根產糜穄麥，卜魁土最瘠，惟產糜，糜似小米而黃，即稷也，關西謂之穄。夏秋間以未脱者入釜，淺湯熟嫂，暴以烈日，焙以炕火，礲而炊之，香軟可食，冬則生礲香稍減。

穬麥麪厚而粗，即燕麥也，其實下垂如鈴，又名鈴鐺麥。卜魁人曰：移鎮之初，此爲常飧，購糜不能盈石，價倍今之稻米，十年内始種糜，而鈴鐺麥從默爾根來，僅以飼牛馬，間取作粥，斗得粒三升，頗香滑，多食作氣。達呼哩貴之，以其易飽也。

稻米甚貴，販自瀋陽，用以待賓客、食病者。

三城並産蕎麥，甘香如雪，宜餻餅，中土所未得有。

方式濟《龍沙紀略・飲食》　菱六稜而小，産諾尼江，去皮乾之。

蕎麥麵更三四磨者，白如雪。

艾渾麥麵甘香，勝中土所産，作餅鬆美。

方式濟《龍沙紀略・物産》　老鎗穀，莖葉如雞冠，高丈許，實如栟櫚子，深赤色，取粒作粥香美。

姚碧《荒政輯要》卷五《煮賑規條》　一、被災貧民，已經賑糶兼施，自必均沾惠澤。獨有一種顛連無告之人，因年荒米貴，生計多艱，甚且朝不謀夕，奄奄待斃，地方官若不速急設法養活，必致餓莩載道，是何忍心！當酌設粥廠煮賑，以救其死，而延其生。所用錢糧，或動藩庫報部存公銀兩，或動在外閑款，或出殷户樂輸，均宜奏明辦理，事不宜遲也。

一、先將應賑人口通縣查明，得其確數，約應煮賑幾個月，需費幾何，便可籌款支用。若不先通盤計算，費用半途不繼，甚屬不妥，切勿冒昧從事。

一、煮賑應於城外及鄉鎮寬闊地面，設立廠座。每廠委官一員，吏書三四名，衙役數名，伙夫數名，并延請里中公正紳耆，或誠實親友，董理其事。每日督率夫役，及早煮粥。自辰至午，散給一次。不得遲延，致飢民枵腹等候；亦不得減少，致遠來之人，奔走急促，仍忍餓而去，中途瘐斃，殊堪憫惻也。

【略】

孫廷銓《顏山雜記》卷二《風土歲時》

孫廷銓《顏山雜記》卷二《風土歲時》　臘八作粥，投諸果餌食之。

寒食，作水漿推飯，經夏不竭，曰以涼水沃之，却暑病解劬勞。

六月六日，炒小麥作麪，和蜜食之，謂却熱除泄疾。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一六〇《器物門十三・囊》 囊飯。《雲笈七籤》：囊飯著高格，日中曝之，取令極燥，以藥漉乾飯。又以清酒合漉飯，令沿沿然，搥之爲丸。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七六《草木門一・稻》 稻飯。《急就篇》：棗杏瓜棟饘餔餬。注：饘之言散也，熬稻米飯使發散也。【略】

李心衡《金川瑣記》卷三《食饘粑》 番地無米穀，夷人日食饘粑。炒青稞磨粉，或用大麥、小麥、豌豆爲之，入牛乳酥少許，用手攪和，捻成團子。食畢，餂手及所用木鉢，以舌代盥洗。手黑如鬼，終身不浣。無碗筯亦無鹽醋諸物調劑，頭人偶或用鹽，然惜之如金。

李心衡《金川瑣記》卷三《食饘粑益人》 夷人惟日食饘粑一飯碗許，莫不强健多力。嘗仿其法爲之，和以酥油，調以蔗糖，亦尚適口。管理懋功屯務吴明府已食不輟，年五十餘矣，轉益精壯。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物産七・温州府》 觀音粉。崇禎《處州府志》：雲和山中有白潛泥，以水攪矾而取之，和糯米粉一半，蒸食之，可以療饑，名曰觀音粉。

郝玉麟等《福建通志》卷一〇《物産・福州府》 貨之屬：粉，磨緑豆爲之，長樂、福清俱出，然不及建寧者佳。

鄂爾泰、靖道謨等《貴州通志》卷七《風俗》 八番在定番州，衣服與漢人同。其俗女勞男逸，婦人直頂作髻，日出而耕，暮入而織。穫稻和稭儲之，刳木作臼曰椎塘。每臨炊，始取稻把入臼，手舂之。

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四五《風俗・時令》 一日夜不張燈十二日廚不動刀謂之鼠忌臨潼縣志都中每至正月十五日造麪蟹，以官位帖子卜官位高下，或賭筵宴以爲戲笑。《開元天寶遺事》【略】元宵，居民各立社會，宰猪羊，設香燭，張鼓樂，或廟或家以娱神。《興平縣志》元宵，用熟麪湯雜果菜，曰元宵茶。渭南縣志十五夜，用麪爲不托，名燈戔，注油燃燈，至十六日早作羹食之，示收燈也。《延綏鎮志》十五日蒸麪繭，蓋襲古卜蘭之遺。《同州志》

華希閔《廣事類賦》卷二《歲時部・寒食清明》 杏酪榆羹。《玉燭寶典》：今人煮麥粥，研杏仁爲酪，以錫沃之。儲光羲詩：杏酪漸香隣舍粥。韋應物詩：杏粥猶堪食，榆羹已稍煎。

華希閔《廣事類賦》卷二《歲時部・端午》 爭傳九子之粽。《風土記》：以菰葉聚精米，謂之角黍，俗云粽子有种種名。章簡公詩：九子粘蒲玉粽香。粉團爭射《開元遺事》：宮中端午造粉團、角黍貯盤中，以小角弓射之，中者得食。《歲時記》：作小團像五色人獻花果之狀，或加麝香精者，名滴粉團。

張宗法《三農紀》卷二《物産水利救濟・辟穀》 神農嘗草定性，有上品服食不飢之説，方書不載，涉在奇異，以爲神劑仙丹。木之可餌者，柏葉松脂。荄之可餌者，黄精、天冬、麥冬、萎蕤。皮之可餌者，榆瓤、桑白、木耳。是故搜辟飢之方，以爲意外不測之備。

計方：稻米一斗淘，天之百蒸百曬，一日食數粒，任意飲水。

瘦米法：米一斗，九蒸九曬，一斗止成二升，緩時造就，□□不虵，急時備用，一人能負二斗，可敵一石，此法簡易。

蠟米法：白米二升，洗净曬乾，用黄蠟四兩鎔化，將米入蠟内勻拌，毋令焦枯。每食一匙嚼之，三五日不飢。若欲食，得核桃一兩食而解之，禁食别味他物。

千金麵：麥麵二斤，石蜜一兩，茯苓一兩，乾薑、生薑、甘草、花椒，各一兩，共研，爲勻拌麵末，石蜜爲餅，入甑内蒸。○宿陰乾，爲細末收用。每食一匙，七日不飢。

辟穀方：芝麻去皮，紅棗去核，糯米各一升，共爲末，煉蜜爲丸，如彈子大。食一丸，可度一日飢。

斬草丹：芝麻炒，去皮三合，黑豆三合，炒去皮，白茯苓三兩去皮，甘草去皮二兩，生薑、貫衆各三兩，桃仁二十粒，杏仁一兩五錢去皮尖，半生半熟，其爲細末，任食其草。

煉豆方：墨豆一升，貫衆一斤剉如豆大，量水多少，同煮熟，去貫衆留豆，曬乾，日食五七粒，食草有味。

勞潼《救荒備覽》卷四《救荒本草》 李衛公行軍辟穀方

大黄荁（五斤，淘三遍，至極净，去皮爲末）、麻子仁（三斤，綿包用沸湯浸至冷，取垂井中一宿，勿令着水。次日曬干，新瓦撥出殼簸揚，取粒粒完整者，蒸三遍爲末）、白茯苓（六

兩)、糯米(五升)淘淨,與茯苓同蒸爲末。先將麻仁、糯米、茯苓共搗極爛,漸加豆米和勻,捏如拳大塊,復入甑蒸之。約三個時辰,冷定取出,曬干爲末。每用麻子汁調服,以飽爲度,不得喫一切諸物。第一頓一月不饑,第二頓四十九日不饑,第三頓百日不饑,第四頓一年不饑,第五頓千日不饑。永遠顏色日增,氣力加倍。如渴飲麻子汁或芝麻汁,滋潤臟腑。如欲喫飲食,用葵菜子三合爲末,煎湯冷定服之,下其藥。再服稀粥一二日,稠粥一二日,方可飲食。但服藥之後忌房事,愼之。

辟穀方

晉惠帝永寧二年,黃門侍郎劉景先過太白山,遇隱士,傳得此方。前知隨州朱頠教民用之有驗。序其首尾,勒石漢陽軍大別山太平興國寺。

大豆五斗,淘淨洗蒸三遍,去皮。又用大麻子三升,浸宿,漉[同濾]出蒸三遍,令口開。右二味先將豆搗爲末,麻子亦細搗,漸下豆同搗令勻,作團子如拳大。入甑內蒸,初更進火,蒸至夜半子時住,直至寅時出甑,午時曬干。搗爲末,干食之,以飽爲度,不得食一切物。第一頓得七日不饑,第二頓得四十九日不饑,第三頓得三百日不饑。不問老少,但依法服食,令人强壯,容貌不憔悴。如渴,研大麻子湯飲之,滋潤臟腑。若欲食別物,用葵子三合許,研末煎湯冷服,開導胃脘,以待冲和,取下其藥如金色。任食諸物,并無所損。

救荒丹

黑豆五升,洗淨蒸三遍,曬干,去皮爲末。火麻子三升,湯浸一宿,撈出曬干,用牛皮膠水拌曬,去皮淘淨,蒸三遍砧搗,漸次下黑豆末和勻,用糯米粥爲丸,如拳大,入甑蒸。從夜至子住火,至寅取出曬干,磁器內盛,蓋不令見風。每服三塊,但飽爲度,不得食一切物。第一頓七日不饑,第二頓四十九日不饑,第三頓百日不饑。容顏佳勝,更不憔悴。渴即研火麻子漿飲之,滋潤臟腑。若要重喫物,用葵子三合,杵碎煎湯飲,開通胃脘,再以薄粥飲數次,然後食則無礙矣。

辟穀方

黑豆五斗,淘淨蒸三遍,曬干去皮。秋麻子三升,温水浸一宿,去皮曬干,各爲細末。糯米三升煮粥,和前二味合搗爲團,如拳大。入甑蒸一宿,一更發火,蒸至寅時,日出方才取出。甑曬至日午令干,再搗爲末。用小棗五斗,煮去皮核,同前三味爲團,如拳大。再入甑中蒸一夜服之,以飽爲度。如渴,以淘麻子水飲之,滋潤臟腑。如無麻子汁,白湯亦可,不得別食他物。

辟穀方

黑豆半升,炒香去皮。芝麻半升炒熟。白茯苓四兩,管仲四兩。水洗淨,切碎爲末。糯米半升,炒熟爲末。每服三錢,日進三服,或水或湯送下。盛貯用青布囊。

普濟丹

歲荒饑衆,此方所費不多,一料可濟萬人,宜修合以濟世。

芝麻(一斗微炒黃)、黃荳、糯米(各一斗水淘蒸曬)、熟地(十斤)、黃耆(炙)、山藥(炒五斤)、白朮(三斤)、紅棗(十斤去皮核)爲末,搗棗肉,煉蜜丸,約五錢重,白湯下。

行路不饑丹

芝麻(一斤)、紅棗(煮熟去核一斤)、糯米(一斤)共爲末,以紅棗煮熟爲丸,或如蜜和,彈子大。每用一丸,水下,可一日不饑。

黃山谷救饑方

糯米芝麻各三升,各淘洗晾干,文火炒熟勿焦,磨成粉。紅棗三升,煮爛去皮核,將棗汁一盞半和棗肉入粉,搗成丸。每丸七八錢,風吹半干,烘曬收貯。爲丸後置當風處,半干方可供曬,否則味薄矣。早午各細嚼一丸,開水送下,可以終日不食,仍不忌飲啖。

辟穀仙方

天門冬二斤,熟地黃一斤爲末,煉蜜丸,彈子大。每温酒化三丸,日三服。居山遠行辟穀良,服至十日,身輕目明。二十日,百病愈,顏色如花。三十日,發白更黑,齒落重生。五十日,行及奔馬。百日延年。

荒年辟穀

稻米一斗淘汰,百蒸百曝,搗末。日食一餐,以水調之,服至三十日止,可一年不食。

又方

粳米一升,酒三升漬之,曝干又漬酒浸,取出稍食之,可辟三十日足;一斗

三升，辟穀一年。

又方

青粱米，以純苦酒浸三日，百蒸百曬，藏之。遠行日一餐之，可度十日。若重餐之，四百九十日不饑。

左慈荒年法

大荳粒細調勻者，生熟投[作揉搓解]令光暖徹豆內。先日不食，以冷水頓服訖，一切魚肉果菜，不得復經，口渴即飲冷水。初小困，十數日後，體力壯健，不復思食。

休糧養道方

白面(六斤)、香油(二斤)、白蜜(二斤)、干姜(二兩滾水泡)、生姜(四兩去皮)、甘草(二兩)、白茯苓(四兩)、黃米(三升)共爲細末，和成一塊，切作片。蒸一時，陰乾爲末。先喫飽飯，後服此藥，一茶匙淨水送下。若服至一盞，可一月不饑。要解藥力，葵菜煎湯服之，仍舊食飯。

諸葛乾糧

白茯苓(二斤)、白面(二斤)、干姜(一兩)、黃米(二升)、山藥(一斤)、麻油(半斤)、茨實(三斤)，各藥一處蒸熟，焙干爲末。每服一匙，新水汲下。日進一服，氣力如涌，一日不饑渴。

救荒辟穀奇方

荒年貧不能自給者用此。白茯苓四兩爲末，白面二兩，入水同調勻。以黃蠟三兩代油，煎成餅。飽食一頓，便不食。至三日後，氣力漸生。熟果、芝麻湯、米湯、涼水略飲少許，以潤腸胃，無令涸竭。若仍欲飲食，須先用葵菜湯并米飲稀粥，少少服之。

許真君避難飲食方

白面六兩，黃蠟三兩，白膠香五兩，將面調糊爲丸，如黑豆大，曬干。再將蠟融成汁，將圓子投入其中打勻，候冷用紙包裹，安放淨處。每早空心服三、五十丸，冷水咽下，喫熟食任意不妨。

辟穀休糧方

白面一斤，黃蠟四兩化開，白茯苓一斤去皮，三味爲細末，打糊，攤成餅。先清齋，一日食一頓，七日不饑。再食一頓，一月不饑。若要食飯，葵菜煎湯服一鐘，如無葵菜，茯苓湯亦可。

辟穀方

糯米二、三合炒熟，以黃蠟二兩，銅勻內融化，再入米同炒，至蠟干爲度。任便食之，數日不饑。若要喫食，嚼胡桃肉二個，即便思食。

神仙辟穀延壽丹

朱砂(光明者佳飛過)、定粉(燒之黃色者佳)、黃丹(輕者飛過各一兩)、乳香(七錢半)、水銀(三錢)、大金薄(二十片)、白沙蜜(一兩)、淨蠟(二兩)、白茯苓(如雪者佳，一兩或加五錢)。

右各擇精細者，先將定粉入乳鉢研開，次下水銀再研，直至水銀無星爲度。次下黃丹、朱砂、金薄再研，次下茯苓、乳香等細末同研勻。將藥入坩碗，坐熱湯上，勿令湯冷。另融蜜蠟，入藥在內，木匙攪勻。衆手丸每一兩作十二丸，勿令有劑縫，或朱砂、或水銀爲衣(水銀爲衣法，取水銀二、三粒，手心內用津唾擦青色，取藥三、五丸搓之)，合時忌鷄犬婦人。藥成，入坩器內貯之。如欲住食，先用油三兩、蠟一兩、白面一斤，入蜜一兩，和燒餅或煎餅，如無食不托面或糯米粥亦可。須極飽然後服藥，以乳香湯下一丸。又一時辰，再將白面炒熟，蜜蠟爲丸，如桐子大，温白湯或乳香湯下百丸，名曰後藥。先已飽食，又服後藥，故二、三日不困，雖困亦無傷。服藥後當萬緣不染，蓋心動則氣散，語多則氣傷。故辟穀者，以寧心養氣爲本事。來則應事，過勿留於心。時時向日咽氣，以爲補助。茶湯任意，勿食有滓之物，忌怒大勞。十日後肌肉雖瘦，而筋骨輕健，神觀開朗。如欲開食，須二七日以後，候藥在丹田，可開食。不至二七日而食，則藥隨臟腑而下。開食之後，如更欲住食，不必服藥，止以乳香湯飲之。

長生辟穀丹

雲南雪白大茯苓，去黑皮令淨。定粉、黃丹、白松脂、白沙蜜、黃蠟、松脂，於淨磁碗內融爲汁，傾藥在內，以木匙攪勻，候温就丸如指頭大，用水銀爲衣。有死水銀法，先洗手淨，用水銀三錢，點在手心內，以指頭研如泥，見手心青色，將藥三、五丸搓揉後，以金薄約量攤碗內，以藥丸在內摇動，使金薄都在藥上，密器收貯。服時用乳香末半錢，水三小盞，煎湯温送下，不嚼破。服後第三日覺餓，以面和白茯苓末，烙成煎餅，食半飽，以後藥在丹田，永不飢渴。久則交過五臟，陰滓俱盡，長生不死。諸人可服，并無所忌。使人添氣力，悦容顔，身輕體健，百病皆除。救貧拔苦，實濟世之良方，長生之妙法。其間若欲飲食，俱不妨事。但七日之內喫食，藥必隨下，至半月，藥在丹田，永不出矣。服時面東持藥，念咒一

遍，吹在藥上。如此七遍畢，以乳香湯送下。咒曰：

天清地寧，至神至靈，三皇助我，六甲護形。去除百病，使我長生。清清淨淨，心爲甲庚。左招南斗，右招七星，吾令立化，與天長生。吾奉太上老君急急如律令。

辟穀方

黄耆、赤石脂(煅淬)、龍骨(三錢)、防風(五分)、烏頭(一錢泡)，右藥置石臼內，搗一千杵，煉蜜丸如彈子大。如行遠路者，飽食飯一頓，服一丸，可行五百里，二丸可行千里，不饑。

長命丹

白茯苓、粉甘草(各四兩)，川椒、干姜(各二兩)，白面(六斤炒熟)，共爲細末，用真麻油二斤，瀝去浮沫，俟温，入前藥面，拌搗爲丸(如不成，可加煉蜜)，如彈子大。初服每日三丸，三日之後每日服一丸。飲涼水三口，即終日不饑不渴。欲解，食核桃一個，即思飲食。

辟穀方

榆樹生耳，八月采之，以美酒漬曝，同清粱米、紫茨實蒸熟爲末。每服三指，撮酒下，令人不饑。

斬草丹　備荒辟穀修道

芝麻黑豆半升齊，炒成黄色去了皮。貫衆、茯苓各四兩，干姜、甘草亦如之。棗肉爲丸錢來大，走遍山川不忍饑。試問山中青苗草，管教入口化爲泥。

大道丸

黑豆一升去皮，管仲、甘草各一兩，白茯苓、荠术、縮砂仁各五錢，共剉碎，用水五升，同豆熬煎。火須文武緊慢得中，直至水盡。揀去藥，取豆搗如泥丸，作鷄頭子大，入有蓋磁瓶密封。每嚼一丸，可食百般苗葉，終日恣飽。雖异草殊木，素所不識者，覺甘甜與進飯同(忌服葷菜果熱湯水)。

休糧方

縮砂仁、貫衆、白芷、茯苓、甘草共爲細末，煮黑豆熟，以藥拌置鍋中。黄蠟一兩，薄切摻豆上令匀，取豆焦干爲度。以數粒同松釵中節食，亦可不饑。

黄山谷煮豆帖

黑豆一升，揀極净，淘洗。用貫衆一斤，細剉如豆大，和豆中，量水多少，慢火煮之，翻覆令展盡餘汁爲度。簸出黑豆，去貫衆，空心服七粒，食諸草木枝葉，覺有味可飽。杜仲、茯苓、甘草、荆芥等分爲末，糊丸如桐子大。每服數丸，即喫草木可以充飢。止有竹葉、甘草不可同食。食草葉有毒，惟鹽可解。

服蒼术方

蒼术一斤，白芝麻、香油各半斤。右將蒼术用米泔浸一宿，取出切片子，以香油炒，令熟，用瓶盛貯。每日空心服一撮，用冷水湯咽下，饑即服之。壯氣駐顔色，辟邪又能步履。

服黄精方

黄精根梗，不拘多少，細剉陰乾爲末，水調服。初服不可多，恐飽脹。以後漸漸加多，饑則再服。可以不食，渴則飲水，一年之久，可變老爲少，身輕善走，久久成地仙。不得食一切烟火物，則有效。

又方

黄精蒸熟，曬干爲末。另用生黄精切碎熬膏，搗成丸，如鷄子大。日服三次，每次一丸，可以絶食不饑。渴則飲水，兼除百病。

救饑民法

凡遇凶年，作糜粥食饑民，糜脱釜，猶沸涌器中。饑人急於得食，食已往往仆死百步間。若於夜分作粥，盛大瓮中，次早以木棍攪匀，食饑民可不致死。

療垂死饑民法

煮薄粥潑桌上，令饑民漸漸吮食之必生。飢腸微細，頓食則漲死矣。

《大清一統志》卷一六《河間府》　麪，府志：故城出善治麪者，細若綫，引之不斷，頗珍于人。

李化楠《醒園録》卷下　蒸黏糕法

每糯米七升，配白飯米三升，清水淘净，泡隔宿撈起，舂粉篩細，配白糖五斤，紅糖亦可。澆水拌匀，以用手抓起成團爲度，不可太濕。入籠蒸之，俟熟傾出，晾冷放盆内，用手極力揉匀，至無白點爲度。再用籠圈安放平正處，底下及週圍俱用笋殼鋪貼，然後下糕，用手壓平，去圈成個。

蒸雞蛋糕法

每麵一斤，配蛋十個，白糖半斤，合作一處拌匀，蓋密，放竈上熱處。過一飯時，入蒸籠内蒸熟，以快子插入不粘爲度，取起候冷定，切片喫。若要做乾糕，竈上熱後，入鉄爐熨之。

蒸薩葛糕法

每飯米八升，加糯米二升，水洗净泡隔宿，舂粉篩細，配薩葛三四斤，刮去粗

皮，擦成絲，用熟豬板油一斤切絲或作丁。先下鍋略炒，次下蘿蔔絲同炒，再加胡椒麵、葱花、鹽各少許仝炒。蘿蔔半熟，撈起候冷，拌入米粉，內加水調極勻，以手挑起墜有整塊，不致大稀。入蒸籠內蒸之，先用布襯於籠底。快子插入不粘即熟矣。又法：豬油蘿蔔椒料俱不下鍋，即拌入米粉同蒸。

蒸西洋糕法

每上麵一斤，配白糖半斤，雞蛋黃十六個，酒娘半碗，擠去糟粕，只用酒汁，合水少許，和勻，用快子攪。吹去沫，安熱處令發。入蒸籠內，用布鋪好，傾下蒸之。

做綠豆糕法

綠豆粉一兩，配水三中碗，和糖攪勻，置砂鍋中煮打成糊，取起分盛碗中，即成糕。

蒸蔓菜糕法

飯米一斗，用水洗泡，配菜葉五斤，洗净切極細，拌米合磨成漿。將糖和微水下鍋，煮至滴水成珠，傾入漿內攪勻，用碗量水蒸籠內蒸熟，纔重重倣此下去，如蒸九重糕法，甚美。每重以薄爲妙。

蒸茯苓糕法

用軟性好飯米舂得極白研麵，用極細篩篩過，每斤麵配白糖六兩拌勻，下層籠內，用手排實，未下時，先墊高麗紙一重。蒸熟。又法：用七成白粳米，三成白糯米，再加二三成蓮肉、芡實、茯苓、山藥等末，拌勻蒸之。

又法：用上好白飯米洗淨晾乾，不可泡水，研極細麵，再用上白糖每斤配水一大碗攪勻，下鍋攪煮，收灑數滾，取起候冷，澄去渾底，即取多少酒入米麵令濕，用手隨灑隨搔，勿令成塊，至潮濕普遍就好。先用净布鋪於層籠底，將麵篩下抹平，略壓一壓，用銅刀先行剖劃條塊子，蒸熟取起，候冷擺開，好喫。

又法：亦用飯米洗泡舂粉，用白糖水和拌，篩下層籠內，打平再篩，餡料一重，又篩米麵一重。若要多餡放此，再加二三重，皆可。篩完抹平，用刀劃開塊子，中央各點紅花蒸熟。此一名封糕，餡料用核桃肉松瓜等仁，研碎篩下。

鬆糕法　即發糕

用上白飯米洗泡一天，研磨細麵，糖亦如茯苓糕提法，二者俱備，一盆麵，一盆糖水，一盆清水，加入麩子，即包子店所用麵法麵也。攪勻蓋密，令發至透，下層籠蒸之。要用紅的加紅麵末，要綠加青菜汁，要黃加美黃，即各成顏色。

做餄餎法

上好乾白麵一斤，先取起六兩和油四兩，極多用至六兩，便爲頂高餄餎。同麵和作一大塊，揉得極熟，下剩麵十兩配油二兩，多至三兩。漆水下去，和作一大塊揉勻，纔將前後兩麵合作一塊攤開，再合再攤，如此十數遍，再作小塊子攤開，包餡下爐熨之，即爲上好餄餎。又法：每麵一斤配油五六兩，加糖不下水，揉勻作一塊，做成餅子，名一片瓦。又法：裹面用前法，半油半水相合之，麵外再用單水之麵，薄包一重酥而不破。其餡料用核桃肉去皮研碎半斤，松子瓜子二仁各二兩，香圓絲橘餅絲各二兩，白糖板冲。如入飴糖，即不用板油矣。月餅同法。

做滿洲餄餎法

外皮每白麵一斤，配豬油四兩，滾水四兩攪勻，用手揉至越多越好。內面每白麵一斤配豬油半斤，如攪乾些當再加油。揉極熟，總以不硬不軟爲度。纔將前後二麵合成一大塊揉勻，攤開打捲，切作小塊，攤開包餡，即核桃肉等類。下爐熨熟。月餅同法。或用好香油和麵更妙，其應用分兩輕重，與豬油同。

做米粉菜包法

用飯米舂極白，洗泡濾乾，磨篩細粉，將粉置大盆中，留餘一大碗。先將涼水下鍋煮滾，然後將大碗之粉勻勻撒下，煮成稀糊，取起傾入大盆中，和勻成塊，再放極净熱鍋中，拌揉極透，恐皮黑不入熱鍋亦可。取起趁做菜包，任薄不破。如做不完，用濕巾蓋密，隔宿不壞。若要做薄皮，當調硬些，切不可太稀要緊。又法：將米粉先分作數次微炒，不可過黃，餘悉如前法。其餡料用芥菜切碎，鹽揉擠去汁水。青蒜切碎，同肉皮、白肉絲，油炒半熟包入。又或用熟肉切細，香菰、冬笋、豆腐乾、鹽、落花生仁、橘餅、冬瓜、香圓片各切丁子。備齊，將冬笋先用滾水盪熟，豆腐乾用油炒熟，次取肉下鍋炒一滾，再下香菰、冬笋、豆腐乾同炒，取起拌入花生仁等料包之，或加蛋條亦好。此項只宜下鹽，切不可用豆油，以豆油能令皮黑故也。凡做消邁及蕨粉包肉餡，悉如菜包。其蕨粉皮如做米粉法。

李化楠《醒園録》卷下　耐飢丸

糯米一升淘洗净潔，候乾炒黃，研極細粉，用紅棗肉三升，細六斤重。水洗蒸熟，去皮核，入石臼內同米粉搗爛，爲大丸曬乾，滾水冲服。

行路不喫飯自飽法

芝麻一升去皮炒，糯米一升，共研爲末，將紅棗一升煮熟，和爲丸如彈子大，每滾水下一丸，可一日不飢。

米經久不蛀法

用蠟兜安放米內，則經久不蛀。

余慶遠《維西見聞記・夷人》 麼些，即唐書所載麼些兵是也。【略】穀將熟，取其青者，蒸而舂脱粟，曰扁米。

陳錫路《黄姆餘話》卷六《糁頭欲有葱味》 李滄溟食糁頭欲有葱味而不見葱，唯蔡姬者所造乃食。其法先用葱不切入餡，留糁頭上一竅，候其熟即拔去葱，而以麵塞其竅。謝在杭《文海披砂》記之。滄溟此癖殆有甚於縮葱侍御耶。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・春》 糟豆腐，用絹袋過汁，做極細豆腐切片，約二指厚，用炒鹽擦過，放箔上曬六七分乾，又用淡鹽湯煮壹滾，取出曬七分乾。每二升黄豆之腐，用壹升糯米作酒娘起出漿壹半，餘漿並糟，加香油椒茴末拌勻。糟腐秋後取用。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 艾香粽，用糯米淘净，以艾葉搥水浸過，夾棗核、桃仁、青絲、赤小荳，以箬葉包之。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 穜薏苡，取其仁，打碎，同粳米煮粥，日食之，大有益。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 青豆，黄荳將眼蒼葉，七八分熟時，連稭割來。摘角，鹽水煮八九分熟，撈出，剥皮，用篩盛豆，灰火烘乾。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 玉露霜，用緑豆粉團三茶盅，細羅羅過。先以薄荷葉密鋪篦上，葉上鋪紙壹層，攤粉紙上。上又用薄荷葉密覆兩三層，仍用紙蓋嚴。八鍋蒸之，水壹滾，再燒三把火，便取出。火候不可過。入糖壹茶鍾，糖亦用粗羅羅過，拌勻印果。如太乾，入熟水少許。或將粉蒸出，磁器盛，勿出氣，用時現拌白糖印果。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 中秋，【略】月餅，用白糖七兩，瓜子仁、核桃仁、橘餅各二兩。青紅絲、松子仁各壹兩，桂花、玫瑰不拘多少，香油二兩，作餡子。或加生白麵四五兩，再用熟麵十兩，生麵六兩，脂油六兩，白糖五兩，加水少許，酌麵之乾濕，以軟硬得宜爲度。作皮子，包餡，少按，入爐。或用白麵壹斤，白糖五錢，脂油五兩，滾水壹茶盅半，和成作皮子。或用白麵二十兩，油五兩，糖七錢五分，温水合成，又作酥加入。其酥用蒸熟曬乾重羅白麵十兩，油三兩，擦成。每麵皮壹兩三錢，酥七錢，包住，趕開，卷起，又趕，三次方勻。共重二兩，作皮，凡熟麵不可炒胡。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 做酒娘，用純糯米水泡透，蒸飯，盛篩内，置盆内，澆以冷水，水流盆内，約少半盆，另貯候用。再以冷水澆飯，以冷爲度。復以先澆原汁澆飯過，酌留原汁。每壹升米之飯，加原汁兩飯碗，酌量拌麵子，盛小盆内。外又盛以大盆，盆内填碎稻草，最怕傷風。三日來漿，常以漿澆飯，七日便熟。出漿壹半，另貯瓶内，重湯煮熟候用。留漿壹半在糟内，每斤用鹽三錢，或二錢，拌勻入罈。數日糟物，大約米壹升，可得糟六斤，餘糟三斤，可糟魚五斤。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 麵筋手斯大塊，先將豆油煞沸，出盡豆氣，炒麵觔至紅黑色，再加酒、醋、白糖、醬油、香油，同炒少時。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 緑豆糕，將緑豆煮破曬乾，去皮爲麵，羅過。每斤加白糖八兩，糖用水少許潤開，和豆末擦拌勻，攤篦上，刀劃如雪糕法，蒸壹炷香，取出，冷定供用。

蜜錠，用蜜四碗，灰湯壹盅，香油壹碗，和麵，切錠，入油。

西洋糕，用上白麵壹斤，雞蛋十六個，白糖壹斤，黄酒少許，不用水，攪極勻，入爐。

千里糕，用白麵壹斤，白糖半斤，雞蛋黄合成，加香油少許，不用水，切寸金段，入鍋燉之。

麻酥，用芝麻壹斤，炒熟，不可胡了，用軸趕碎，入炒熟糯米麵七兩，白糖壹斤，拌勻，再趕，粗羅羅過，再趕再羅，以净爲度，皮渣不用。力按模内成果，勿用水。

糖薄脆，用白糖二十兩，香油二十兩，白麵五斤，加油酥清水揣和，趕薄餅，上用去皮脂麻撒勻，入爐。凡甜食麵，用上白麵重羅三次，入大鍋内，以木爬翻炒熟，不可胡，使趕麵軸趕細，羅過聽用。其油酥，用蒸熟曬乾重羅白麪下兩，油三兩，擦成。

酥餅，用油酥四兩，或脂油四兩，蜜二兩，和麵作餅，或印成果，入爐。

雪花酥，用脂油入小鍋化開，濾過，將炒過麵隨手撒入攪勻，不稀不稠，掇離火。灑白糖末入内攪勻，上案趕開，切象眼塊。

漿捧果，先將糯米用水浸三十日，曬乾爲末。用香油糖臉各等分，加水合成，香油煠出，再用熟米麵白糖培之。

山藥糕，用山藥壹斤煮爛，去净皮，加濕粉團四兩，揣如泥。加白糖六兩，核桃、瓜子、松子仁、青絲，再揣勻，攤篦上蒸熟。

春餅，用冷水和麵，揣至不粘手，趕成餅，捲肉絲、蛋皮、韭菜在内，生麵糊粘

口，鏃上煿過，香油煎。或用雞蛋和麵，或全用蛋皮作餅捲餡亦可。

水餅，用温水熱油平兌和麵，揣至光滑爲度，作皮子。其饌止用油，不用水，和麵，酌加果餡，將皮趕二次，捏成餅，包饌入爐。

燒餅，用引漿水兩碗，油壹碗，白糖壹碗，和麵，如蒸饆饠法。發過，至次日，趕成餅，不用糝，内包果餡，外用雞翎掃蜜水在面上，勻撒去皮熟芝麻，入爐。

栗子取黄，煮熟搗極爛，加粉團趕勻。少加麵，再趕成厚餅，包果餡，蒸食。

江昱《瀟湘聽雨録》卷六 庖丁於暑月，以西瓜和米粉糖蜜爲餌，切塊堆盤若撇耶犀，名西瓜餻，湖湘閒争效之。余謂此種物不必辨味，但聞其名即令人齒冷，何止哀家梨烝食邪。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四七《風俗》 原 歲除，簷楹插芝麻稭，院中焚柏木柴，名曰燭歲。元旦起，擲門檻於地者三，曰跌千金。以小榼盛驢肉食之，曰嚼鬼。立春日，無貴賤食蘿蔔，曰咬春。二月二日，用黍麪棗糕以油煠之，曰薰蟲。三月食鮓，曰桃花鮓。四月八日，進不落夾，用葦葉方包糯米，長可四寸，闊一寸，味與粽同。六月六日，食銀苗菜，即藕苗也。九月食迎霜兔。臘月八日，賜餐百果粥。同上

補 立春日啖春餅，謂之咬春。立春後出遊，謂之討春。《陳檢討集》

原 遼俗，每年正月一日，以糯米炊飯，用白羊髓和丸如拳大，行宫寢帳内各散四十九丸。《燕北雜記》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四七《風俗》 原 先是，四月八日，梵寺食烏飯，朝廷賜羣臣食不落夾，蓋緣元人語也。嘉靖十四年，始賜百官於午門食麥餅宴。《燕都遊覽志》

補 朝廷每年四月八日賜百官午門外食不落夾。曹御史宏云，是麪食也。醫官張天民云，即今之粽子。《戒庵漫筆》

增 四月，榆初錢，麪和糖蒸食之，曰榆錢糕。同上

原 歐陽原功漁家傲詞 四月都城水碗凍。含桃初薦瑛盤貢。南寺新開羅漢洞。伊蒲供，楊花滿院鶯聲哢。 歲幸上京車駕動。近臣準備鑾輿從。健德門前飛玉控。争持送，葡萄馬乳歸銀甕。《圭齋集》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四七《風俗》 原 五月五日午時，采艾摘葉與綿相和，絮衣七事，遼主著之。番臣漢僚各賜艾衣三事。渤海厨子進艾糕。《燕北雜記》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四八《風俗》 補 京師八月秋社各以社餻社酒相餽送，貴戚宫院多切肉和蔬果鋪於飯上，謂之社飯。人家婦女皆歸外家，姨舅輒以新葫蘆貽之，云宜外甥。《自得語》

原 歐陽原功漁家傲詞 八月都城新過雁。西風偏解驚遊宦。十載辭家衣綫綻。清宵半，家家搗練砧聲亂。 等待中秋明月旦。客中只作家中看。秋草牆頭螢火爛。疏鐘斷，中心臺畔流河漢。《圭齋集》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四八《風俗》 增 九月，車駕還都，初無定制，或在重九節前，或在節後，或在八月。宫中菊節，自有常制，駕至大内下馬，大茶飯者浹旬。《析津志》

增 九月九日，都中以麪爲糕餽遺，作重陽節。亦於閭閻中煮羔蘆菔叮寶，如七夕午節。市人又多以小扛車上街沿叫賣。士庶官員亦以追節爲重，往還燕禮如常故事。同上

原 重九日，勑賜百官花糕宴。《燕都遊覽志》

原 九日集無定所，而阜成門外真覺寺金剛寶座遊人爲多。市上賣糕人頭帶吉祥字。霜降後鬬鶴鶉，籠於袖中若捧珍寶。《北京歲華記》

增 九月九日，載酒具茶鑪食榼，曰登高。高山高閣釋而不登，但賃園亭、閣坊曲爲娛耳。麪餅種棗栗其面，星星然，曰花糕。糕肆摽綵旗，曰花糕旗。父母家必迎其女來食，亦曰女兒節。《帝京景物略》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四八《風俗》 原 十二月八日，賜百官粥。民間亦作臘八粥，以米果雜成之，品多者爲勝。此蓋循宋時故事，然宋時臘八乃十月八日。《燕都遊覽志》

增 是月八日，禪家謂之臘八日，煮紅糟粥以供佛飯。僧都中官員士庶作朱砂粥，傳聞禁中一如故事。《析津志》

曹庭棟《老老恒言》卷五《粥譜説》 粥能益人，老年尤宜，前卷屢及之，皆不

過略舉其概，未獲明析其方。考之軒岐家與養生家書，煮粥之方甚夥，惟是方不一例。本有輕清重濁之殊，載於書者，未免散見而雜出。竊意粥乃日用常供，借諸方以爲調養，專取適口，或偶資治疾入口違宜，似又未可盡廢。不經彙録而分別之，查撿既嫌少便，亦老年調治之闕書也。爰撰爲譜。先擇米，次擇水，次火候，次食候，不論調養治疾，功力深淺之不同。第取氣味輕清、香美適口者爲上品，少遜者爲中品，重濁者爲下品，準以成數，共録百種，削其入口違宜之已甚者而已。方本前人乃已試之良法，註明出自何書以爲徵信，更詳兼治，方有定而治無定，治法亦可變通。内有竊據鄙意參入數方，則惟務有益而兼適於口，聊備老年之調治。若夫推而廣之，凡食品藥品中，堪加入粥者，尚多酌宜而用，胡不可自我作古耶，更有待夫後之明此理者。

擇米第一

米用粳以香稻爲最，晚稻性軟，亦可取早稻。次之陳廩米則欠膩滑矣。秋穀所鑿者香氣足，脱穀久漸有故氣，須以穀懸通風處，隨時鑿用。或用炒白米，或用焦鍋色，膩滑不足。香燥之氣能去濕開胃，《本草綱目》云：粳米、秫米、粱米粥，利小便，止煩渴，養脾胃。糯米、秫米、黍米粥，益氣，治虚寒，洩痢吐逆。至若所載各方，有米以爲之。主峻厲者，可緩其力，和平者，能倍其功。此粥之所以妙而神與。

擇水第二

水類不一，取煮失宜，能使粥味俱變。初春值雨，此水乃春陽生發之氣，最爲有益。梅雨濕熱燻蒸，人感其氣則病，物感其氣則徹，不可用之明驗也。夏秋霤雨爲潦水，鬱深而發驟。昌黎詩：洪潦無根源，朝灌夕已除。或謂利熱，不助濕氣。竊恐未然。臘雪水甘寒，解毒療時疫。春雪水生蟲易敗，不堪用。此外長流水四時俱宜，山泉隨地異性。池沼止水有毒，井水清冽平旦。第一汲爲井華水，天一真氣浮於水面也，以之煮粥不假他物，其色天然微緑，味添香美亦頗異。凡鋼貯水，以硃砂塊沉鋼底，能解百毒，并令人壽。

火候第三

煮粥以成糜爲度，火候未到，氣味不足。火候太過，氣味遂滅。火以桑柴爲妙。《抱朴子》曰一切藥不得桑煎不服，桑乃箕星之精，能除風助藥力。櫟炭火性緊，粥須煮不停，沸則緊火。亦得煮時先煮水，以杓揚之數十次，候沸數十次，然後下米，使水性動蕩則輪運捷。煮必瓷礶，勿用銅錫。有以瓷瓶入竈内，磐糠稻草煨之，火候必致失度，無取。

食候第四

老年有竟日食粥不計頓，飢即食，亦能體强健享大壽，此又在常格外就調養而論。粥宜空心食，或作晚餐亦可，但勿再食他物加於食粥後。食勿過飽，雖無虚停滯，少覺脹胃即受傷。食寧過熱，即致微汗亦足通利血脈。食時，勿以他物侑食，恐不能專收，其益不獲。已但使鹹味沾唇，少解其淡可也。

上品三十六

蓮肉粥

《聖惠方》補中强志。按：兼養神、益脾、固精，除百疾。去皮心，用鮮者煮粥更佳。乾者如經火焙，肉即僵，煮不能爛，或磨粉加入。湘蓮勝建蓮，皮薄而肉實。

藕粥

慈山參入，治熱渴止洩，開胃消食，散留血，久服令人心懽。磨粉調食味極淡。切片煮粥，甘而且香。凡物製法異，能移其氣味，類如此。

荷鼻粥

慈山參入。荷鼻即葉蒂，生發元氣，助脾胃，止渴止痢，固精。連莖葉用亦可。色青形仰其中空，得震卦之象。珍珠囊煎湯、燒飯、和藥，治脾。以之煮粥香清佳絶。

芡實粥

湯液，《本草》益精强志，聰耳明目。按：兼治濕痺，腰脊膝痛，小便不禁，遺精白濁。有粳糯二種，性同，入粥俱須爛煮，鮮者佳。楊雄《方言》曰：南楚謂之雞頭。

薏苡粥

《廣濟方》治久風濕痺。又《三福丹書》：補脾益胃。按：兼治筋急拘攣，理脚氣，消水腫。張師正《倦遊録》云：辛稼軒患疝，用薏珠東壁土炒服，即愈。乃上品養心藥。

藕豆粥

《延年秘旨》和中，補五藏。按：兼消暑除濕解毒，久服髮不白。莢有青紫二色，皮有黑白赤斑四色，白者温，黑者冷，赤斑者平。入粥去皮，用乾者佳，鮮者味少淡。

御米粥

《開寶本草》治丹石發動，不下飲食，和竹瀝入粥。按：即罌粟子。《花譜》名麗春花，兼行風氣，逐邪熱，治反胃、痰滯、瀉痢，潤燥固精。水研濾漿，入粥極香滑。

薑粥

《本草綱目》：温中辟惡氣。又《手集方》：搗汁煮粥，治反胃。按：兼散風寒，通神明，取効甚多。《朱子語録》有秋薑天人天年之語。治疾勿泥。《春秋運斗樞》曰璇星散而爲薑。

香稻葉粥

慈山參入。按：各方書俱燒灰淋汁用，惟摘元妙方糯稻葉煎露一宿，治白濁。《綱目》謂氣味辛熱，恐未然。以之煮粥味薄而香清。薄能利水，香能開胃。

絲瓜葉粥

慈山參入。絲瓜性清寒，除熱利腸，涼血解毒，葉性相類。瓜長而細名馬鞭瓜，其葉不堪用。瓜短而肥，名丁香瓜，其葉煮粥香美。拭去毛，或薑汁洗。

桑芽粥

《山居清供》：止渴明目。按：兼利五藏，通關節，治勞熱止汗。《字説》云：桑爲東方神木，煮粥用初生細芽苞含未吐者，氣香而味甘。《吴地志》：焙乾代茶，生津清肝火。

胡桃粥。《海上方》治陽虛腰痛，石淋五痔。按：兼潤肌膚，黑鬚髮，利小便，止寒嗽，温肺潤腸。去皮研膏，水攪濾汁，米熟後加入。多煮生油氣，或加杜仲茴香，治腰痛。

杏仁粥。《食醫心鏡》治五痔下血。按：兼治風熱欬嗽潤燥。出關西者名巴旦，味甘尤美。去皮尖，水研濾汁，煮粥，微加冰糖。《野人閒話》云：每日晨起，以七枚細嚼，益老人。

胡麻粥。《錦囊秘録》養肺耐飢耐渴。按：胡麻即芝麻。《廣雅》名藤宏，堅筋骨，明耳目，止心驚，治百病。烏色者名巨勝，仙經所重栗色者，香卻過之。炒研加水，濾汁入粥。

松仁粥。《綱目方》：潤心肺，調大腸。按：兼治風濕瘡，安五藏，生毛髮，守中胃。取潔白者研膏入粥，色微黄即有油氣，不堪用。《列仙傳》云：偓佺好食松實，體毛數寸。

菊苗粥。《天寶單方》清頭目。按：兼除胸中煩熱，去風眩，安腸胃。《花譜》曰：莖紫，其葉味甘者可食。苦者名苦薏，不可用。苗乃發生之氣，聚於上故尤，以清頭目有効。

菊花粥。慈山參入，養肝血，悦顔色，清風眩，除熱解渴明目，其種以百計。《花譜》曰：野生單瓣色白，開小朵者良，黄者次之，點茶亦佳，煮粥去蒂，曬乾磨粉和入。

梅花粥。《采珍集録》萼花瓣，雪水煮粥，解熱毒。按：兼治諸瘡毒。梅花凌寒而綻，將春而芳，得造物生氣之先，香帶辣，性非純寒。粥熟加入，略沸。《埤雅》曰：梅入北方變杏。

佛手柑粥。《宦遊日札》：閩人以佛手柑作葅，并煮粥，香清開胃。按：其皮辛，其肉甘而微苦，甘可和中，辛可順氣，治心胃痛宜之。陳者尤良，入粥用鮮者，勿久煮。

百合粥。《綱目方》：潤肺調中。按：兼治熱欬脚氣。稽含《草木狀》云：花白葉圓爲百合，花紅葉尖爲卷丹，卷丹不入藥。竊意花葉雖異，形相類而味不相遠，性非迥別。

砂仁粥。《拾便良方》：治嘔吐，腹中虛痛。按：兼治上氣欬逆，眼瞀醒脾，通滯氣，散寒飲，温腎肝。炒去腎，研末點入粥，其性潤燥。《韓氏醫通》曰：腎惡燥，以辛潤之。

五加芽粥。《家寶方》：明目止渴。按：《本草》：五加根皮効頗多。又云：其葉作蔬，去皮膚風濕。嫩芽焙乾代茶，清咽喉。作粥色碧香清，効同。《巴蜀異物志》：名文章草。

枸杞葉粥。《傳信方》：治五勞七傷。按：兼治上焦客熱，周痺風濕，明目安神，味甘氣涼，與根皮及子性少別。《筆談》云：陝西種邊生者，大合抱，摘葉代茶。

枇杷葉粥。《枕中記》：撩熱嗽，以蜜水塗炙。煮粥去葉食。按：兼降氣止渴，清暑毒。凡用擇絶霜老葉，拭去毛，甘草湯洗淨，或用薑汁炙黄，肺病可代茶飲。

茗粥。《保生集要》：化痰消食，濃煎入粥。按：兼治癆瘵加薑。《茶經》曰：名有五，一茶，二檟，三蔎，四茗，五荈。《茶譜》曰：早采爲茶，晚采爲茗。《丹鉛録》：茶即古茶字。《詩》：誰謂荼苦是也。

蘇葉粥。慈山參入。按：《綱目》用以煮飯，行氣解肌，入粥功同。按：此乃發表散風寒之品，亦能消痰、和血、止痛。背面皆紫者佳，日華子。《本草》謂能補中益氣。竊恐未然。

蘇子粥。《簡便方》：治上氣欬逆。又《濟生方》：加麻子仁順氣順腸。按：兼消痰潤肺藥性。《本草》曰長食蘇子粥，令人肥白身香。《丹房鏡源》曰：蘇子油能柔五金八石。

霍香粥。《醫餘録》：散暑氣，辟惡氣。按：兼治脾胃吐逆，霍亂，心腹痛，開胃進食。《交廣雜志》謂霍香木本。《金樓子》言：五香其是一本，葉爲霍香，入粥用，南方草本，鮮者佳。

薄荷粥。《醫餘録》通關格，利咽喉，令人口香。按：兼止痰嗽，治頭腦風發汗，消食下氣，去舌胎。《綱目》云：煎湯煮飯能去熱，煮粥尤妥。楊雄《甘泉賦》作菱苕。

松葉粥。《聖惠方》細切煮汁作粥，輕身益氣。按：兼治風濕瘡，安五藏，生毛髮，守中耐飢。或搗汁澄粉曝乾，點入粥。《字説》云松柏爲百木之長，松猶公也，柏猶伯也。

柏葉粥。《遵生八牋》神仙服餌。按：兼治嘔血、便血、下痢、煩滿，用側柏葉隨四時方向采之，搗汁澄粉入粥。《本草衍義》云：柏木西指，得金之正氣，陰木而有貞德者。

花椒粥。《食療本草》：治口瘡。又《千金翼》：治下痢腰腹冷，加炒麵煮粥。按：兼温中暖腎，除濕止腹痛，用開口者，閉口有毒。《巴蜀異物志》：出四川清溪縣者良，香氣亦別。

栗粥。《綱目方》：補腎氣，益腰脚，同米煮。按：兼開胃活血潤沙。收之入夏如新。《梵書》名篤迦，其扁者曰栗揳，活血尤良。《經驗方》：每早細嚼風乾栗，豬腎粥助之，補腎効。

緑豆粥。《普濟方》：治消渴飲水。又《綱目方》：解熱毒。按：兼利小便，厚腸胃，清暑下氣。皮寒肉平，用須連皮先煮汁，去豆下米煮。《夷堅志》云：解附子毒。

鹿尾粥。慈山參入。鹿尾，關東風乾者佳。去脂膜，中有凝血如嫩肝，爲食物珍品。

碎切煮粥，清而不膩，香有別韻，大補虛損。蓋陽氣聚於角，陰血會於尾。

燕窩粥。《醫學述》養肺化痰止嗽，補而不滯，煮粥淡食有効。按《本草》不載。《泉南雜記》采入，亦不能確辨是何物。色白治肺，質清化痰，味淡利水，此其明驗。

中品二十七

山藥粥。《經驗方》：治久泄。糯米水浸一宿，山藥炒熟，加沙糖胡椒煮。按：兼補腎精，固腸胃。其子生葉間，大如鈴，入粥更佳。《杜蘭香傳》云：食之辟霧露。

白茯苓粥。《直指方》：治心虛夢洩白濁，又《綱目方》：主清上實下。又《采珍集》：治欲睡不得睡。按《史記・龜策傳》名伏靈謂松之神靈所伏也，兼安神滲濕益脾。

赤小豆粥。《日用衆要》：消水腫。又《綱目方》：利小便，治脚氣，辟邪厲。按：兼治消渴，止洩痢腹脹吐逆服。《食經》云：冬至日，食赤小豆粥，可厭疫鬼。即辟邪厲之意。

蠶豆粥。《山居清供》：快胃和脾。按：兼利藏府。本經不載。《萬表積善堂方》有誤吞針，蠶豆同韭菜食，針自大便出，利藏府可驗。煮粥，宜帶露采嫩者，去皮，用皮味澀。

天花粉粥。《千金月令》：治消渴。按：即栝樓根。《炮炙論》曰：圓者爲栝，長者爲樓，根則一也。水磨澄粉入粥。除煩熱，補虛安中，療熱狂時疾，潤肺，降火，止嗽，宜虛熱人。

麪粥。《外臺秘要》：治寒痢白瀉，麥麪炒黃，同米煮。按：兼强氣力，補不足助五藏。《綱目》曰北麪性平食之不渴南麪性熱食之發渴隨地氣而異也。《梵書》名迦師錯。

腐漿粥。慈山參入。腐漿即未點成腐者，諸豆可製，用白豆居多。潤肺消脹滿，下大腸濁氣，利小便，暑月入人汗有毒。北方呼爲甜漿粥，解煤毒。清晨有肩捲鬻於市。

龍眼肉粥。慈山參入。開胃悅脾，養心益智，通神明，安五藏，其効甚大。《本草衍義》曰：此專爲果，未見入藥。非矣。《名醫別録》云：治邪氣，除蠱毒，久服强魂，輕身不老。

大棗粥。慈山參入。按：道家方藥棗爲佳餌，皮利肉補，去皮用，養脾氣，平胃氣，潤肺止嗽，補五藏，和百藥。棗類不一，青州黑大棗良，南棗味薄微酸，勿用。

蔗漿粥。《采珍集》：治欵嗽，虛熱，口乾，舌燥。按：兼助脾氣，利大小腸，除煩熱，解酒毒。有青紫二種，青者勝，榨爲漿加入粥。

柿餅粥。《食療本草》：治秋痢。又《聖濟方》：治鼻窒不通。按：兼健脾，澀腸，止熱痢。《禽經》曰：白者良，黑者毒，老者良，嫩者毒。野鴨尤益病人，忌同胡桃、木耳、豆豉食。

棋棋粥。慈山參入。按：俗名雞距子；形卷曲如珊瑚，味甘如棗。《古今注》名樹蜜，體入水，即爭逐而來，其性濡也。色黑入腎，亦從其類。先煮爛，細切，入米，加五味。

白羹粥。《遵生八牋》：開胃悅脾。按：兼消食止暴痢腹脹。《爾雅翼》曰：諸魚乾者皆爲，羹不及石首魚，故獨得白名。《吳地志》曰：羹字從羔，下魚從羹者，非煮粥加薑豉。

下品三十七

酸棗仁粥。《聖惠方》治骨蒸不眠，水研濾汁煮粥，候熟，加地黃汁再煮。按：兼治心煩，安五藏，補中益肝氣。《刊石藥驗》云：多睡，生用便不得眠，炒熟用療不眠。

車前子粥。《肘后方》治老人淋病，絹裹入粥煮。按：兼除濕，利小便，明目，亦療赤痛去暑濕，止瀉痢。《服食經》云：車前一名地衣，雷之精也，久服身輕，其葉可爲蔬。

肉蓯容粥。陶隱居《藥性論》治勞傷精敗面黑，先煮爛，加羊肉汁和米煮。按：兼壯陽潤五藏，暖腰膝，助命門相火。凡不足者，以此補之，酒浸刷去浮星，蒸透用。

牛蒡根粥。《奉親養老書》：治中風口目不動，心煩悶。口根曝乾，作粉入粥，加葱椒五味。按兼除五藏惡氣，通十二經脈。冬月采根，并可作菹，甚美。

郁李仁粥。《獨行方》：治脚氣腫，心腹滿，二便不通，氣喘急。水研絞汁，加薏苡仁，入米煮。按：兼治腸中結氣，泄五藏膀胱急痛。去皮生蜜浸一宿，瀝出用。

大麻仁粥。《肘后方》：治大便不通。又《食醫心鏡》治風水，腹头腰臍重痛，五淋澀痛。又《食療本草》去五藏風，潤肺。按麻仁潤燥之功居多，去殼煎汁煮粥。

榆皮粥。《備急方》治身體暴腫，同米煮食，小便利，立愈。按：兼利關節，療邪熱，治

膏湯之意。按：兼療時邪發熱，或單用竹葉煮粥，亦能解渴除煩。

竹瀝粥。《食療本草》：治熱風。又《壽世青編》治痰火。按：兼治口瘡目痛，消渴及痰在，經絡四肢，非此不達。粥熟後加入。《本草補遺》曰：竹瀝清痰，非助薑汁不能行。

牛乳粥。《千金翼》曰：石英黑豆飼牛，取乳作粥令人肥健。按：兼健脾，除疸黃。《本草拾遺》云：水牛膀黃牛。又芝麻磨醬，炒麪煎茶，加鹽，和入乳，北方謂之麪茶，益老人。

鹿肉粥。慈山參入。關東有風乾鹿肉條，酒微煮，碎切作粥，極香美，補中益氣力，强五藏。《壽世青編》曰：鹿肉不補，反痿人陽。按：《別録》指茸能痿陽，蓋因陽氣上升之故。

淡菜粥。《行廚記要》：止泄瀉補腎。按：兼治勞傷精血衰少，吐血腸鳴腰痛。又治瘻。與海藻同功。《刊石藥驗》曰：與蘿蔔或紫蘇冬瓜入米同煮，最益老人，酌宜用之。

雞汁粥。《食醫心鏡》治狂疾，用白雄雞。又《奉親養老書》：治脚氣用烏骨雄雞。按：兼補虛養血。異爲風爲雞，風病忌食。陶弘景《真誥》曰，養白雄雞□辟邪，野雞不益人。

鴨汁粥。《食醫心鏡》：治水病。垂死青頭鴨和五味煮粥。按兼補虛除熱，利水道，止熱痢。《禽經》曰：白者良，黑者毒，老者良，嫩者毒。野鴨尤益病人，忌同胡桃、木耳、豆豉食。

海參粥。《行廚記要》治痿，温下元。按：滋腎補陰。《南閩記聞》言捕取法，令女人裸體入水，即爭逐而來，其性濡也。色黑入腎，亦從其類。先煮爛，細切，入米，加五味。

白羹粥。《遵生八牋》：開胃悅脾。按：兼消食止暴痢腹脹。《爾雅翼》曰：諸魚乾者皆爲，羹不及石首魚，故獨得白名。《吳地志》曰：羹字從羔，下魚從羹者，非煮粥加薑豉。

不眠。初生英仁作糜，食尤易睡。稬康《養生論》謂榆令人瞑也。椅皮爲末，可和菜茹食。

桑白皮粥。《三因方》：治消渴。繭穀炒，拆白花同煮。又《肘后方》治同。按：兼治欬嗽吐血，調中下氣。采東畔嫩根刮去皮，勿去涎，炙黃用。其根出土者有大毒。

麥門冬粥。《南陽活人書》：治勞氣欲絶。和大棗竹葉炙草煮粥。又《壽世青編》治嗽及反胃。按：兼治客熱口乾心煩。《本草衍義》曰：其性專泄不專收，氣弱胃寒者禁服。

地黃粥。《曜仙神隱書》：利血生精。候粥熟再加酥蜜。按兼涼血、生血、補腎、真陰。生用寒，製熟用微温。煮粥宜鮮者，忌銅鐵器。吴旻《山居録》云，葉可作菜，甚益人。

吴菜莫粥。《壽世青編》：治寒冷心痛腹脹。又《千金翼》：酒煮菜莫，治同。此加米煮，撿開口者洗數次用。按：兼除濕逐風止痢。周處《風土記》：九日，以菜莫插頭可辟惡。

紫石英粥。《備急方》：治虚勞驚悸。打如豆，以水煮汁作粥。按兼治上氣心腹痛，欬逆邪氣。久服温中蓋上，能鎮心重以去怯也。下能益肝濕，以去枯也。

慈石粥。《奉親養老書》：治老人耳聾，搥末，綿裹，加豬腎煮粥。《養老書》又方同。

白石英水浸露地，每日取水作粥，氣力强健，顔如童子。按兼治周痺風濕，通關節，明目。

滑石粥。《聖惠方》：治膈上煩熱。滑石煎水，入米同煮。按兼利小便，蕩胸中積聚，療黄疸石淋水腫。《炮炙論》曰：凡用，研粉，牡丹皮同煮半日，水淘，曝乾用。

白石脂粥。《子母秘録》：治水痢不止。研粉和粥，空心服。按石脂有五種，主治不相遠，濇大腸止痢居多。此方本治小兒弱不勝藥者，老年氣體虚羸，亦宜之。

葱白粥。《小品方》：治發熱頭痛。連鬚和米煮，加醋少許，取汗愈。又《綱目方》：發汗解肌加豉。按兼安中，開胃節，殺百藥毒。用胡葱良，不可同蜜食，壅氣害人。

菜菔粥。《圖經本草》：治消渴，生搗汁煮粥。又《綱目方》：寬中下氣。按兼消食去痰，止欬治痢制麵毒。皮有紫白二色，生沙壤者大而甘，生瘠地者小而辣。治同。

菜菔子粥。《壽世青編》：治氣喘。按兼化食除脹，利大小便，止氣痛。生能升、熟能降，升則散風寒，降則定喘欬，尤以治痰治下痢，厚重有殊。績水研，濾汁加入粥。

菠菜粥。《綱目方》：和中潤燥。按兼解酒毒，下氣止渴，根尤良，其味甘滑。《儒門事親》云：久病大便澀滯不通及痔漏，宜常食之。《唐會要》：尼波羅國獻此菜，爲能益食味也。

甜菜粥。《唐本草》夏月煮粥食，解熱，治熱毒痢。又《綱目方》：益胃健脾。按：《學圃録》：甜本作蒝，一名蓬菜，兼止血療。時行壯熱諸菜，性俱滑，以爲健脾，恐無驗。

秃菜根粥。《全生集》：治白濁，用根煎湯煮粥。按：《本草》不載。其葉細縐似地黄葉，俗名牛舌頭草，即野甜菜。味微澀，性寒，解熱毒，兼治癬。《鬼遺方》云：搗汁熬膏塗貼之。

芥菜粥。《綱目方》：豁痰辟惡。按兼温中止嗽。開利九竅。其性辛熱而散耗人真元。《別録》謂能明目，暫時之快也。葉大者良，細葉有毛者損人。

韮葉粥。《食醫心鏡》：治水痢。又《綱目方》：温中暖下。按：兼補虚壯陽，治腹冷痛。莖名韭白根名韮黄。《禮記》謂韮爲豐，本言美在根，乃莖之未出土者，治病用葉。

韮子粥。《千金翼》：治夢洩遺尿。按：兼暖腰膝，治鬼交甚効，補肝及命門，療小便頻數。韮乃肝之菜，入足厥陰經，肝主洩，腎主閉，止洩精，尤爲要品。

莧菜粥。《奉親養老書》：治下痢，莧菜煮粥食立効。按：《學圃録》：莧類甚多，常有者白紫赤三種，白者除寒熱，紫者治氣痢，赤者治血痢，並利大小腸。治痢初起爲宜。

鹿腎粥。《日華本草》：補中，安五藏，壯陽氣。又《聖惠方》：治耳聾，俱作粥。按腎俗名腰子，兼補一切虚損。糜類鹿，補陽宜鹿補，陰宜糜。《靈苑記》有鹿補陰，糜補陽之説，非。

羊腎粥。《飲膳正要》：治陽氣衰敗，腰脚痛，加葱白、枸杞葉同五味煮汁，再和米煮。又《食療心鏡》：治腎虚精竭，加豉汁五味煮。按兼治上氣心腹痛，欬逆邪氣。《脚氣方》書每用爲腎經引導。

豬髓粥。慈山參入。按：《養老書》豬腎粥加葱治脚氣。《肘後方》：豬肝粥加緑豆治漏瀉，皆宇補益。□尤動風，煮粥無補。丹溪心法：用脊髓治虚損，補陰，兼填骨髓入粥佳。

豬肚粥。《食醫心鏡》：治消渴飲水。用雄豬肚煮取濃汁，加豉作粥。按：兼補虚損，止暴痢，消積。《聚圖經》：《本草》曰：四季月宜食之，豬水者，而胃屬土，用之以胃治胃也。

羊肉粥。《飲膳正要》：治骨蒸久冷。山藥蒸熟，研如泥，同肉下米作粥。按：兼補中益氣，開胃健脾，壯陽滋腎，療寒疝。杏仁同煮則易糜，胡桃同煮則不臊，銅器煮損陽。

羊肝粥。《多能鄙事》：治目不能遠視。羊肝碎切，加韭子炒研煎汁，下米煮。按：兼治肝風虚熱目赤及病後失明。羊肝能明目，他肝則否，青羊肝尤驗。

羊脊骨粥。《千金食治方》：治老人胃弱，以骨搥碎煎取汁，入青粱米煮。按：兼治寒中羸瘦，止痢補腎，療腰痛脊骨通。督脈用以治腎，尤有效。

犬肉粥。《食療心鏡》：治水氣鼓脹，和米爛煮，空腹食。按：兼安五藏，補絶傷，益陽事，厚腸胃，填精髓，暖腰膝。黄狗肉尤補，益虚勞不再去血，去血則力減，不益人。

麻雀粥。《食治通説》：治老人羸瘦，陽氣之弱。按兼解酒毒，下氣止渴，根尤良，其味甘滑。《儒門事親》云：久病大便澀滯不通及痔漏，宜常食之。《唐會要》：尼波羅國獻此菜，爲能益食味也。

鯉魚粥。《壽域神方》：治反胃，童便浸一宿，炮□煮粥。又《食醫心鏡》：治欬嗽氣喘，用糯米。按：兼治水腫黄疸，利小便，諸魚推此爲佳。風起能飛□，故又動風，風病忌食。

右煮粥方上中下三品，共百種，調養治疾，二者兼具，皆所以爲老年，地毋使

輕，投攻補耳。前人有食療、食治、食醫及《服食經》、《飲膳正要》諸書，莫非避峻厲以就和平也。且不獨治疾宜慎，即調養亦不得慨施。如人參粥，亦見李絳《手集方》，其爲大補元氣，自不待言，但價等於珠，未易供尋常之一飽。聽之有力者，無庸摭入以備方。此外所遺尚多，豈僅氣味俱劣之物，亦有購覓難獲之品，徒矜博采而無當於用，奚取乎。茲撰《粥譜》，要皆斷自臆見，合前四卷，足備老年之頤，養吾之自老，其老恃此道也，乃或傳述及之，不無小裨於世，謬妄之譏，又何敢辭。

是歲季冬月之三日，慈山居士又書於尾。

陸燿《甘藷録・藏貢》 《金藷傳習録》：存藷不一，其法在人變通。存木斛中，草囤中，磁甕中，竹籠中俱可，但性畏寒又畏熱，置避風和暖處，用草浮蓋俾通氣，若封固則發熱壞爛。

陸燿《甘藷録・製用》 《金藷傳習録》：藷初結即可食，味淡多汁，及時則甜，煨食煮食燉食蒸食亦可，生食切片曬乾碾作饘粥，磨作粉餌，滾水灼可作丸，拌麪可作酒，舂細水濾去渣，澄曬成粉，其葉可作蔬。

《羣芳譜》：一造粳，將糯米水浸五七日，以米酸爲度，淘淨曬乾，搗成細粉，看晴天將糯粉入生水，和作團子，如杯口大。即將藷根拭去皮，洗淨沙石土，徐徐磨作漿，要極細，勿攙水。將糯團煮熟，撈入瓶中，用木杖盡力攪作糜，候冷熱得所，大約以可入手爲度。將藷漿傾入，每糯粉三斗入藷漿一觔，攪極勻。先將乾小粉篩平板上，次將糜置粉上，又著乾粉捍薄，曬半乾，切如骰子樣，曬極乾收藏。用時慢火燒鍋令熱，下二合許，漫火炒少刻，漸軟漸發成圓毬子，次下白糖芝麻，或更加香料炒勻，候冷極浮脆。每粳二升可炒一斗，芋漿山藥漿亦可作。

造粉，取藷根爛布拭去皮，水洗淨，和水磨細，入水中淘去浮查，取澄下細粉曬乾，同豆粉澱水作丸，與珍珠沙谷米無異。

嵇璜等《欽定續文獻通考》卷三二《國用考》 〔神宗萬曆〕二十九年冬，煮粥濟貧民。從户部奏，節序方嚴，羣獨可憫，自十一月初起，至次年正月終止，煮粥濟之。

袁枚《隨園隨筆》卷二七《黑豆》 晉惠帝永寧二年，黄門侍郎劉景先表奏，臣遇太白山隱氏傳濟饑辟穀仙方，臣家大小七十餘口更不食別物，若不如斯，臣一家甘受刑戮。其方用大荳五斗淘淨，蒸三遍去皮，用大麻子三斗浸一宿，亦蒸三遍，令口開取仁，各搗爲末，和搗作團如拳大，入甑中蒸。從戌至子時止，寅時出甑，午時曬乾爲末乾服之，以飽爲度，不得食一切物。第一頓得七日不饑，第二頓得四十九日不饑，第三頓三百日不饑，第四頓得一千四百日不饑，更不必服，永不饑也。不問老少，但依法服，令人强壯，容貌紅白，永不憔悴。口渴即研大麻子湯飲之。轉更滋潤腑腑。若要重喫物，用葵子三合，研末煎湯冷服下，藥如金色，任喫諸物並無所損。前知隨州朱頡教民用之有驗，序其首尾，勒石于漢陽大別山太平興國寺。見李時珍《本草》。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 梁昭明以點心爲小食，鄭傪嫂勸叔且點心，由來舊矣。作《點心單》。

鰻麪

大鰻一條烝爛，拆肉去骨，和入麪中，入雞湯清揉之，幹成麪皮，小刀劃成細條，入雞汁、火腿汁、蘑菇汁滾。

温麪

將細麪下湯瀝乾，放碗中，用雞肉、香蕈濃滷，臨喫，各自取瓢加上。

煮鱔成滷，加麪再滾，此杭州法。

裙帶麪

以小刀截麪成條，微寬，則號裙帶麪。大概作麪，總以湯多滷重，在碗中望不見麪爲妙。寧使食畢再加，以便引人入勝。此法揚州盛行，恰甚有道理。

素麪

先一日將蘑菇蓬煮汁，定清。次日净笋煮汁，加麪滾上。此法揚州定慧菴僧人，製之極精，不肯傳人。然其大概亦可倣求。其湯純黑色，或云暗用蝦汁，蘑菇原汁，只宜澄去泥沙，不可換水，一換水則厚味薄矣。

蓑衣餅

乾麪用冷水調，不可多。揉幹薄後，捲攏再幹薄了，用猪油、白糖鋪勻，再捲攏幹成薄餅，用猪油煠黄。如要鹽的，用葱、椒、鹽亦可。

蝦餅

生蝦肉，葱、鹽、花椒、甜酒脚少許，如水和麪，香油灼透。

薄餅

山東孔藩臺家製薄餅，薄若蟬翼，大若茶盤，柔膩絶倫。家人如其法爲之，卒不能及，不知何故。秦人製小錫罐裝餅三十張。每客一罐，餅小如柑。罐有蓋，可以貯暖。用炒肉絲，其細如髮，葱亦如之。豬、羊並用，號曰西餅。

松餅

南京蓮花橋，教門方店最精。

麵老鼠

以熱水和麵，俟雞汁滾時，以蒼夾入，不分大小，加活菜心，別有風味。

顛不稜，即肉餃也

糊麵攤開，裹肉爲餡烝之。其討好處，全在作餡得法，不過肉嫩、去筋、加作料而已。余到廣東，喫官鎮臺顛不稜，甚佳。中用肉皮煨膏爲餡，故覺軟美。

肉餛飩

作餛飩，與餃同。

韭合

韭白拌肉，加作料，麵皮包之，入油灼之。麵內加酥更妙。

麵衣

糖水糊麵，起油鍋令熱，用箸夾入。其作成餅形者，號軟鍋餅。杭州法也。

燒餅

用松子、胡桃仁敲碎，加水糖屑、脂油，和麵炙之，以兩面黃爲度，面加芝麻，扣兒會做，麪羅至四五次，則白如雪矣。須用兩面鍋，土下放火，得奶酥更佳。

千層饅頭

楊參戎家製饅頭，其白如雪，揭之如有千層，金陵人不能也。其法揚州得半，常州、無錫亦得其半。

麵茶

熬粗茶汁，炒麵兌入，加芝麻醬亦可，加牛乳亦可，微加一撮鹽。無乳則加奶酥、奶皮亦可。

酪

捶杏仁作漿，挍去渣，抖粉，加糖熬之。

粉衣

如作麵衣之法，加糖加鹽俱可，取其便也。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 蘿蔔湯圓

蘿蔔刨絲滾熟，去臭氣，微乾，加蔥、醬拌之，於粉團中作餡，再用麻油灼之，湯滾亦可。春圃方伯家製蘿蔔餅，叩兒學會，可照此法作韭菜餅，野雞餅試之。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 雞豆糕

研碎雞豆，用微粉爲糕，放盤中烝之。臨食，用小刀片開。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 蕭美人點心

儀真南門外，蕭美人善製點心，凡饅頭、糕、餃之類，小巧可愛，潔白如雪。

劉方伯月餅

用山東飛麵，作酥爲皮，中用松仁、核桃仁、瓜子仁爲細末，微加冰糖，和豬油作餡。食之不覺甚甜，而香鬆柔膩，迥異尋常。

陶方伯十景點心

每至年節，陶方伯夫人手製點心十種，皆山東飛麵所爲，奇形詭狀，五色紛披，食之皆甘，令人應接不暇。隆制軍云：喫孔方伯薄餅，而天下之薄餅可廢。喫陶方伯十景點心，而天下之點心可廢。自陶方伯亡，而此點心亦成廣陵散矣。嗚呼。

楊中丞西洋餅

用雞蛋清和飛麵，杵稠水放碗中。打銅夾剪一把，頭上作餅形如碟大，上下兩面，銅合縫處不到一分。生烈火，撩稠水，一糊一夾一燠，頃刻成餅，白如雪，明如綿紙，微如冰糖、松仁屑子。

白雲片

白米鍋巴，薄如綿紙，以油炙之，微加白糖，上口極脆。金陵人製之最精，號白雲片。

風栖

以白粉浸透，製小片，入豬油灼之。起鍋時，加糖糝之，色白如霜，上口而化，杭人號曰風栖。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 小饅頭小餛飩

作饅頭如胡桃大，就烝籠食之。每箸可夾一雙，揚州物也。揚州發酵最佳，手捺之不盈半寸，放鬆仍隆然而高。小餛飩小始龍眼，用雞湯下之。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 作酥餅法

冷定脂油一碗，開水碗，先將油同水攪勻，入生麵，儘揉要軟，如捍餅一樣。然後將生麵做團子，如核桃大，將熟麵亦作團子，略小一彙，再將熟麵團子包在生麵團子中，捍成長餅，長可八寸，寬二三寸許，然後折疊如碗樣，包上糝子。

天然餅

涇陽張荷塘明府家製天然餅，用上白飛麵，加微糖及脂油爲酥，隨意搦成餅

樣，如碗大，不拘方圓，厚二分許。用潔净小鵝子石，襯而燠之，隨其自爲凹凸，色半黄便起，鬆美異常。或用淡鹽亦可。

花邊月餅

明府家製花邊月餅，不在山東劉方伯之下。余常以轎迎其女廚來園製造，看用飛麪拌生猪油，千團百搦，才用棗肉嵌入爲餡，裁如碗大，以手搦其四邊菱花樣。用火盆兩个，上下覆而炙之。棗不去皮，取其鮮也，油不先熬，取其生也。含之上口而化，甘而不膩，鬆而不滯，其工夫全在搦中，愈多愈妙。

製饅頭法

偶食龍明府饅頭，白細如雪，面有銀光，以爲是北麪之故。龍云：不然，麪不分兩北，只要羅得極細，羅篩至五次，則自然白細，不必北麪也。惟做酵最難，請其庖人來教，學之卒不能鬆散。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 竹葉粽

取竹葉裹白糯米煮之，尖小如初生菱角。

水粉湯圓

用水粉和作湯圓，滑膩異常，中用松仁、核桃、猪油、糖作餡，或嫩肉去筋絲捶爛，加葱末、秋油作餡亦可。作水粉法：以糯米浸水中一日夜，帶水磨之，用布盛接，布下加灰，以去其渣，取細粉曬乾用。

脂油糕

用純糯粉拌脂油，放盤中烝熟，加冰糖椎碎入粉中，烝好，用切開。

雪花糕

烝糯飯搗爛，用芝麻屑加糖爲餡，打成一餅，再切方塊。

軟香糕

軟香糕，以蘇州都林橋爲第一。其次虎邱糕，西施家爲第二。南京南門外報恩寺，則第三矣。

百果糕

杭州北關外賣者最佳。以粉惴，多松仁、胡桃，而不放橙下者爲妙。其甜處非蜜非糖，可暫可久。家中不能得其法。

栗糕

煮栗極爛，以純糯粉加糖爲糕烝之，上加瓜仁、松子。此重陽小食也。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 青糕青團

抱青草爲汁，和粉作糕團，色如碧玉。

合歡餅

烝糯爲飯，以木印印之，如小琪璧狀，入鐵架燠之，微用油，方不粘架。

三層玉帶糕

以純糯粉作糕，分作三層，一層粉，一層猪油、白糖，夾好烝之，烝熟切開。

蘇州人法也。

運司糕

盧雅雨作運司，年已老矣。揚州店中作糕獻之，大加稱賞，從此遂有運司糕之名。色白如雪，點胭脂，紅如桃花。微糖作餡，淡而彌旨。以運司衙門前店作爲佳，他店粉粗色劣。

炒糕

糯粉烝糕，中夾芝麻，塘屑。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 雞豆粥

磨碎雞豆爲粥，鮮者最佳，陳者亦可。加山藥茯苓尤妙。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 金團

杭州金團，鑿木爲桃、杏、元寶之狀，和粉搦成，入木印中便成。其餡不拘葷素。

麻團

烝糯米搗爛爲團，用芝麻屑拌糖作餡。

芋粉團

磨芋粉曬乾，和米粉用之。朝天宮道士製芋粉團，野雞餡，極佳。

熟藕

藕須買米加糖自煮，并湯極佳。外賣者多用灰水，味變不可食也。余性愛食嫩藕，雖軟熟而以齒決，故味在也。如老藕一煮成泥，便無味矣。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 雪蒸糕法

每磨細粉，用糯米二分，粳米八分爲則。一拌粉，將粉置盤中，用涼水細細灑之，以捏則如團，撒則如砂爲度。將粗麻篩篩出，其剩下塊搓碎，仍于篩上盡出之，前後和勻，使乾濕不偏枯。以巾覆之，勿令風乾日燥，聽用。水中酌加上洋糖，則更有味。拌粉與市中挽兒糕法同。一錫圈及錫錢，俱宜洗剔極净，臨時略將香油和水，布蘸拭之。每一烝後，必一洗一成。一錫圈内，將錫錢置妥，先鬆莊粉

一小半，將果餡輕置當中，後將粉鬆裝滿圈直衝爲度。取出覆之，先去圈，後去錢，飾以胭脂。兩圈更遞爲用。一湯瓶宜洗淨，置湯分寸，以及肩爲度。然多滾則湯易涸，宜留心看視，備熱水頓添。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 揚州洪府粽子

洪府製粽，取頂高糯米，撿其完善長白者，去其半顆散碎者，淘之極熟，用大箬葉裹之，中放好火腿一大塊，封鍋悶煨一日一夜，柴薪不斷。食之滑膩温柔，肉與米化。故云：即用火腿肥者斬碎，散置米中。

袁枚《隨園食單》卷四《飯粥單》 粥飯、本也，餘菜，末也。本立而道生。作《飯粥單》。

飯

王芥云：鹽者，百肴之將。余則曰：飯者，百味之本。《詩》稱：釋之溲溲，烝之浮浮。是古人亦喫烝飯，然終嫌米汁不在飯中。善煮飯者，雖煮如烝，依舊顆粒分明，入口軟糯。其訣有四：一要米好，或香稻，或冬霜，或晚米，或觀音秈，或桃花秈，春之極熟，霉天風攤播之，不使惹霉發疹。一要善淘，淘米時，不惜工夫，用手揉擦，使水從籮中淋出，竟成清水，無復米色。一要用火先武後文，悶起得宜。一要相米放水，不多不少，燥濕得宜。往往見富貴人家，講菜不講飯，逐末忘本，真爲可笑。余不喜湯澆飯，惡失飯之本味故也。湯果佳，寧一口喫湯，一口喫飯，分前後食之，方兩全其美。不得已，則用茶、用開水淘之，猶不奪飯之正味。飯之百，在百味之上。知味者，遇好飯不必用菜。

粥

見水不見米，非粥也。見米不見水，非粥也。必使水米融泠，柔膩如一，而后謂之粥。尹文端公曰：寧人等粥，毋粥等人。此真名言，防停頓而味變，湯乾故也。近有爲鴨粥者，入以葷腥。爲八寶粥者，入以果品，俱失粥之正味。不得已，則夏用綠豆，冬用黍米，以五穀入五穀，尚屬不妨。余常食于某觀察家，諸菜尚可，而飯粥粗糲，勉强咽下，歸而大病。常戲語人曰：此是五臟神暴落難時，故自禁受不得。

李調元《南越筆記》卷一六《異飯》 西寧之俗，歲三月以青楓烏桕嫩葉浸之信宿，以其膠液和糯蒸爲飯，色黑而香。楓一名烏飯木，故用之以相餉。南雄以寒食前後婦女相約上丘壠，以烏糯飯置牲口祭墓，又以蠟樹葉搗和米粉爲粔籹，色青而香。長樂人以香桂皮葉蒸飯，食之亦香。東莞以香粳雜魚肉諸味，包荷葉蒸之，表裏香透，名曰荷包飯。瓊州以南椰粉爲飯，曰椰霜飯。南椰與椰子樹不同，其精液形色氣味皆類藕蕨之粉，故曰南椰粉。性温熱補中，《本草》以爲莎木麵也。

李調元《南越筆記》卷一六《茶素》 廣州之俗，歲終以烈火爆開糯穀，名曰炮穀，以爲煎堆心餡。煎堆者，以糯粉爲大小圓，入油煎之，以祀先及餽親友者也。又以糯飯盤結諸花，入油煎之，名曰米花。以糯粉雜白糖沙入豬脂煮之，名沙塥。以糯粳相雜炒成粉，置方圓范中敲擊之，使堅如鐵石，名爲白餅。殘臘時家家打餅聲與搗衣相似，甚可聽。又有黄餅、鷄春酥、□餅之屬，富者以餅多爲尚，至寒食清明，猶出以餉客。尋常婦女相餽問，則以油粿膏環薄脆，油粿膏環以麵，薄脆以粉，皆所謂茶素也。端午爲粽，以冬葉裹者曰灰粽、肉粽。置蘇木條其中爲紅心，以竹葉裹者曰竹筒粽，三角者曰角子粽，水浸數月，剝而煎食，甚香。重陽爲糕，冬至爲米糍，曰冬丸。平常則作粉果，以白米浸至半月，入白粳飯其中，乃舂爲粉，以豬脂潤之，鮮明而薄以爲外，茶蘼露竹胎肉粒鵝膏滿其中以爲内，則與茶素相雜而行者也，一名粉角。又有以椰子、以芝麻、以豆糠爲餈者，以蕨、以葛、以菱、以茨菰、以甘藷爲粉者，皆謂之餈食。

桂馥《札樸》卷九《科斗》 濟南春初有賣科斗食者，乃和粉以漏器瀹於沸湯中，形似蝦蟇子，故謂之科斗。案《集韻》蝌斗，餌也，象蟲形。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 甘薯粉。功同甘薯。造法，用薯根粗布拭去皮水，洗净和水磨細，入水中淘去浮渣，取澄下細粉曬乾，同豆粉。用此粉水作丸，與珍珠沙谷米無異。按：此粉余前在閩中及玉環俱有，土人造以舊客，販行遠方。近日寧波及乍浦多有販客市粉，價賤於麵粉。近日餅餌鋪中率多買此，攙和麥麵中作果餌以售。其粉亦高低不等，有曰净粉，則依前法所造者，滾水冲之，儼如藕粉，故藕粉店中亦多買此攙和，非有識者莫辨。有曰行粉，則連浮渣一切皆磨細和入，只可作餅餌用，其色亦黄而不白。然其又有甜苦二種，沙土細潔者則其茹，作粉甜。倘先一年種烟，其地次年種茹，則苦澀人不售之，惟堪作粉，味亦苦矣。但以味甘有清香，化開色如玉者佳。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 鬼芋

《羅浮志》深谷中産，物如薯芋狀，山人得之，剖作四片，入砂盆磨作膠漿，鍋煮成膏，待冷則凝結如餅塊，一復剖爲四片，添水再煮成膏，膏成，照前三煮四煮，乃可食令飽。一芋所煮，可充數十人之腹，故稱鬼芋焉。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸穀部》 米油

此乃滾粥鍋內煎起沫，釀滑如膏油者是也。其力能實毛竅最肥人，用大鍋能煮五升米以上者，其油良。越醫全丹若云黑瘦者食之，百日即肥白，以其滋陰之功勝於熟地也，每日能撇出一碗，淡服最佳，若近人以熟粥絞汁爲米油，未免力薄矣。

味甘性平，滋陰長力，肥五臟百竅，利小便通淋。

精清不孕。《紫林單方》用煮米粥滾鍋中，面上米沫浮面者取起，加煉過食鹽少許，空心服下，其精自濃即孕矣。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸穀部》 鍋焦陳久年糕

一名黃金粉，乃人家煮飯鍋底焦也。取僧寺中米多焦厚者，入藥良。

味苦甘性平，補氣運脾，消食止泄瀉，入珍粉用之。

鍋焦丸。小兒常用健脾消食。《家寶方》：用鍋焦炒黃三觔，神麴炒四兩，砂仁炒二兩，山查四兩，蒸蓮肉去心四兩，雞肫皮一兩，炒。其爲細末，加白糖米粉和勻，焙作餅用。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》 仙果不饑方。《醒園録》：大南棗一觔，好柿餅十塊，芝麻半觔去皮炒，糯米粉半觔炒，將芝麻研成細末，棗柿同入飯中蒸熟，取出去皮核子蒂，搗極爛，和麻米二粉，再搗勻爲丸，曬乾收貯，加參成秣，以杏酪煮爲薑粥，俟其凝冷，裁作薄葉，沃以餳若蜜而食之，所謂之麥餳。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《菜蔬部》 甘薯粳。《羣芳譜》一造粳，將糯米水浸五七日，以米酸爲度，淘淨曬乾，搗成細粉，看晴天將糯米粉入生水，和作團子如杯口大，即將薯根拭去皮洗淨，沙石土徐徐磨作漿，要極細勿攙水，將糯團煮熟撈入瓶中，用木杖盡力攪作糜，候熱得所大約以可入手爲度，將薯漿傾入，每糯粉三斗入薯漿一觔，攪極勻，先將乾小粉篩平板上，次將糜置粉上，又薯乾粉捍薄曬半乾，切如骰子樣，曬極乾收藏。用時慢火燒鍋令熱，下二合許，慢火炒少刻，漸軟漸發成圓球子，次下白糖芝麻或更加香料炒勻，候冷極浮脆。每粳二升可炒一斗。芋漿山藥漿俱可作。按：此物食之厚腸胃，健脚力，縮痰涎，解毒活血甚妙。

師範《滇繫》卷一〇之二《屬夷》 青稞質類蕎麥，而莖葉類黍，耐雪霜，阿墩子及高寒之地皆種之。經年一熟，七月種六月穫。夷人炒而舂麪，入酥爲糌粑。

秦嘉謨《月令粹編》卷二《每月令》 團油飯。《老學庵筆記》《北户録》云：嶺南俗家富者，婦産三日，或匝月洗兒，作團油飯，以煎魚蝦雞鵝羊灌腸，蔗子薑桂鹽豉爲之。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・寒食》 社飯。《遵生八牋》春社日，以諸肉雜調和鋪飯上，謂之社飯。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・寒食》 子推燕。《東京夢華録》京師以冬至後一百五日爲大寒食，前一日謂之炊熟，用麪造燕鵝飛燕，柳條串之，插於門楣，謂之子推燕。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・寒食》 蒸餅。《本草集解》蒸餅是酵糟發成，單麪所造，丸藥所須，及寒食日蒸之，至皮裂，去皮懸之風乾，臨時以水浸脹，擂爛濾過，和脾胃及三焦，藥甚易消化。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・寒食》 冬凌粥。《食譜》張手美家寒食冬凌粥。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・寒食》 青精飯。《零陵總記》楊桐葉細冬青，居人遇寒食採其葉，染飯色青而有光，食之資陽氣，道家謂之青精乾石飢飯。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・寒食》 棗糕。《藝死雌黃》寒食以麪爲蒸餅樣，團棗附之，名曰棗糕。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・寒食》 餳粥。《鄴中記》寒食三日，醴酪，又煮粳米及麥爲酪，搗杏仁煮作粥。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總・清明》 麥餳。《事物紀原》世俗每至清明，以麥飯制度，賜御庖令造進。法用水晶飯，龍腦粉，龍腦末，牛酪漿調軍，入金提缸，垂下水池，待其冷透，供進。惟大暑方作。

秦嘉謨《月令粹編》卷八《四月日次・物候》 榆錢糕。《帝京景物略》：四月榆初錢，麪和糖蒸食之，曰榆錢糕。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・歲令總雜識》 百合麪。《山家清供》百合麪，春秋仲月采根暴乾，搗節和麪作湯餅，最益氣血，又蒸熟可以佐酒。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・每月令雜識》 團油飯。《老學庵筆記》、《北户録》云：嶺南俗，家富者婦産三日或匝月，洗兒作團油飯，以煎魚蝦雞鵝豬羊灌腸，蔗子薑桂鹽豉爲之。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・正月令雜識》 梅粥。《山家清供》梅落英净洗，用雪水煮，候白粥熟同煮。楊誠齋詩云：纔看臘後得春饒，愁見風前作雪飄。脱蘂收將蒸粥喫，落英仍好當香燒。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・三月令雜識》　松花餅。《山居雜志》松至三月花，以杖扣其枝，則紛紛墜落，調以蜜作餅遺人，曰松花餅。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・夏總雜識》　槐葉淘。《山家清供》杜甫詩云：青青高槐葉，采掇付中廚。新麵來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加鹽愁欲無。其法：於夏采槐葉之秀者，湯少瀹，研細漉清，和麵作淘，乃以醯醬熟蒸，簇細苗以盤行之，取其碧鮮可愛也。

慶桂《荒政輯要》卷七《黃蠶粥》　魏叔子禧曰：取菜洗淨，貯缸中，用表面入滾水調稀漿澆菜上，以石壓之，不用鹽。六、七日後，菜變黃色，味有微酸，便成黃蠶矣。此後但以菜投入蠶汁中，便可作蠶，更不復用面。取蠶切碎，和米煮粥食之，每米二斗，可當三斗之用。雖不及純米養人，而充塞飢腸，聊以免死，亦儉歲縮節之一法也。

慶桂《荒政輯要》卷七《煮麥粥》　黃慎齋澄曰：用大麥磨成麵子，每麵子八升，加以碎米二升，調成糊粥。過饑荒之年，擇一倚傍廟宇空處，對面搭棚十間，兩頭設立木柵門，門派二役把守。其棚內砌土竈五眼，用大鍋五口，滿貯清水，燒令滾沸。預將米粉麥麵二、八拌勻，堆貯棚內，一鍋水滾入，麥麵攪勻，頃刻濃熟可喫。用大杓約一大碗，自東柵門放飢民魚貫而入，就鍋與一大杓，挨次給散，令其由西柵而出。一人掌杓施粥，其調煮之人，即於第二鍋內下面調攪，頃刻又熟。二鍋散完，即散三鍋，次第以至五鍋，而第一鍋又早水滾可用矣。鍋不必洗，人不停手，竈下十人，竈上十人，共二十人替換，足供是役。計麵粉每升可調三、四杓，濟飢民三、四人，以三四石計，可濟千人。每日調粥十餘石，則濟四、五千人。初不慮其擁擠也。自卯末辰初，散至午末竣事。計麥麵米粞之價，較米價止十分之五，而人工費用器具又省十分之七八矣。其便有五：一、價賤則經費可充可久。一、面粉粗於米粥，非實在飢民，不來爭食。一、米粞拌入麥麵之中，廠內人不能偷竊。一、熟可現喫，非若冷粥傷人脾胃。一、頃刻成熟可喫，非若米粥，必隔夜燒煮，不費人工時候。如境遇大荒，城鄉分設四廠，可無受飢之民矣。但須預於半月前發米磨粞，發大麥磨麵，責成磨坊碾部陸續磨運堆貯，以供應用毋缺。查大麥麵子，淮、揚、徐、海貧民借以日食，收買甚易。江以南則須買麥焙熟再用，以免傷人脾胃。

顧仲《養小錄》卷上《餌之屬》　暗香粥

落梅瓣以綿包之，候煮粥熟下花，再一滾。

木香粥

木香花片，入甘草湯焯過，煮粥熟時入花，再一滾，清芳之至，真仙供也。

顧仲《養小錄》卷上《餌之屬》　頂酥餅

生麪，水七分，油三分，和稍硬，是爲外層。硬則入爐時皮能頂起一層，過軟則粘不發鬆。生麪每斤入糖四兩，油和，不用水，是爲內層。杆須開折，須多徧則層多，中實果餡。

雪花酥餅

與頂酥餅同法，入爐候邊乾爲度，否則破裂。

薄脆餅

蒸麪每觔，入糖四兩，油五兩，加水和，捍開半指厚，取圓粘芝麻入爐。

果餡餅

生麪六斤，蒸麪四斤，脂油三斤，蒸粉二斤，温水和，包餡入爐。

粉棗

江米曬變色上白者佳，磨細粉稱過，滾水和成餅，再入滾水煮透，浮起取出冷。每斤入芋汁七錢，攪勻和好，切指頂大，曬極乾，入温油慢泡，以軟爲度，漸入熱油，後入滾油，候放開，仍入温油，候冷取出，白糖摻粘。

玉露霜

天花粉四兩，乾葛一兩，桔梗一兩，俱爲末。豆粉十兩，四味攪勻。乾薄荷用水灑潤，放開收水迹，鋪錫盂底，隔以細絹。置粉于上，再隔絹一層，又加薄荷，蓋好封固，重湯煮透，取出冷定，隔一二日取出，加白糖八兩，和勻印模。

松子海囉嚼

糖滷入鍋，熬一飯頃，攪冷，隨手下炒麪，旋下剉碎松子仁攪勻潑案上，先用酥油抹案。捍開，乘温切作象眼塊。

晉府千層油旋烙餅

白麪一斤，白糖二兩，水化開，入香油四兩，和麪作劑，捍開。再入油成劑，捍開，再入油成劑，再捍。如此七次，火上烙之，甚美。

光燒餅

每麪一斤，入油半兩，炒鹽一錢，冷水和捍開，整上炕，待硬緩火燒熟，極脆美。

水明角兒

白麪一斤逐漸撒入滾湯，不住手攪成稠糊，劃作一二十塊，冷水浸至雪白，

放稻草上攤出。水豆粉對配，作薄皮包餡，籠蒸甚妙。

酥黃獨

熟芋切片，榛松杏榧等仁爲末，和麪拌醬、油煠，香美。

閣老餅

糯米淘淨，和水粉之瀝乾，計粉二分，白麪一分，其餡隨用熯熟，軟膩好喫。

核桃餅

胡桃肉去皮，和白糖搗如泥模印，稀不能持。蒸江米飯攤冷，加紙一層，置餅于上。一宿餅實，而江米反稀。

橙糕

黃橙四面用刀切破，入湯煮熟，取出去核搗爛，加白糖，稀布裂汁，盛瓷盤，再頓過凍就切食。

梳兒印

生麪緑豆粉停對，加少薄荷末同和，搓成條如筋頭大，切二分長，逐箇用小梳掠齒印花紋，入油煠熟，漏杓撈起，乘熱灑白糖拌匀。

蒸裹糍

白糯米蒸熟，和白糖拌匀，以竹葉裹小角兒，再蒸，或用餡，蒸熟即好喫矣。如剥出油煎，則仙人之食矣。

吴翌鳳《鐙窗叢録・補遺》　神仙粥專治感冒、風寒、暑濕、頭痛、骨痛，并四時疫氣流行等症，初得病兩三日服此即解。法：用糯米半合，生薑五六片，河水兩碗，於砂鍋内煮一二滾，次入帶鬚大葱白五六个，煎至米熟，再加米醋小半盞入内，稱匀，乘熱喫粥，或只喫粥湯，即於無風處睡，以出汗爲度。蓋以糯米補養爲君，薑葱發散爲臣，而又以酸醋斂之。屢用屢驗，非尋常散養之劑可比也。

楊景仁《籌濟編》卷七《煮賑》　【略】徐光啓《備荒考》垂死飢人賑粥法：邊海有失風船，飄至塘。船中人餓將絶者，急與食，往往狼吞致死。有煮稀粥潑桌上，令飢人漸漸吮食之，方能得生。蓋飢腸微細，不堪頓食也。黄蠶雜煮增粥法：取菜洗淨貯缸中，用麥麵入滾水調稀漿，澆菜上，以石壓之，不用鹽滲。六七日後，菜變黄色，味微酸，便成黄蠶矣。此後但以菜投蠶汁中，便可作蠶，不復用麵。取蠶切碎，和米煮粥食之。每米二斗，可當三斗之用，雖不及純米養人，而充塞飢腸，聊以免死，亦儉歲縮節一法也。《農政全書》

【略】黄慎齋澄《煮麥粥法》曰：用大麥磨成麵子，每麵八升，加以碎米二升，調成糊粥。遇饑年，擇一倚傍廟宇空處，對面搭棚十間，兩頭設立木柵門，門派二役把守。棚内砌土竈五眼，用大鍋五口，滿貯清水，燒令滾沸，預將米粉麥麵二八拌匀，堆貯棚内，一鍋水滾，入麥麵攪匀，頃刻濃熟可喫。**【略】**

那彦成《賑記》卷五《煮賑・涼州馬鎮禀前事》　敬禀者：案照前蒙憲檄武威地方設廠施粥，令派委妥員，每日親赴粥廠稽查彈壓，監視量米下鍋，勿令攙雜秕及下石灰等物因。

那彦成《賑記》卷五《煮賑・中衛令翟樹滋禀前事》　敬禀者：接奉劄飭，本年雨水缺少，皋蘭等處被旱成灾，饑民逃避他方者，情堪憫惻，飭令卑縣設立粥廠，以濟外來饑民等因。**【略】**煮粥以米七麥三配煮，照例給大口五合，小口二合五勺。

周存義《江邑救荒筆記・附粥廠條款》　一、立廠先宜卜地，擇近水之區寬大廟宇數間，蓋造倉廒，建立屋宇，作爲粥廠；另擇附近寬大廟宇二所，分爲男女籌廠。

一、粥廠設棚一座，俱用木篙蘆席造成，寬十四五丈，深八九丈，中設一廳約丈餘，以爲委員彈壓之所。棚外左右各開一門，男女各入一邊，以免混雜。每邊兩頭又另設一門，使領粥後輪流而出，以免擁擠之虞。

一、男女廠各設大竈八口，高六尺餘，俱用俗名三六九磚造就。烟筒應用鐵横襯，每竈二根，每根約重十斤，每口爐齒重三十餘斤。

一、男女廠各用川二黄鍋八口，每口煮米四斗，上作木接口，高九寸。每鍋新用，以猪油十二兩、粗茶葉一斤、黄土一大塊熬煉，然後可用。

一、男女廠器具須較准發廠，大小鐵瓢各三把，鍋蓋八合，鍋鏟、炭鏟、火鉤、木瓢各四把，水挽、木燈罩、大燈盞各四個。大缸二十七八口，需貯粥兩鍋。餘木黄桶四個，需貯水二十餘石。水桶十擔，扁擔十條，棕繩二十根，挑炭籮筐四石，扁擔四條，棕繩三十二根，運米籮筐八支，木缸蓋二十七八套，燈籠十餘個。廠夫食粥粗碗三十餘個，竹筷三把。其有損壞，俱可隨時添補。其刷帚、拭布零星置用。又木架四個，系淘米用。

一、廠外設更棚一座，更鑼一面，更夫三名。隨時梭巡。以防擺竊之弊。

一、公所内應造米倉二座；約貯米千餘石；炭房一所，貯炭千餘石；籌房一間。俱設廟内，以防偷竊情弊。

一、廠内應造大籌萬餘支，小籌六七千支，俱烙火印，以杜詐僞情弊。

一、公所内應置大秤、升斗各一，米斛一挑，籌扁、擔夾板、繩索各數件。

一、紳士幕友俱宜三更鼓起，照料發米及淘米煮粥等事務。要督同跟丁書役人等實力稽察，毋任稍有弊端。

一、每鍋煮米四斗，用水五石半。其水桶深八寸，闊九寸。每鍋只在十二三刻，即能煮熟，起鍋下缸，不過半時便濃，毋任瓢夫人等攪擾，致濃粥澄清。

一、每煮米一石，需用八方炭八九斗。

一、每夜需用牛燭四斤餘，燈油四斤餘。

一、給籌應分男女。兩廠需寬大廟廊屋宇，能容萬餘人，方爲妥善。殿宇下另設橫檔一根，用二尺圍圓大木，容領籌人等挨次放出，以免擁擠。設廠內有損壞墻壁，即行修補，以杜領籌人等復行越進混領之弊及覆壓之虞。

一、廠內應用役十四名，捕役二名，保正二名，更夫三名，斗級二名，木匠一名，箍匠一名，泥水匠一名，籌廠有力管檔雇工八名，飯夫八名，水夫二十名，火夫八名，瓢夫六名。此系煮米四十石以內人數。如煮米至四十石以外，另添飯夫四名，水夫四名。以上人夫，每日於食粥外另給工資四十文。又書辦二名，每日每名給錢六十文。

以上各條系開廠應用緊要物事。其煮粥雜款難以枚舉，若有應增應減之處，俱可隨時查辦。

佚名《救荒良方·療饑良方》 許真君濟世方

歲值凶歉，飢餓者衆。此方所費不多，一料可濟萬人。

黃荳（七斗），芝麻（三斗），水淘净即蒸，不可浸多時，恐去元氣。蒸過即曬，曬干去殼，再蒸再曬，共三次。搗極熟，丸如核桃大。每服一丸，可三日不饑。此方所費不多，一料可濟萬人。

濟生大丹

芝麻（一斗，微炒，磨）、黃荳、糯米（各一斗二升，水淘，蒸熟曬干，或焙燥）、熟地（十斤）、黃耆（炙）、山藥（各五斤）、白朮（三斤，共細末）、紅棗（十斤），煮熟去皮，核打爛，配入爛蜜，搗和爲丸。約重五錢，滾水服，修合如法，香美。療飢即數月可安（康熙壬子年，杭州設施粥廠，尚氏施效）。

食生黃荳

槿樹同嚼，不作嘔，可下咽，二三合可度一日。

又方

小赤豆（一升）、大黃荳（一升半，炒），共搗末。每服一合，新水下。一日三服。盡三升可度十日。

又方

用黑豆五斗淘净，三蒸三曬干，去皮爲末。秋麻子三升，浸去皮，曬研。米三斗，做粥，和搗爲劑，如拳大，入甑內，蒸一宿，取曬爲末。用紅棗五斗，煮去核，和爲劑，如拳大，再蒸一夜。服之至飽爲度。如渴，飲麻子水，使滋潤臟腑也。芝麻亦可，但不得食一切之物。

大麻子，即火麻子也，俗名黃麻。葉狹而長，狀如益母草葉，一枝七葉，或九葉。五六月開細黃花，成穗即結實，大如梧桐子肉。大麻子極難去殼，取帛包放沸湯中，浸至冷出之，垂井中一夜，勿令著水。次日日中曬干，就新瓦上挼去殼，簸揚取仁，粒粒皆完。麻子，早春種爲春麻子，小而有毒；晚春種爲秋麻子，入藥佳。

大道丸

大黑豆（一升，去皮）、貫衆（俗名管仲）、甘草（去皮，各一兩）、茯苓（去皮）、蒼术（米泔浸去皮，一作云木）、砂仁（各五錢）同剉碎，水五升，同豆熬煎，文武火得中。水盡去藥，搗豆如泥，丸鷄頭大，磁器密封。每用一丸，可任食草木，終日可飽。即异草殊木，平素不識者而無毒，甘美如飯，同能斷穀。

黃山谷救荒帖

大黑豆、貫衆（各一升），先以豆挼净，入貫衆，剉如骰子大，同水煮，文火。斟酌至豆熟，取出曬干，覆令展，盡餘汁，簸去貫衆，瓦器收貯。每日空心啖豆五七粒；能食百草木枝葉，有味可飽。

《博物志》云左慈荒年法

用大黑豆粒細調勻者，生熟挼令光暖徹豆內。先日不食，以冷水頓服訖，一切魚肉菜果不得復經口，渴即飲水。初小困，十數日後，體力壯健，不復思食也。

休糧歌

芝麻黑豆半升齊，俱炒黃時要去皮。貫衆茯苓各四兩，甘草干姜四兩宜。煉蜜爲丸如錢大，百草入口化爲泥。任他四野無烟火，走遍天涯不受饑。

道藏救饑方

貫衆（四兩）、甘草（一兩）、干姜（四錢）、黑豆（一升），水共煮干，去藥。每用豆三粒，嚼與草葉同食。

一七丹（一七者，一刀頭也）

綠豆（一升，炒熟）、却下白膠香（三兩，即芸香），熔成塊，候燥，爲末收貯。每日才饑，口喫一七。食畢飲生冷水，半盞自飽。勿食別物，一日不饑。

辟穀方

粳米（一升）、酒（三斤），漬之曬干。取稍食之，可辟一月。

又糯米（一斗），淘淨，百蒸百曬，爲末。食一餐，以水調之。服至一月之間，可以一年不饑。

延生飯

南燭、冬月采根皮搗取汁，春三月取子葉搗取汁，拌糯米，蒸熟曬干。又拌蒸曬，如此九次。過饑時，嚼一合，不饑；久服，烏鬚髮輕身。浸酒，每日飲一二杯，功同。

療饑方

用糯米二三合，炒過，以黄蠟二兩，銚内熔化；再入米同炒，令蠟干不出。任便食之，即數日不饑。如要喫食，以胡桃肉二個嚼下，即便思食。

不饑丸

芝麻（三升）、紅棗（去皮，核三斤）、糯米（三升），焙燥磨末，蜜丸如彈子大。每服一丸，湯水皆可服。

救饑方

清粱米（今粟中有大而青黑色者是，一斗）、赤石脂（三斤），水漬，置暖處一二日，上青白衣，爲丸如李大。日三丸，亦不饑。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》　麪筋乾。以生麪筋作條如筆管，掛曬日中令乾，收藏，永不壞。用之以清水浸一宿，使透軟，乃煮熟，切兩半，佐以香菌筍片作湯。入當飽嗽肥甘之後，嘗此愈覺清趣。

陳鼎《滇黔紀遊・雲南》　騰越鐵少，土人以毛竹截斷，實米其中，熾火煨之，竹焦而飯已熟，甚香美。

張培仁《妙香室叢話》卷六《神仙粥》　神仙粥，專治感冒風寒，暑濕，頭痛骨痛，並四時疫氣流行等症。得病兩三日，服此即解。用糯米半合，生姜五大片，河水兩碗，放沙鍋内滾一二次，入帶鬚大葱白五七個，煮至米熟，再加米醋小半盞，入内調勻，乘熱喫粥，即於無風處睡，以生汗爲度。此以糯米補養爲君，薑葱發散爲臣，一補一散，而又酸醋斂之，甚有妙理。屢用屢驗，非尋常發表之劑可比也。

吴振棫《黔語》卷下《粉資》　黔人飯稻而喜粉餈，屑糯爲之者曰餌粑，字書無粑字，惟粘字，義爲屑米餅。《荆楚歲時記》：三月三日，取鼠麴汁蜜和粉，謂之龍舌粘。粘音賦，或轉音訛爲巴，而臆造粑字耳。粘亦作粄。市中鬻此者最衆。迨餞歲時，則家家賃舂屑米，以斗石計，爲度歲需，舂聲與臘鼓聲相和也。貴陽諸郡縣皆然，至若窘鄉窮壤十九以苞穀苞麥，黔蜀諸處俗稱，以其莖幹花實形色言之，則李時珍《本草》所載蜀玉黍也，亦曰玉高粱。爲糧，硐户山民則所食惟荍與稗耳，有老死未嘗齒稻麥者。

吴振棫《黔語》卷下《蓄醋》　狆家有三，曰補篤，曰卡尤，曰青狆，貴陽安順、興義、都匀諸郡，皆有之。其俗聚馬牛雞犬骨，以米糝和之作醋，以酸臭爲珍品，稱富人者，則曰蓄醋幾世矣。

顧禄《清嘉録》卷一《一月》　春餅

春前一月，市上以插標供買春餅，居人相餽貺，賣者自署其標曰應時春餅。蔣耀宗、范來宗咏春餅聯句云：十字瓊肌貴蔣，吴儂製不同。易教廚婢習范，難語餅師功。舊典堪徵數蔣，新嘗豈盡充。勻平霜雪白范，熨貼火爐紅。薄本裁圓月蔣，柔還捲細筒。紛藏絲縷縷范，饞嚼味融融。令節傳柑候蔣，明燈促席中。登盤争覺美范，下箸輒能空。觸手書防惋蔣，抽毫賦孰工。酒停梗腹果范，茗佐渴喉通。風物家園好蔣，春筵歲事豐。紅綾懷昔賜范，牙齒已成翁。蔣

案：孫國牧《燕都遊覽志》：立春日于午門賜百官春餅。陳迦陵詞：争覓取金盤，咬注立春日。啖春餅謂之咬春。《四時寶鏡》：立春日，春餅生菜號春盤。府志亦以迎春日，啖春餅。又江震志宴集，以春餅爲上供，謂即古五辛盤遺意。吴穀人祭酒詠春餅詩云：薦新羣愛樣團欒，複疊如堆月一盤。次第咬春宜酒配，縱横映字趁燈看。記逢人日煎曾約，莫信吾家説不刊。回首紅綾飄昨夢，茅檐無恙且加餐。

圓子油餈

上元，市人篩米粉爲丸，曰圓子。用粉下酵裹餡，製如餅式，油煎曰油餈，爲民居祀神享先節物。

案：江震志，元夕會飲，以米粉作丸子、油餈之屬食之。蓋始於永樂十年元夕，以糖圓油餅爲節食，歲以爲常見。《皇明通紀》厲静香《事物異名録》引《表異録》載宇文護置毒糖餈，謂今之元宵子。周必大有《元宵浮圓子詩》：時節三吴重，圓勻萬里同。又范成大《上元記》：吴下節物，撚粉團欒。意即今之圓子也。

吳匏庵《粉丸詩》：即餽有人頻咳唾，席間往往落珠璣，杭人謂之上鐙圓子。《正字通》呼蒸餅爲餻。俗以油煎爲餻亦通。

顧録《清嘉録》卷二《二月》 葨腰糕

是日，以隔年糕油煎食之，謂之葨腰糕。蔡雲吳歈云：二月二日春正饒，葨腰相勸餤花糕。支持柴米憑身健，莫惜終年筋骨勞。又徐士鋐《吳中竹枝詞》云：片切年糕作短條，碧油煎出嫩黃嬌。年年葨得風難擺，怪道吳孃少細腰。

案：劉若遇《蕪史》：燕俗二月二日，用黍麪棗糕，以油煠之，曰薰蟲。吳曼雲《江鄉節物詞》小序云：杭俗二日煎糕爝豆，以祀土地，謂即春祭社之禮，有餤花凝白豆萁紅之句。方以智《通雅》葨即踱，一作葨，雌爭反。《集韻》：支柱也。《崑新合志》：二月二日食閒腰糕。閒，字書無此字，俗呼雌鎗反，去聲。

顧録《清嘉録》卷三《三月》 青糰炕熟藕

市上賣青糰炕熟藕，爲居人清明祀先之品。徐達源《吳門竹枝詞》云：相傳百五禁廚煙，紅藕青糰各薦先。熟食安能通氣臭，家家燒筍又烹鮮。

案：盧志寒食祭先，以稠餳冷粉糰。并引呂希哲《歲時雜記》，謂兩浙民俗以養火蠶，故於此日禁火。今俗用青糰紅藕，皆可冷食，猶循禁火遺風，然與鬼神享氣之義不合，故仍復有燒筍烹魚以享者。蔡鐵翁詩：燒筍烹魚例薦先。然江震志又皆云：寒食祭先，用角黍青糰。青糰，鄉人擣稱麥汁，搜粉爲之。《集韻·類篇》炕，竝，烏卧切，音涴，猶言暖也。吳語謂煮食物得暖氣而易爛，曰炕。

顧録《清嘉録》卷三《三月》 野火米飯

是日，兒童對鵲巢支竈，敲火煮飯，名曰野火米飯。

案：《輦下歲時記》清明尚食，内園官小兒於殿前鑽火，先得火者進，上賜絹三疋，金椀一口。吾鄉野火米飯，猶循鑽火遺風。錢思元《吳門補乘》亦載野火米飯之俗。

顧録《清嘉録》卷四《四月》 阿彌飯

市肆煮青精飯爲餤式，居人買以供佛，名曰阿彌飯，亦名烏米餤。周宗泰《姑蘇竹枝詞》云：阿彌陀佛起何時，經典相傳或有之。予意但知噉飯好，底須拜佛誦阿彌。

案：孫國牧《燕都遊覽志》：四月八日，梵寺食烏飯，謝去咎。《事類合璧》云：道家采楊桐葉、細冬青，染飯色青有光，名曰青精飯。《吳縣志》謂僧家以烏葉染米，作黑飯贈人。龍佩芳《脈藥聯珠》謂取天南燭葉，煮汁漬炊之，名黑飯，故俗又名烏米飯。又攷：神隱西域，有神名曰佛，佛生日以黑黍飯不落角祀之，中國奉教者率相倣傚。今之烏米飯疑即黑黍飯。吳曼雲《江鄉節物詞》小序云：杭人呼爲烏飯，有製以爲餤者，于立夏食之。此又一説也。

顧録《清嘉録》卷七《七月》 巧果

七夕前，市上已賣巧果，有以麪白和糖綰作苧結。至是或偕花果陳香蠟于庭，或露臺之上，禮拜雙星以乞巧。蔡雲吳歈云：幾多女伴拜前庭，豔説銀河駕鵲翎。巧果推盤卿負腹，年年乞巧靳雙星。

案：王鏊《姑蘇志》云：七夕，市上賣巧果。又九縣志皆云：七夕以麪和糖，油煎令脆食之，名曰巧果。蓋以喫巧果叶，乞巧也。沈朝初憶江南詞云：蘇州好，乞巧望雙星，果切雲盤，堆玉縷針。拋金井，汲銀瓶，新月挂疏櫺。然孟元老《東京夢華録》亦云七夕，以油麪糖蜜造爲笑靨兒，謂之果食，花樣奇巧。又陸啓浤《北京歲華記》云：七夕市上賣巧果。又吳曼雲《江鄉節物詞》小序云：杭俗，七夕設時果，祀雙星，謂之巧果，或以花儷之爲閨房。韻事詩云：乞巧誰從貸聘錢，瓜花穀板獻初筵。阿儂采得同心果，不爲雙星證夙緣。吳中舊俗，七夕陳瓜果焚香中庭，僧尼各聚男女燒香者爲會，見《吳縣志》。又范志，七夕亦有乞巧會，令兒女輩悉與，謂之兒女節。又王志，七夕，以青竹戴緑荷，繫于庭，作承露盤，男女羅拜月下，飣果皆曰巧，又以線刺針孔辨目力。明日視盤中蜘蛛含絲者，謂之得巧，餘皆舉露飲之。今俗皆廢。《字彙》汆，士懇切，音吞，上聲，水推物也。《字林撮要》汆在水上爲汆，吳語謂煮食物得暖氣而易爛，曰炕。

顧録《清嘉録》卷八《八月》 資糰

二十四日，煮糯米和赤豆作糰祀竈，謂之資糰。人家小女子皆擇是日裹足，謂食資糰纏脚，能令脛軟。蔡雲吳歈云：白露迷迷稻秀匀，糍糰户户已嘗新。可憐繡閣雙丫女，初試弓鞋不染塵。

案：許慎《説文》：資，稻餅，謂炊半爛擣之，不爲粉也。長元《吳志》及常昭《合志》皆云：二十四日，以新秫米爲餈糰祀竈。資又作糍，見吳自牧《夢粱録》懷信坊俗呼糍糰巷。是糍糰之名舊已。

顧録《清嘉録》卷一一《十一月》 冬至糰

比户磨粉爲糰，以糖、肉、菜、果、豇豆沙、蔗菔絲等爲餡爲祀先祭竈之品，并以餽貽，名曰冬至糰。

案：《歲時通考》載，十月初二日，吳俗作糯米京糰，列酒果祀先以告冬。今

俗以冬至前一夜。江震志則云：冬至舂糍糕以祀先祖，并以餽貽家家祭竈。蓋猶本崔實《四民月令》冬至薦黍糕于祖禰之意。蔡鐵翁詩：大小團圓兩番供，殷雷初聽磨聲旋。注有餡而大者爲粉團，冬至夜祭先品也。無餡而小者爲粉圓，冬至朝供神品也。此後有年節糕、謝竈團，春朝年朝粉，圓磨聲不絶矣。

顧祿《清嘉録》卷一一《十一月》 冬舂米

人臘計一歲之糧舂白，以蓄諸倉，名曰冬舂米。有四糙、發極黄諸名。郭麐《冬舂米樂府》云：東家稻堆高並屋，西家舖場如切玉。長腰潔白荔枝紅，明年之米今年舂。前年備足供官庾，夜夜空囤齧飢鼠。去年米貴官徵錢，半糶新穀過殘年。雄雞膠膠雌粥粥，有米冬舂一生足。

案：范石湖《冬舂米樂府》云：臘中儲蓄百事利，第一先舂年米計。羣呼步碓滿門庭，連杵成風雷動地。篩勻箕健無栖糠，百斛只費三日忙。齊頭圓潔箭子長，隔籬輝日雪生光。土倉瓦龕分蓋藏，不蠹不腐嘗新香。去年薄收飯不足，今年頓頓炊白玉。舂耕有種夏有糧，接到明年秋刈熟。鄰叟來觀還歎嗟，貧人一飽不可賒。官租私債紛如麻，有米冬舂能幾家。陸容《菽園雜記》：吴中民家計一歲食米若干石，冬月舂白以蓄之，名冬舂米。聞之老農云：舂氣動則米芽浮起，米粒亦不堅，是時舂者多碎而爲粞，折耗頗多。冬月米堅折耗少，故及冬舂之。《崑新合志》云：入臘，聚鄉村男婦併力舂米，藏之廩舍，經歲不蛀壞，謂之冬舂米。江震志亦皆云：入臘併力舂一歲之糧，謂以此時風氣舒發，米堅不碎故也。又云宋元間，藏之土瓦龕中，明乃多用藁囤，並經久不蛀壞。今土瓦龕之制久廢，藁囤亦惟米少者用之，若多藏之家，則貯之于倉。長元志亦皆云：舊藏諸藁囤，今用倉廒。其米之杵多而好者曰四糙，次米冬舂間，有七日即黄者，此爲發極。

顧祿《清嘉録》卷一二《十二月》 臘八粥

八日爲臘八，居民以菜果入米煮粥，謂之臘八粥，或有餽自僧尼者，名曰佛粥。李福《臘八粥詩》云：臘月八日粥，傳自梵王國。七寶美調和，五味香糝入。用以供伊蒲，藉之作功德。僧尼多好事，踵事增華飾。此風未汰除，歡歲尚沿襲。今晨或饋遺，啜之不能食。吾家住城南，饑民兩寺集。時開元瑞光兩寺，官設粥廠救濟貧民。男女叫號喧，老少街衢塞。失足命須臾，當風膚迸裂。怯者蒙面走，一路吞聲泣。問爾泣何爲，答言我無得。此景親見之，令我心凄惻。荒政十有二，蠲賑最下策。慳囊未易破，胥吏弊何極。所以經費艱，安能按户給。吾佛好施捨，君子貴周急。願言借粟多，蒼生免菜色。此志虚莫償，嗟歎復何益。安得布地金，憑仗大慈力。瞻焉對是粥，跂望蒸民粒。

案：《荆楚歲時記》：十二月初八日爲臘日。《魏臺訪議》：漢以戌臘，魏以丑臘，是臘非定以初八日也。又《西域諸國志》云：天竺國以十二月十六日爲臘，而唐書曆志以十二月爲臘月，故八日爲臘八。吴自牧《夢粱録》云：十二月八日，寺院謂之臘八，大刹等寺俱設五味粥，名曰臘八粥。又孟元老《東京夢華録》：十二月初八日，諸僧寺送七寶五味粥於門徒闢飲，謂之臘八粥，一名佛粥。陸放翁詩：今朝佛粥更相餽，反覺江村節物新。周密《武林舊事》云：寺院及人家皆有臘八粥，及胡桃、松子、乳蔕、柿栗之類爲之。又孫國牧《燕都遊覽志》云：十二月八日，民間作臘八粥，以米果雜成，多者爲勝。又吴曼雲《江鄉節物詞》小序云：杭俗，臘八粥一名七寶粥，本僧家齋供，今則居室者亦爲之矣。詩云：雙弓學得僧廚法，瓦鉢分盛和蔗胎。莫笑今年榛栗少，記曾畫粥斷薹來。

顧祿《清嘉録》卷一二《十二月》 年餻

黍粉和糖爲餻，曰年餻，有黄白之别，大徑尺而形方，俗稱方頭餻，爲元寶式者曰餻元寶。黄白磊砢，俱以備年夜祀神，歲朝供先及饋貽親朋之需。其賞賚僕婢者，則形狹而長，俗稱條頭糕，稍闊者曰條半餻，富家或僱餻工，至家磨粉自蒸。若就簡之家，皆買諸市。舂前一二十日，餻肆門市如雲。蔡雲吴歈云：臘中步碓太喧嘈，小户米囤大户廒。施罷僧家七寶粥，又聞年節要題餻。又李福《年餻詩》云：珍重題餻字，風光又一年。爲儲舂糗餌，預聽磨盤旋。篩細堆檐雪，蒸浮裊竈煙。吉祥同饅熟，摩按勝粢堅。甘許糖調蔗，香應稻識蓮。尺量圭待琢，寸斷線頻牽。外倩瓜仁剥，中容棗實填。狹看持石笏，方擬運花磚。品佐酬神饌，盤添壓歲錢。餽遺親誼厚，贊賞大家便。回首重陽酒，掌腰二月天。人情還可笑，黄白肖形偏。

案：《周官・籩人職》曰：羞籩之實，糗餌粉餈。注：《方言》餌謂之糕，或謂之餈糕，搗黍爲之。《楚詞》有炬黍，注曰環餅。吴人謂餻曰膏環，亦謂之寒具，《方言》謂之餻。楊循吉《除夜雜詠》云：鄰里餽餻通。吴穀人有《糕元寶詩》云：世人皆愛寶，名字及餻餈。口腹奢如此，金銀餌豈知。老饕争炙熱，一飽已傾貲。轉笑堆成屋，何曾會撩飢。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷一八《京師志一八・風俗》 〔正月〕初

九日後喫元宵，其製法用糯米細麵，内用核桃仁、白糖爲果餡，灑水滾成如核桃大，即江南所稱湯圓也。《明宫史》

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷一八《京師志一八・風俗》 四月初一日，戒壇開，【略】是月，榆初錢，麪和糖蒸食之，曰榆錢糕。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷一八《京師志一八・風俗》 九月九日，都中以麵爲糕，餽遺作重陽節，亦於闤闠中笮篾廬蓆叫賣，如七夕、午節，市人又多以小扛車上沿街叫賣。《析津志》。【略】麵餅種棗栗其面，星星然，曰花餻。餻肆標綵旗，曰花糕旗。父母家必迎其女來食，亦曰女兒節。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷一八《京師志一八・風俗》 〔十二月〕八日作臘八粥，以米果雜成之，品多者爲勝。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷一八《京師志一八・前代風俗考》 遼俗：每年正月一日，以糯米炊飯，用白羊髓和丸如拳大，行宫寢帳内各散四十九丸。《燕北雜記》。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷三一《地理志一三・風俗》 二月初二日，龍擡頭節，人家以石灰引黑龍出，亦有以小餉食祀者。《寧河丁志》。以水和麪如粥，置油於釜，熟食之，名曰煎餅。《固安陳志》。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷五〇《食貨志二・物産》 造釀之屬：【略】麪筋。按：用麥麪置水中揉洗成之，其澄出漿粉曰小粉。小粉。按：小麥小粉，見上注。又緑豆小粉可濕皮爲粉皮，搓索爲粉條。豆腐。按：磨黄荳爲之，或黑豆，點以鹽滷，其嫩者名南豆腐，如南方之水豆腐也。其層有腐皮、百葉。又腐乾，今京師以延壽寺街王致和家腐乾最著名。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷五〇《食貨志二・物産》 餅餌之屬：奶皮餅。按：奶衣即煎牛酪之浮皮也。凡用奶皮，必涼餡，其餅名不一，有仿回回及高麗法者。奶皮花糕。按：奶衣亦不一。奶皮元宵。按：南方呼爲圓子，京師惟正月盛行。凡米粉圓子，通名元宵。細餡餖飣。按：式樣不一。印面餖飣。按：無餡，以麪和饊爲之。壽意餖飣。按：式樣不一，送壽禮用之。層臺餖飣。按：本土喪人設座，座前用此，如寶塔然，有高至十二層者。片兒餖飣。按：其薄如紙，兩片合成。賽利馬。按：爲喇嘛點心，今市肆爲之，用麪雜以果品和餡及猪油蒸成，味極美。蜜供。按：用麪切細方條，長寸許，以蜜煎之，每歲暮，祀神敬祖，用充供果，亦有相餽送者。扁食。按：即餃子。有大，有小，有水餃，燙麪餃，爲土人常食之物，而逢節尤必需此，半用羊肉作餡。小米團

吴元煒《賑略・煮賑法》 煮賑一事，非大賑之有册籍可稽，若不預立章程，

人衆難查，重領之弊不免，漏賑之口亦復不少，難免不均之嘆，仍多道瑾之悲。司其事必須擇寬廠寺院，搭建席棚，砌鍋竈十二口，安大缸二十口，半盛水半存粥。其空院內圍以攔木，開以門空，派書辦二三名登記賑目，查發米石。衙役十餘名，分別把門，巡查逾墻之人，并在攔木門空傳領及持杓散給等事。水火夫十餘名，專司挑水煮粥。起鼓爲號，貼示曉諭，每日五更起，頭鼓集書役人夫煮粥。每七印鍋一口，煮粟米六倉升即滿。粟六黄四，配搭煮粥則稠練，否則清稀。倘鍋不滿或粥稀，則有偷漏之弊，須查究。每大口給粥一大鐵杓，約盛粥六湯碗，小口半之，用小鐵杓。每粥一鍋，約可散給大小口三十口。視人數之多寡，核煮鍋粥，縱有盈缺，不致懸殊。五鼓起煮，酌量先煮十一二鍋，存貯缸內，覆以蓋旬，俟人集再添。辰時起二鼓，催集領粥之人。巳時起三鼓，放人入廠。先女後男，即令書辦點數，以秫稭劈半，掐痕記數，庶可核計增添粥數。放入之時，令男女分立攔木之內，衙役把守木外門空處。俟人放入廠完竣，仍先女後男，先殘廢老弱後少壯，逐名傳諭，由門空處鱗次走出，沿粥缸而行。持杓之人，分別大小，各給粥一杓，不許越次爭前紊亂。得粥之人，即催出門。既散之後，縱有到遲趕不入廠者，亦不準補給，致啓已領之人重復冒領之弊。而領賑之人，亦知須早到廠，不致再遲矣。其有逾墻入廠者，即系應賑，亦逐出以儆。

馮祖繩《救貧捷法・種穀》 蕎麥亦大麥類也，其味極美，可飯，可餅，可糕，可羹，可麵，可粉。

苞麥又名苞穀，收穫曬干，用大石磨碾之，可酒，可飯。飼豕易壯且重；餵鷄鴨，飽經終日，易肥易大。

緑豆亦濟世良穀，可粥飯，可釀酒，可造粉條。生白芽爲菉芽，蔬中佳品。飼牲易肥，不生外症。能除暑熱、煩燥，解金石砒霜毒。

薏苡，勁禾也。能益脾潤肺，去脚濕氣。舂米可爲粥飯，可釀酒，極甘美。

芋蕷皆可以代穀，并可以濟穀。有水，有旱。可煮，可煨，可餐，可果，可當穀米，可備荒充飢。根葉可以飼猪，勝於穀實。其葉干汁可解蜂毒。蝗之所至，凡草木葉無有遺者，獨不食芋，故宜廣種之。

薯，俗名紅薯，又名番薯。海人以當穀，可以備荒濟饑，可生食、蒸食、煮食、煨食，可切片曬干作粥，可磨粉，可餹餌，可釀酒。蔓可飼牛，根葉可養猪，易長，或將葉蔓曬干以俟冬用。旱則汲水澆灌，蝗則用土掩藏，天灾物害，兩不能損，且有數倍之收。真農家要物也。久食益人，令人有壽。有隙地皆宜種薯。

王韜《瀛壖雜志》卷一 滬俗，於十月朔日，開鑪煮餅，獻於家祠，故亦稱鑪節。

黄雲鵠《粥譜・粥之宜》 水宜潔、宜活、宜甘。火宜柴，宜先文後武。礶宜沙土，宜刷净。米宜精，宜潔，宜多淘。下水宜稍寬，後毋添。宜常攪，已焦者勿攪，攪則不可食。節宜竹，七與椀宜磁，宜揩净，蔬宜脆，宜葅，宜醃醢之物。宜獨食。宜早食。宜與素心人食。食後髭鬚宜揩净。食後宜緩行百步，鼓腹數十。宜低聲誦書，宜微吟。詩成不成聽之宜作大字。作小楷必低首垂腰，食粥飽後不宜。宜漫遊。宜玩弄花竹。既飽宜見客。

黄雲鵠《粥譜・粥品一穀類》 秈米粥　温中養胃，止煩渴，利小便，益氣力。

粳米粥。和五臟，益榮衛，開胃氣，助穀神。粳一作秔。

糯米粥。温肺，暖脾胃，縮小便，宜和諸米。專食久軟人。

香稻米粥。開胃悦神，宜少宜新，入諸米中，宜稍後。

陳米粥。寬中平胃，止痢除煩消積。

焦米粥。收水瀉，回胃氣。

鹽米粥。薑丁、茶末、粳米、神曲末，同炒入水爲粥，治不和。

大穬麥粥。實五臟益氣，煮粥甚滑，宜久煮健人。

小麥粥。養心氣，止煩渴，治五淋，平肝氣，治漏血唾血。

米麥粥。吾鄉有之，似大麥而無殼，食之健人，頗似青稞。

浮麥粥。益氣除熱，止心虚盜汗，及自汗不止。

炒麪粥。血痢不止，炒麪入粥中，食之能回生。

麪筋漿粉粥。益氣解勞熱，斷痢。

莜麥粥。充飢。

燕麥粥。充飢滑産。

蕎麥粥。消滯鍊，滓用粉加茶末蜜水攪干，下服，治嗽神效。

苦蕎粥。止飢。

玉麥粥。開胃寬腸。即包穀，又名玉蜀黍。

蜀黍粥。温中澼腸。即高粱，又名蘆粟。

黍米粥。宜肺，治陰陽易，及久心痛。有赤白黑數種，赤勝。

稷米粥。益氣涼血，解瓠毒。即糜子，又名穄米。

秫粱米粥。益氣健脾，治赤痢，有黃白青數種。黃治不寐，白青除熱。
粟米粥。補虛損，益丹田，養胃，去胃熱，利小便，治反胃痢。
稗穆子粥。益氣宜脾，厚腸胃，殺蟲。
黃豆粥。寬中下氣，利大腸，消腫解毒。豆黃研末入粥佳。青豆平肝熱。
黑豆粥。補腎鎮心，解毒明目，少入鹽尤妙。
綠豆粥。止渴，解毒，消腫下氣，勿去皮。
紅白飯豆粥。補中暖胃，腎病宜之，久服瘦人。
赤小荳粥。行水消腫，心病宜之。
豌豆粥。益中平氣，脾胃宜之。
蠶荳粥。快胃，利藏府。或先煮熟，或搗末，再入粥同煮。
扁豆粥。鎮脾消暑，白者勝，補中去皮，解暑連皮。
芸豆粥。益脾胃，北人謂之芸豆，南名三季豆。同粳米作粥，治思慮過度，虛火炎上。
豇豆粥。補腎，入少鹽同煮。止吐逆，入少薑同煮。
刀豆粥。益腎補元，止飱逆。
椶豆粥。開腸胃，利小便，西北人多蒔之以供粥。
泥豆粥。下氣涼血。
爬山豆粥。下氣通關，養腎益脾。
脂麻粥。九蒸曬，捜去皮，和粳米煮粥，大益人。
苡仁粥。補氣利腸胃，去風痺，治筋攣，消腫，治濕邪。
荳米粥。解熱調胃。即葵白子，一名雕胡。
沙穀米粥。治反胃，下痢水瀉。即罌粟。
滂糟粥。温中暖胃。
穀芽粥。去殼炒研入粥，消食除悶脹，久食伐脾。
麥芽粥。久食消腎同穀芽。
豆芽粥。黃豆芽補不足，綠豆芽去火，竝助生氣。切細入，取湯亦可。
餳粥。緩中温肺，止嗽表邪，和胃，糯米尤勝。即飴糖。
豆豉粥。發汗，止盜汗炒，止血痢發汗加葱，止血痢加蒜薤。
豆漿粥。宜胃和中。豆乳宜老人。豆乳皮宜產婦。
紅麴粥。活血消食。
神麴粥。化食下氣解疫。
寒食粥。治飽噯。
口數粥。十二月廿五日，用赤小豆煮粥，舉家食。見《范石湖集》。
火齊粥。見《史記・倉公傳》。

黃雲鵠《粥譜・粥品二蔬類》　薑粥。温中辟惡，薑汁調粥化痰。粉和中。
葱粥。通氣活血散寒。
韭子粥。滋精。韭菜粥暖下。
薤白粥。通滯治冷痢，獨蒜同辟瘟，解諸毒。小蒜温中。即蓊子。
菘菜粥。除煩下氣，消食滑口，少薑同煮尤佳。俗名曰白菜。
烏金白菜粥。悅胃可口。或名瓢兒菜，或名過冬白。
芥菜粥。豁痰利膈。青菜同芥，種甚多，白者勝。入粥和中通滯，子明目。
菜菔粥。消食利膈，通大小便，治痢，制麵毒。
蔓菜粥。和血，止初痢紅者，止白痢白者，止紅痢。又赤莧和粳米作粥，止血痢。見《壽親養老書》。
油菜粥。下氣。即芸薹。
紅油菜粥。散鬱。即卷施，又名多心菜。
芹菜粥。去伏熱，利胃通滯。水芹肥，健人。
菠菜粥。潤燥滑中。
薤菜粥。温中滑產。
萵苣粥。清胃，通經脈，通乳汁。乳不行，用子及糯米粳米各半煮粥，頻食之。
胡蘿蔔粥。寬中下氣，散滯和血，血病人宜之。
蔓菁粥。消食健人，中州河北喜食之。子明目，花同煮，去苦水。
薺菜粥。明目補肝。子補五藏明目。
馬齒莧粥。治痺消腫，通大腸，治痢。子煮粥，明目去瞖。
蒲公英粥。下乳，治乳癰。
冬莧菜粥。滑竅順胎。即錦葵，痢疾淋症宜食之。
染絳菜粥。滑口，好顏色，和血。即落葵，一名胭脂豆。
巢菜粥。清熱開胃，川名苕子。
藜粥。治瘢風，殺蟲。

苜蓿粥。嫩蔬入粥，味清美，利脾胃，清内熱，子壯目。

蔞蒿粥。可口悦脾胃，一名秦蒿，藜蒿，即藜蒿。

茼蒿粥。養胃消痰。白即蘩蒿，理氣。青蒿，鎮肝邪。

蒼蓬粥。健胃益脾。川名牛脾菜。

苦蕒粥。下乳清熱。

茴香粥。和胃治疝。嫩葉脆根俱可入，不宜太多。

蘭香菜粥。去惡。

芫荽粥。去穢，消食，表疹，多食令人忘。

蕨菜粥。利水，消人陽氣，不宜多食。儉歲可充飢，粉微勝。

黄瓜菜粥。通結氣，利腸胃，和粥充飢。

辣米菜粥。去心腹冷氣，消食，豁冷痰。即蕹菜，略汋過入粥。

墨頭菜粥。治血痢，生眉髮。即旱蓮草，止血效。

鼠麴菜粥。調中止嗽，壓時氣，瘟入。楚名米麴，川名青明菜，大茅香。

甘藍粥。益藏府，利經絡，令人睡，北人謂之擘藍。

純菜粥。滑口洩熱下氣，初秋食之，能去伏熱，宜風秘人。

荇菜粥。去亢熱，即苦接，余葉如蓴而尖長，長隨水。

蘋菜粥。止消渴，已勞熱，解胸結。即四葉菜、田子菜。

髮菜粥。治癭利，大小腸除結，烏人髮。

紫菜粥。下氣消癭。

緑菜粥。清肝胃熱。

水笠子粥。助脾厚腸，根益氣。黄花，名萍蓬。白花即睡蓮子，午蓮也。

蒲蒻粥。去臟邪口氣，和血。即蒲黄苗。

蘆筍粥。止嘔，表痘疹。

筍粥。冬筍温中升元氣，乾筍消痰。鮮筍性各不同，多涼刮人。

薑粥。開口味，療饑，鹹淡隨宜。即范文正所食黄薑粥也。

魚粥。川中諸寺，雜菜餌之屬作粥，名魚粥。見放翁集。

黄雲鵠《粥譜・粥品四木果類》 棗粥　補中益氣，和脾胃，助經脈，和百藥，調營衛，少少食有益。

栗子粥。堅腎，益腰脚，耐飢。榛子及小栗悦胃。

杏仁粥。潤肺，止嗽，捶細。桃仁粥治血痢。

肺，辟穀露。零餘子功同。

芋粥。厚腸胃，益氣滑口。

羊芋粥。充飢。

紅薥粥。益氣厚腸胃，耐飢。即甘藷。

百合粥。潤肺止嗽。

地瓜粥。止渴愈聾。

甘露子粥。利胃下氣，川人呼爲地蛹，楚名海螺菜，又名石蠶。

落花生粥。潤肺止嗽悦脾。

長壽果粥。宜胃健脾，出松潘廳及打箭鑪。

蓮子粥。補中交心腎，固精氣，安神志。或研末，或作粉，入粥尤佳。

芡實粥。固精氣，强志意，利關竅。合粳米煮粥佳，粉尤勝。

菱角粥。解内熱，粉止渴，宜有熱人。

勃齊粥。消食磨積。川人謂之地栗，或呼慈姑，粉尤佳。

慈姑粥。解熱毒，川人謂之白地栗。

木耳粥。治痢已痔，理血病。白者補肺氣。

石耳粥。明目益精。地耳益精，令人有子。

香蕈粥。益氣蓄發痘。松蕈治溲數不禁。五台蕈殺蟲。

蘑菇粥。化痰，多食不宜。羊肚菌同。雞堛止痔。

榆耳粥。滑口，宜痔益胃。

冬瓜粥。散熱，宜胃益脾。子益氣醒脾，炒研入粥。

南瓜粥。填中悦口，京中謂之倭瓜。

西瓜子仁粥。清心，解内熱。

絲瓜粥。除熱。老者入藥。入秋勿食。

錦瓜粥。壯陽氣，即苦瓜，子味甘。

茄粥。清毒散腫，入秋勿食。

瓠粥。治心熱，利小腸，療石淋。

黄雲鵠《粥譜・粥品四木果類》 栗粥　補中益氣，和脾胃，助經脈，和百藥，調營衛，少少食有益。

栗子粥。堅腎，益腰脚，耐飢。榛子及小栗悦胃。

杏仁粥。潤肺，止嗽，捶細。桃仁粥治血痢。

桃脯粥。和胃悅口。蘋婆　林檎　杏脯　瓜脯同。
橘粥。潤肺。
密佛手粥。順氣。橙片　橘餅　香條同。
梨粥。降火治熱嗽。
柿霜粥。治口瘡，化痰，宜痔祕入。
桑仁粥。明目養腎。
蒲萄粥。駐顏宜胃。
山查粥。化食，療疝，磨肉積。
櫻桃粥。調血悅顏，止洩精。
青梅粥。斂肺止洩。烏梅粥解暑收氣。
白果粥。温肺益氣，定喘嗽，縮小便，止白濁腸風。即銀杏。
龍眼粥。安神。
荔支粥。治疝，益肝，通神，健氣。
胡桃粥。潤燥養血，生命門火。
木瓜粥。治脚氣，理肝風。
橄欖粥。清胃熱軟堅。
櫞橘子粉粥。止瀉痢禦飢。橘子　橼子　橙子略同。
甘蔗汁粥。治咳嗽，口乾舌燥。
沙糖粥。白者和中緩肝。赤者温中和血。
臘八粥。都人於十二月八日，各以果料作粥相餽。
黃雲鵠《粥譜・粥品五植藥類》　松子仁粥　潤肺，滑大腸。松花粉粥，清心明目。
柏子仁粥。養心悅脾舒肝。去油須淨。
酸棗仁粥。治煩益膽，氣令人暝。
郁李仁粥。潤腸明目，合苡仁煮粥，治心腹腫滿，二便不通，氣息喘急。
枸杞子粥。益腎氣健人。苗粥，清目清心。
山萸肉粥。温肝益氣，秘精核，洩精。須去淨。
茯苓粥。清上實下。茯神粥，安神健脾，俱去筋。
竹瀝粥。豁熱痰。竹葉湯粥，清熱，加燈心清心熱。
陳茗粥。治食，即老陳茶。

刺栗子粥。煎水煮粥，治淋痢、崩帶諸症。即金櫻子。
松柏粉粥。採帶露真松側柏嫩葉，即日搗汁，澄粉，用半匙入粥，碧嫩可愛。
木槿花粥。治頭瘤，腸風血痢，令人暝。
梅花粥。梅瓣洗淨，入粥即食。
桂花粥。悅神。木樨糖點粥，開胃暢膈。
桂漿粥。宜桂熬水煮粥，祛寒。加密和中。桂子粥暖藏。
椿芽粥。暢氣，去頭風。
榆莢粥。食之多睡。即榆錢。麪同唐書。陽城隱中條山，歲饑，屑榆爲粥。
吳茱萸粥。治心腹痛，七粒止。
花椒粥。辟瘴，補命火，不宜多入。
胡椒粥。温中止痛，研末少用。
黃雲鵠《粥譜・粥品六卉藥類》　黃耆粥　補氣虛。見東坡立春詩。
薤粥。治反胃嘔吐，用有紋黨參，拍破，入粟米、薤白、雞子白煮粥。
諸薤粥。條參涼補。東參温補。西參清補。
沙薤粥。補藏陰，療肺熱。薺苨粥，明目解百毒，和中。切片入。即杏葉沙參。
地黃粥。滋陰益水，古名芊，性義從之。加熟蜜食利血生精。見瓊仙神隱。
地黃花粥。治腰春風虛作痛。
何首烏粥。駐顏，益腎宜子，治瘡尤效。
黃精粥。填精益藏。
菱蕤粥。治肺虛少氣，澤肌膚，療眥爛，淚出，去風。即玉竹。
蓯蓉粥。治勞傷羸黑。煮爛和羊肉煮粥，空心食。
天冬粥。治熱咳。
麥冬粥。治心熱、翻胃、口渴。
兔絲子粥。補衛氣。
烏苓粥。益人。即兔絲根。白苓雞腎子補腎。以上竝出川中。
蕨蘩粥。輕身明目且肥健人，沙苑出者良，研末入粥。
香五加粥。通腎氣，利筋骨。嫩葉入粥佳。
竹節參粥。補中，利筋骨。四季參清補。漏蘆參清下。
佛掌參粥。補腎益精，出西口，即朱邃參。

黃雲鵠《粥譜・粥品七卉藥類》

牡丹花粥。活血養營。

芍藥花粥。白者行血中氣。

萱草花粥。解鬱明目利膈，治黃疸。紅花者山丹、涼血。

茶蘼花粥。清芬醒脾。

木香花粥。清芬醒脾。

藤蘿花粥。通滯和血。

蘭花粥。解心鬱，和心氣。根清上理中，葉利水消腫，澤蘭散鬱和血。

蜜粥。熟蜜和中，生蜜潤藏。

天花粉粥。祛熱祕膈。

貝母粥。暢肺止咳，作粉良。

半夏麴粥。治嗽通痢。

茵陳粥。逐水濕，療黃病。

牛膝粥。嫩苗葉茹爲粥，治血淋。

苡苣粥。治老人熱淋。即車前子煮汁取，烹青秫米作粥食。

決明子粥。爲末入粥，治久失明。葉瀹過作粥，明目。

藍汁粥。治喘嗽息有聲，唾粘。浸葉搗汁，和杏仁泥作粥。

地膚粥。苗煠過入粥，除風熱。子研入粥，益精。

紫蘇粥。解寒熱，利老人脚氣。蘇子粥下氣，利膈肥人。

苓蒿苗粥。治血通氣，辟惡除風。

荊芥苗粥。醒脾去胃風，辟惡除風。

防風粥。治風邪頭疼。白樂天在翰林嘗賜食，口香七日。

紫苑苗粥。治風寒咳嗽。

葛根粥。去煩渴。粉安胃解熱。

大麻仁粥。治秘通淋，宜老人。研碎水濾取汁，入粳米椒鹽豉。

麋角霜粥。治下元虛冷，加鹽花少許。

向日葵粥。開胃通滯。

黃雞粥。補肝脾。見東坡詩。

菊花粥　明目養肝，白清肺，黃理氣。

粥品八動物類

燕窩粥。清補，宜肺益脾，宜富貴家老人。

豬羊腎粥。補腎虛。

鹿腎粥。補腎虛健陽。

羊肝粥。補肝明目。

雞肝粥。補肝明目。

鴨汁粥。治水腫，煮汁用。

鯉魚粥。治水腫，煮汁用。

牛乳粥。大補虛羸。

酥粥。潤肺補虛。

酪粥。潤肺補虛。

乳粥。虛症垂危，艱於飲食者，和粥熱飲，然非大人應食之物。

李鴻章、黃彭年等光緒《畿輔通志》卷七一《輿地二六・風俗》　四月，榆初錢，麪和糖蒸食之，曰榆錢糕。同上　元歐陽原功《漁家傲詞》：四月都城冰碗凍，含桃初薦瑛盤貢。南寺初開羅漢洞，伊蒲供，楊花滿院鶯聲哨。歲幸上京車駕動，近臣準備鑾輿從。健德門前飛玉轡，爭持送，葡萄馬乳歸銀甕。

京師僧俗念佛號者，輒以豆識其數。至四月八日，佛誕生之辰，煮豆微撒以鹽，邀人於路請食之，以爲結緣也。■志

李鴻章、黃彭年等光緒《畿輔通志》卷七一《輿地二六・風俗》　重陽日，以麪棗蒸餻，謂之菊花餻。獻祖先，亦以送壻家，謂之追節。出郭外飲，謂之登高。

李鴻章、黃彭年等光緒《畿輔通志》卷七一《輿地二六・風俗》　十二月八日，賜百官粥，民間亦作臘八粥，以米果雜成之，品多者爲勝。此蓋循宋時故事，然宋時臘八乃十月八日。《燕都遊覽志》

是月八日，禪家謂之臘日，煮紅糖粥以供佛飯僧。都中官員士庶作硃砂粥，傳聞禁中一如故事。《析津志》

臘月八日，以稻米、棗、豆數種，和煮爲粥食之，謂之臘八粥。有餘之家，亦或爲粥以濟貧者。《東京夢華録》云：初八日，請寺作浴佛會，並送七寶五味粥與門徒，謂之臘粥。都人亦以果子雜料煮粥而食。《南宮縣志》：國朝吴高增《臘八日詩》：臘月八日佛成聖，七寶五味粥相慶。此言見之《夢華録》時俗，於今風猶盛。五更漏鼓聲□□，神光彷彿來式憑。度脩供養進祝嘏，家家堂上然華鐙。我考吹豳飲蜡節，豺虎水庸咸在列。崇佛雖由世風俗，祈穀祈年□有説。

十二月二十三日，以糖劑餅、黍糕、棗、栗、胡桃、炒豆祀竈君，以槽草秣竈君

馬，謂竈君翌日朝天，去白家問一歲事，祝曰：好多說，不好少說。記稱竈老婦之祭，今男子祭禁，不令婦女見之。祀餘糖果禁幼女不令得啖，曰：啖竈餘則食肥膩，時口圈黑也。《帝京景物略》

李鴻章、黃彭年等光緒《畿輔通志》卷七二《輿地二七・方言》 河間以北煮穬麥賣之，名曰逢。《周禮》籩人注。《周禮》籩人注。

謹案：籩人朝事之籩，其實麷蕡。注云：熬麥曰麷。《釋文》：麷，芳弓反，徐又芳勇反，或郎第反。《說文》同。荀子《富國篇》取其將若撥麷。楊倞注云：麷，麥之芽糵也，蓋麥乾煎則質輕，撥去之甚易，故以爲況。《說文》：熬，乾煎也。煮，高也。熬，煮義相通。《方言》云：熬、聚、煎、燋，翬火乾也，聚即醮字，醮糗聲近。徐鍇曰：麷類也。《釋名》：糗，擩，齕也，飯而磨之，使齕碎是也。杜預注《左傳》曰：糗，乾飯也。王逸注《楚詞》曰：糗，糒也。《說文》：糒，乾也。然則籩實之麷，其乾煎之飯歟。

李鴻章、黃彭年等光緒《畿輔通志》卷七三《輿地二八・物產一》 脂麻，中國有四稜六稜者，外國得八稜黑麻種，故又名胡麻，一名巨勝，即黑芝麻也。《素問經》漢張騫始自大宛得油麻種來，故又名胡麻。《夢溪筆談》李時珍曰：胡麻即芝麻也。寇宗奭曰：以其種來自大宛，故名胡麻，即胡地所出者，皆肥大，其紋鵲，其色紫黑，取油亦多。《本草綱目》

戎菽，桓公北伐山戎，出冬蔥及戎菽，布之天下。《管子》北方其地宜菽。《淮南子・天文調》五穀所生非麥而豆，民之所食，大抵豆飯藿羹。《戰國策》有黑、白、黃、褐、青斑數種。《千金翼方》黑豆中最細者曰櫓豆，一曰料豆，北人以飼馬。《農政全書》白豆一名飯豆，塞外每以豆釀酒，謂之豆酒。《熱河志》

碗豆，今北土多有之，百穀中最為先登唐爲麪甚白膩。《正字通》李時珍曰：種出西胡，今北土甚多。《本草綱目》苗生柔軟宛然，故有是名。《群芳譜》

薏苡，別錄曰生真實平澤及田野，八月采實。一名芑實，一名西番蜀秫，顆小色青，味甘，黏牙者良。《群芳譜》土人稱為薏米，可粥可麪，其種特良，每收鬻於關內。熱河志

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《觀音粉》 國朝褚人穫《堅瓠集》云：崇禎中，杭湖山閒忽生異石，色白微赤，體軟質細，狀如茯苓，研之可作粉麪。民競取，雜糠覈爲餅，食之得活甚衆，俗號觀音粉。迫歲，有收此石，乃堅不可擣，擣亦不可復食矣。

先君子《印雪軒隨筆》云：湖州東林山，於壬寅六月間，忽出觀音粉，遠近饑民爭取食之。有人以少許示余，微帶綠色，云必碾之極細，淘去其沙，和米粉乃可食。又聞荷鍤而往者，竭一日之力，僅供三日之糧，則意天之生此，原以救荒年，不欲令其有餘歟。按：壬寅爲道光二十二年，先君子有詩存集中，此與堅瓠所載同，但色則稍異耳。

富察敦崇《燕京歲時記・元旦》 京師謂元日爲大年初一。【略】是日，無論貧富貴賤，皆以白麪作角而食之，謂之煮餑餑，舉國皆然，無不同也。富貴之家，暗以金銀小錁及寶石等藏之餑餑中，以卜順利。家人食得者，則終歲大吉。

按：《荊楚歲時記》：正月一日，先於庭前燃爆竹以避山臊惡鬼。又《玉燭寶典》：正月一日爲元日，亦云三元，歲之元、時之元、月之元。

富察敦崇《燕京歲時記・太陽糕》 二月初一日，市人以米麪團成小餅，五枚一層，上實以寸餘小雞，謂之太陽糕。都人祭日者，買而供之，三五具不等。

富察敦崇《燕京歲時記・龍擡頭》 二月二日，古之中和節也。今人呼爲龍擡頭。是日食餅者謂之龍鱗餅，食麪者謂之龍鬚麪。閭中停止針綫，恐傷龍目也。

富察敦崇《燕京歲時記・涼炒麪》 四月麥初熟時，將麪炒熟，合糖拌而食之，謂之涼炒麪。

富察敦崇《燕京歲時記・端陽》 京師謂端陽爲五月節，初五日爲五月單五，蓋端字之轉音也。每屆端陽以前，府第朱門皆以粽子相贈貽，並副以櫻桃、桑椹、荸薺、桃、杏及五毒餅、玫瑰餅等物。其供佛祀先者，仍以粽子及櫻桃、桑椹爲正供。亦薦其時食之義。

按《續齊諧記》：屈原以五月初五日投汨羅江，楚人哀之，至此日，以竹筒子貯米，投水以祭之，以楝葉塞其上，以綵絲纏之，不爲蛟龍所竊。是即粽子之原起也。

富察敦崇《燕京歲時記・月餅》 中秋月餅以前門致美齋者爲京都第一，他處不足食也。至供月月餅到處皆有。大者尺餘，上繪月宮蟾兔之形。有祭畢而食者，有留至除夕而食者，謂之團圓餅。

按帝京景物略：八月十五日祭月，其祭果餅必圓，分瓜必牙錯瓣刻之，如蓮花。紙肆市月光紙，繢滿月像，趺坐蓮花者，月光徧照菩薩也。花下月輪桂殿，有兔杵而人立，搗藥臼中。紙小者三寸，大者丈，繢工者金碧繽紛。家設月光位

於月所出方，向月供而拜，則焚月光紙，撤所供，散家之人必遍。月餅月果，戚屬贈遺相報。餅有徑二尺者。女歸寧，是日必返其夫家，曰團圓節也。以上所云與今强半相同。供月之說，其來舊矣。

富察敦崇《燕京歲時記・花糕》 花糕有二種：其一以糖麪爲之，中夾細果，兩層三層不同，乃花糕之美者；其一蒸餅之上星星然綴以棗栗，乃糕之次者也。每届重陽，市肆間預爲製造以供用。

按析津志：九月九日，都人以麪爲糕，贈遺作重陽節，亦於閤閤中笊篱席帽叫賣，與今同。又帝京景物略：麪餅面種棗栗星星然曰花糕。糕肆標緑旗。父母迎其女來食，曰女兒節。今糕肆無標旗者，亦無迎女來食者。蓋風尚之不同也。

富察敦崇《燕京歲時記・水烏他、奶烏他》 水烏他，以酥酪合糖爲之，於天氣極寒時，乘夜造出，潔白如霜，食之口中有如嚼雪，真北方之奇味也，其製有梅花、方勝諸式，以匣盛之。奶烏他大致相同，而其味稍遜。

富察敦崇《燕京歲時記・冬至》 冬至郊天令節，百官呈遞賀表。民間不爲節，惟食餛飩而已。與夏至之食麪同。故京師諺曰：「冬至餛飩，夏至麪。」

按漢書：冬至陽氣起，君道長，故賀。夏至陰氣起，故不賀。又演繁露：世言餛飩是塞外渾氏屯氏爲之。言殊穿鑿。夫餛飩之形有如鷄卵，頗似天地渾沌之象，故於冬至日食之。若如演繁露二氏爲之之言，則何者爲餛何者爲飩耶？是亦膠柱鼓瑟矣。

富察敦崇《燕京歲時記・臘八粥》 臘八粥者，用黄米、白米、江米、小米、菱角米、栗子、紅江豆、去皮棗泥等，合水煮熟，外用染紅桃仁、杏仁、瓜子、花生、榛穰、松子，及白糖、紅糖、瑣瑣葡萄，以作點染。切不可用蓮子、扁豆、薏米、桂元，用則傷味。每至臘七日，則剥果滌器，終夜經營，至天明時則粥熟矣。除祀先供佛外，分贻親友，不得過午。並用紅棗、桃仁等製成獅子、小兒等類，以見巧思。

按燕都遊覽志：十二月八日，賜百官粥。民間亦作臘八粥，以果米雜成之，品多者爲勝。今雖無百官之賜，而朱門贻贈，競巧争奇，較之古人有過之無不及矣。

富察敦崇《燕京歲時記・雍和宫煮粥》 雍和宫喇嘛於初八日夜內煮粥供佛，特派大臣監視，以昭誠敬。其粥鍋之大，可容數石米。

富察敦崇《燕京歲時記・年飯》 年飯用金銀米爲之，上插松柏枝，綴以金錢、棗、栗、龍眼、香枝，破五之後方始去之。

張江裁《大興歲時志稿》 二月二日，因薦韭之餘，家各爲菴素餅，餡以油煎而食之，曰薰蟲兒。

金武祥《粟香二筆》卷一 吾鄉臘月二十三日祀竈曰送竈，溲米粉，半調以赭糖，揉之丸之壘以四，曰瑪瑙團。相傳昔呂蒙正貧時無米，以赤白土爲之，後仍其舊。

袁大化等宣統《新疆圖志》卷四八《禮俗》 甘四者漢裝同，多從河湟遷徙者，故別之曰甘四。【略】父母生歿之日，誦經封羊以祭，取膏煎麥麪爲餅，分遺戚黨，謂之油餉。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・珍饌》 谷蒸熬。江南人好作盤遊飯，鮓脯膾炙，無有不埋在飯下。里諺曰：掘得窖子，羅浮顯老。取凡飲食雜烹之類，名谷蒸熬。

釋同揆《滇海叢談》 騰越楊雍貢守戎，爲余言彝地無鐵，用大猫竹截斷，入米其中，熾火煨之，竹焦而飯已熟，甚香美。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・四月》 立夏　立夏取平日曝晾之米粉舂芽，並用糁麪煎作各式果疊，往來餽遺。仍將清明柳穿之點，煎作小兒食之，謂曰宜夏。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・五月》 夏至　夏至大祀方澤，乃國之大典。京師於是日家家俱食冷淘麪，即俗説過水麪是也。乃都門之美品。向曾詢及各省遊歷友人，咸以京師之冷淘麪爽口適宜，天下無比。諺云：「冬至餛飩夏至麪。」京俗無論生辰節候，婚喪喜祭宴享，早飯俱食過水麪。省妥爽便，莫此爲甚。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・九月》 重陽　京師重陽節花糕極勝。有油糖果爐作者，有發麪蒸果蒸成者，有江米黄米搗成者，皆剪五色彩旗以爲標幟。市人争買，供家堂，餽親友。小兒輩又以酸棗母，又爲女兒節云。染鋪賑濟饑貧，閒然如市。有女之家，餽遺酒禮，歸寧父

潘榮陛《帝京歲時紀勝・九月》 時品　茱囊辟毒，菊葉迎祥，松榛結子，韭菜開花。新黄米包紅棗作煎糕，蕎麥麪和秦椒壓合酪。板鴨清煮，嫩蟹香糟。草橋荸薺大於盃，衛水銀魚白似玉。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・十二月》 臘八　臘月八日爲王侯臘，家家煮果粥。皆於預日揀簸米豆，以百果雕作人物像

生花式。三更煮粥成，祀家堂門竈隴畝，闔家聚食，餽送親隣，爲臘八粥。

著録

黄雲鵠《粥譜・序》 吾鄉人諱食粥，諱貧也。顧都邑豪貴人會飲，必繼以粥，索粥不得，主客皆不懌。粥固不獨貧者食矣。自來歲饑，爲粥糜活饑者，有喪者啜粥，俾無滅性。古人云：薄田以供饘粥。薄云者蓋謙言，無厚産不敢厚餐也，然則粥信便於貧無力者矣。吾近讀養生書，乃盛稱粥之功，謂於養老最宜，一省費，二味全，三津潤，四利膈，五易消化。試之良然，每晨起啜三四椀，亦不覺飽悶。予性頗諱老，亦實覺較十年前爲壯健，自得食粥，方益復忘老，粥之時用大矣哉。乃輯瀕湖《本草綱目》及高氏《尊生八牋》，凡言粥之事，次以己意，爲《粥譜》一卷。既備檢用，且以詒世之養老及自養者，俾知食粥之益如此，或亦推己利人之一端也。

光緒七年又七月廿又七日，序於蜀中黄雲鵠。

藝文

嚴可均《全後漢文》卷六五劉楨《清虚賦》 □虞氏之爨，加火珠之甑。炊嘉禾之米，和莫莢之飯。《書鈔》一百四十四。

嚴可均《全後漢文》卷四七《附録王謨本六事俟考》 齊人呼寒食爲冷節，以麵爲蒸餅樣，團棗附之，名曰棗糕。

曹植《曹子建集》卷五《七步詩》 煮豆燃豆萁，豆在釜中泣。本是同根生，相煎何太急。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一七晉束晳《餅賦》 禮仲春之月，天子食麥，而朝事之籩，煮麥爲麵。内則諸饌不説餅，然則雖云食麥，而未有餅。餅之作也，其來近矣。若夫安乾柸枚之倫，糇糧之屬，劒業案成，餡飪髓燭。或名生於里巷，或法出乎殊俗。三春之初，陰陽交際，寒氣既消，温不至熱。于時享宴則饅頭，宜設炎律，方回純陽，布暢服絺，飲水隨陰而涼，此時爲餅莫若薄壯。

商風既厲，大火西移，烏獸氄毛，樹木疏枝，肴饌尚温，則起溲可施。玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中，霜成口外，充虚解戰，湯餅爲最，然皆用之，有時所適者也，苟錯其次，則不能斯善。其可以適冬達夏，終歲常施，四時從用，無所不宜，唯牢九乎。爾乃重羅之麪，莫見切塵飛雪白，黏劑筋腦，洎液柔澤，肉則羊膀，豕脅，脂膚相半，臠若繩首，珠連礫散。薑株葱本，峰縷切。判辛桂剉末，椒蘭是伴，和鹽漉豉，攪合樛亂。於是火盛湯涌，猛氣蒸作，攘衣振掌，握搦俯摶。麵彌離於指端，手縈迴而交錯。紛紛馺馺，星分雹落。籠無遺肉，餅無流麵，妹嬉洌敕，薄而不綻。褐褐和和，膿色外見，柔如春綿，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠遍。行人失涎於下風，童僕空嚼而斜盼。擎器者舐脣，立侍者乾咽。爾乃濯以玄醯，鈔以象箸，槃案纔投而輒盡，庖人滲潭而促遽，三籠之後轉更有次。

嚴可均《全晉文》卷一〇七張翰《豆羹賦》 乃有孟秋嘉菽，垂枝挺莢。是刈是穫，充寧盈篋。香鑠和調，周疾赴急。時御一杯，下咽三歎。時在下邑，頗多艱難。空匱之厄，固不綴懂。追念昔日，啜菽永安。《藝文類聚》八十五，《初學記》二十六、二十七，《御覽》八百六十一。

太美居正，衆味歸宗。《書鈔》一百四十四。

嚴可均《全晉文》卷三八庾闡《惡餅賦并序》 范子常者，營造予宿，臛鷄爲餅，遍食書鈔作遲御。之情甚虚，奇嘉之味不實，聊作惡餅賦以貽之。

若乃童盧飛名于華肆，和均絶技于俗塵。王孫駭歎于曳緒，東子賦弱于春綿。色必霜葩雪皓，肉則錦采雲姻。《初學記》二十六，《御覽》八百六十，又略見《書鈔》一百四十四。

嚴可均《全梁文》卷六〇吴均《餅説》 宋公至長安，得姚泓時故太官丞程季者，了了人也。公曰：今日之食何者最先。季曰：仲秋御景，離蟬欲静。燮燮曉風，淒淒夜冷。臣當此景，唯能説餅。公曰：善。季乃稱曰：安定噎鳩之麥，洛陽董德之磨，河東長若之葱，隴西舐背之犢，枹罕赤髓之羊，張掖北門之豉。然以銀屑，煎以金銚。洞庭負霜之橘，仇池連蒂之椒。調以濟北之鹽，剉以新豐之雞。細如華山之玉屑，白如梁甫之銀泥。既聞香而口悶，亦見色而心迷。公曰：善。《藝文類聚》七十二，《御覽》八百六十。

歐陽詢等《藝文類聚》卷七二《食物部・餅》 梁吴筠《餅説》曰：宋公至長安得姚泓，時故大官丞程季者，了了人也。公曰：今日之食，何者最先。季曰：仲秋御景，離蟬欲静。燮燮曉風，淒淒夜冷。臣當此景，唯能説餅。公曰：善。

季乃稱曰：安定噎鳩之麥，洛陽董德之麰，河東長若之葱，隴西紙背之積，抱罕赤髓之羊，張掖北門之豉，然以銀屑，煎以金銚。洞庭負霜之橘，仇池蓮蒂之椒，調以濟北之鹽，剉以新豐之雞，細如華山之玉屑，白如梁甫之銀泥。既聞香而口悶，亦見色而心迷。公曰：善。

虞世南《北堂書鈔》卷一四七《酒食部・米五五全補》 謝賚米。梁庾肩《吾謝東宮賚米啓》曰：湛水鳴蟬，香聞七里。瓊山合穎，租歸十縣。肩吾人慙振澡，徒降雲間之松。曠濫便繁，空撤家丞之俸。成珠委地，事重降仙。游玉爲糧，珍瑜入楚。雖復激水滄流，不待監河之說。春風掃地，方請文學之篇。又《謝相東王賚米啓》曰：竊以月滿則虧，恩來無爽。海潮雖大，萬江恒注。遂使連箱委地，不殊陽翟。盈倉接宇，寧異海陵。又周庾信《謝趙王賚米啓》云：比陋巷簞瓢，榆風沐雨。剥榆皮于秋塞，掘盤鴞于寒山。仰費國租，遂開塵甑。非丹竈而流珠，異荊臺而炊玉。東方朔之俸米，既息長飢。西門豹之墾田，方慙此賚。秬秠《詩・厥初篇》云：誕降嘉種，維秬維秠，維糜維芑。《毛傳》云：天降嘉種。秬，黑黍也。秠，一稃二米也。糜，赤苗也。芑，白苗也。糜芑見上

歐陽詢等《藝文類聚》卷七二《食物部・餅》 晉束晳《餅賦》曰：玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中，霜凝口外。充虛解戰，湯餅爲最。弱似春綿，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠遍。行人失涎於下風，童僕空嚥而斜，眄擎器者舐脣，立侍者乾咽。

徐堅《初學記》卷二六《服食部・黍第一五》 賦：張翰《豆羹賦》。孟秋嘉菽，垂枝挺莢。是刈是穫，充筐盈篋。香鍥和調，周疾赴急。

徐堅《初學記》卷二六《服食部・餅第一七》 賦：晉束晳《餅賦》。若夫三春之初，陰陽交際，寒氣既除，温不至熱。于時享宴則勞頭，宜設炎律，方回純陽。布暢服絺，飲冰隨陰而涼。此時爲餅，莫若薄夜，商風既厲，大火西移，烏獸毳毛，樹木疏枝，肴饌尚温，則起漿可施。玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中，霜凝口外，充虛解戰，湯餅爲最，然皆用之有時，所適者也。苟錯其次，則不能斯善。其可以通冬達夏，終歲常施，四時從用，無所不宜，唯牢丸乎。爾乃重羅之麵，塵飛白雪，膠黏筋韌，泬液濡濘。肉則羊膀豕脅，脂膚相半。臠如婉首，珠連礫散。薑株葱本，萃縷切判。辛桂對末，椒蘭是灑。和鹽漉豉，攪和膠亂。於是火盛湯涌，猛氣蒸作。振衣振裳，握搦拊搏。麵彌離於指端，手參回而交錯，紛紛駁駁，星分雹落。範無進肉，餅無流麵。姝媮冽敕，薄而不綻。弱如春綿，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠徧。行人垂涎於下風，童僕空嚥而邪盼。擎器者舐脣，立侍者乾咽。序庾闡《惡餅賦序》范子常者，營造予宿膳雞爲餅，遍食之，情甚虛奇嘉之味不實。聊作惡餅賦以釋之。若乃董盧，飛名於華肆，和均絶技於俗，廩王孫駭，嘆于曳緒，東子賦弱於春綿，色必霜皓，肉則錦爭雲媚。

王維《王右丞集箋注》卷一〇《積雨輞川莊作》積，《文苑英華》作秋。《衆妙集》作秋歸輞川莊作。 積雨空林烟火遲，蒸藜炊黍餉東菑。漠漠水田飛白鷺，陰陰夏木囀黄鸝。山中習静觀朝槿，松下清齋折露葵。野老與人争席罷，海鷗何事更相疑。事一作處。

蒸藜《爾雅翼》、《毛詩義疏》曰：茱，藜也。莖葉皆似王芻，今兖州蒸以爲茹，謂之茱蒸。

習静何遲詩：習静閉衣巾，讀書煩几案。梁朱超詩：當夏苦炎埃，習静對花臺。【略】

李白《李太白文集》卷一九《宿五松山下荀媪家宣州》 我宿五松下，寂寥無所歡。田家秋作苦，鄰女夜舂寒。跪進雕胡飯，月光明素盤。令人慚漂母，三謝不能餐。

佚名《集千家註杜工部詩集》卷一七《槐葉冷淘》 青青高槐葉，采掇付中厨。新麪來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欲無。碧鮮俱照筯，香飯兼苞蘆。經鹵冷於雪，勸人投比珠。願隨金騶裏，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒殿，開冰清玉壺。君王納涼晚，此味亦時須。夢弼曰：苞蘆謂蘆笋也。涕曰：金騶裏，馬也。修可曰：屠蘇字或作屠麻。《玉篇》云：屠麻，庵也。《通俗文》屋平曰屠麻。《廣韻》云：屠麻，草庵。又屠麻酒，蓋昔人居屠麻釀酒，因名。今詳是詩走置錦屠蘇，正謂屋也。《古樂府》插腰銅匕首，障日錦屠蘇。涕曰：語致遠，恐泥獻芹。見嵇康《絶交書》。薦藻出《左傳》。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一七杜甫《槐葉冷淘》 青青高槐葉，采掇付中厨。新麪來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欲無。碧鮮俱照筯，香飯兼苞蘆。經鹵冷于雪，勸人投比珠。願隨金騶裏，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒殿，開冰清玉壺。君王納涼晚，此味亦時須。

曹寅等《全唐詩》卷二二一杜甫《槐葉冷淘》 青青高槐葉，采掇付中厨。新麪來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欲無。碧鮮俱照箸，香飯兼苞蘆。經鹵冷於雪，勸人投此一作比珠。願隨金騶裏，走置錦屠蘇。又作屠麻，平屋也。又酒名屠蘇，昔人居屠蘇造酒故名。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒殿，開冰清玉壺。君王納涼晚，此味亦時須。

曹寅等《全唐詩》卷二二九杜甫《茅堂檢校收稻二首》 香稻三秋末，平田百頃間。喜無多屋宇，幸不礙雲山。御狹侵寒氣，嘗新破旅顔。紅鮮終日有，玉粒未吾慳。

稻米炊能白，秋葵煮復新。誰云滑易飽，老藉軟俱勻。種幸房州熟，苗同伊闕甫有莊墅在河南。春。無勢映渠盤，車渠也。彝盤銘，珍逾渠盤。自有色如銀。

仇兆鰲《杜詩詳註》卷一九《槐葉冷陶》 鶴注：當是大曆二年瀼西作。朱曰：以槐葉汁和麪為冷淘。盧注：有槐牙温淘，有水花冷淘。

新麪來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欲無。碧鮮俱照筯，香飯兼苞蘆。經齒冷於雪，勸人投比一作此珠。此記製淘之法，備稱其佳美。杜臆蒸淘過熟，其質消滅，故加餐愁其易盡。碧鮮句，言色佳。香飯句，比味美，以冷淘勸人食。比之投珠，甚言其可愛。曹植詩：中廚辦豐膳。庾信《小園賦》晏嬰近市，不求朝夕之利。《周禮》醴齊注：醴，猶體也，成而汁滓相將。古詩：努力加餐飯。《吴都賦》玉潤碧鮮。夢弼曰：苞蘆，蘆筍也。盧注：蘆荻之屬，甲而未拆曰苞。公出峽詩：泥筍初苞荻。可證。朱注：引《説文》蘆，飯器也，亦作盧。又引《管子》道有遺苞，言取冷淘兼香飯，苞裹於飯器中，欲以贈人冷淘，何必又加香飯乎。偶。蘇注又云：蜀人呼魚鮓爲冷淘，朱氏已□其謬妄矣。願隨金騕褭，走置錦屠蘇。又作廚□路遠思恐泥，去聲興去聲深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒殿，開冰清玉壺。君王納涼晚，此味亦時須。遠注：此對冷淘而思入獻，蓋每食不忘君也。此全是比喻，路遠則欲達，不能興深，則初心未改。獻芹之意雖微，薦藻之誠可鑒。倘寒殿玉壺之間，亦須此物，何時得以上陳耶。句句道出忠愛苦衷。此章兩段各十句。應劭《漢書注》：古青駮馬名腰褭，一日行萬五千里。杜臆錦屠蘇，天子之屋。朱注：屠蘇本作廚□。《玉篇》廚□，庵也。服虔《通俗文》屋平曰廚□。蕭子雲《雪賦》没屠蘇之高影是也。又《廣韻》廚□，酒名，元日飲之可除温氣，蓋昔人居廚□釀酒，因以名之也。又大帽形類屋，亦名屠蘇。《晉志》謡曰：屠蘇障日覆兩耳。劉孝威詩：插腰銅匕首，障口錦屠蘇是也。此言馳貢冷淘，當用前説。《朱子語類》文字好用經語，亦一病。東坡寫此詩到路遠思恐泥。云此不足爲法。《左傳》蘋蘩蕰藻之菜，可薦於鬼神。《楚元王傳》豈爲區區之禮哉。顔注：區區，小也。《上林賦》：過鵠鵠望露寒。露寒，殿名。鮑照詩：清如玉壺冰。

曹寅等《全唐詩》卷三〇一王建《新嫁娘詞三首》之三 三日入廚下，洗手作羹湯。未諳姑食性，先遣小姑嘗。一作娘嘗。

劉禹錫《劉賓客文集》卷二七《牆陰歌》 西隣田舍乏糟糠，就影汲汲舂黄粱。

曹寅等《全唐詩》卷三〇一王建《飯僧》 別屋炊香飯，薰辛不入家。温一作瀘泉調葛麵，一作粉净手摘藤花。蒲鮓除青葉，芹薤帶紫芽。願師常伴食，消氣有菖茶。

曹寅等《全唐詩》卷四六二白居易《寒食日過棗糰店》 寒食棗糰店，春低楊柳枝。酒香留客住，鶯語和人詩。困立攀花久，慵行上馬遲。若爲將此意，前字與僧期。

陸龜蒙《甫里集》卷一一《潤卿遺青餈飯》 舊聞香積金仙食，今見青精玉斧飧。自笑鏡中無骨録，可能飛上紫雲端。

李昉等《文苑英華》卷六三一《重九謝賜糕酒等狀》 右中使劉君壽等至，伏奉恩命，賜臣前件餻酒等，仍令樂飲者。伏以玄月戒時，清風應律，宜於長久，欣聖祚之壽昌，復見芳華。喜陽數之重合，時恩忽降。節賜薦加，王人寵臨御膳，分旨膏以粉餌，蒸以餹餘緑芋金茅紫蔗筠節茱萸清酒。嘗聞舊俗之傳，慧苡調腸。今覩靈珍之味，此饗人苑吏上獻嘉辰，豈伊凡品微生下霑殊貺。賜宴既聯於伯仲，覃恩更及於室家。稠疊寵光，低迴隕越，一門同慶，萬死何酧。

李覯《旴江集》卷三六《正月二十日俗號天穿日，以煎餅置屋上謂之補天感而爲詩》 媧皇没後幾多年，夏伏冬愆任自然。只有人間閨婦女，一枚煎餅補天穿。

梅堯臣《宛陵集》卷四《田家》 南山嘗種豆，碎莢落風雨。空收一束萁，無物充煎釜。

宋祁《景文集》卷二四《九日食糕》 驪館輕霜拂曙袍，粢餈花飲闢分曹。劉郎不敢題餻字，虚負詩家一代豪。

文同《丹淵集》卷一七《水碓》 激水爲碓嘉陵民，構高穴深良苦辛。十里之間凡共此，麥入麵出無虚人。彼甿居險所産薄，世世食此江之濱。朝廷遣使興水利，嗟爾平輪與側輪。

楊傑《無爲集》卷一〇《西水磨記》 都城當萬國之要，會升平日久，比屋富庶，四海内外，寶貨叢聚，車無停輈，馬無緩轡，晦明寒暑，衝衝交馳乎。其間有閴閬之喧所不及處，已不可多得，而況流水潺湲，嘉木蓊鬱，魚鳥上下，風物清勝，有山林江湖之氣象者乎。都下水磨務有三，皆國朝所置，以供尚食暨中外之用。然其景趣不同，而所謂有山林江湖之氣象者西務，是已將造其門，水聲先出乎林間，行及其旁，則長槽瀉波，鉅輪激濤，雷轟電射，雪迸雨飛，若並谷簾，若臨洪崖，使人毛髮森然，語言不能相接。有景如此，而都人罕有知者。自宛陵梅平叔，太原王漢卿之領是局也，薦紳往往至焉，主人嘉客之來，臨流設樽，拂石爲坐，垂釣清淵，魚泳而同食，彈琴曲渚，鷗馴而不驚。沙泉盈尺，跌可以涉，漁艇一葉，醉可以卧。方是時也，賓主陶然，如在江湖之上，山林之中，烏知車馬闐闐

之喧哉。朝野諸公多有詩詠，或形汗簡，或題屋壁，凡數十篇。漢卿官滿懼異日之遺墜，乃鑱諸石以傳永久，知予尤愛其景，故託以爲序，蓋所願也。元豐二年中秋日述。

蘇軾《東坡全集》卷一四《豆粥》 君不見庾沱流浙車折軸，公孫倉皇奉豆粥。濕薪破竈自燎衣，饑寒頓解劉文叔。又不見金谷敲冰草木春，帳下烹煎皆美人。萍虀豆粥不傳法，咄嗟而辦石季倫。干戈未解身如寄，聲色相纏心已醉。身心顛倒自不知，更識人間有真味。豈如江頭千頃雪色蘆，茆簷出沒晨煙孤。地碓舂杭光似玉，沙餅煮豆軟如酥。我老此身無着處，賣書來問東家住。卧聽雞鳴粥熟時，蓬頭曳履君家去。

蘇軾《東坡全集》卷二三《游博羅香積寺并引》 寺去縣七里，三山犬牙夾道皆美田，麥禾甚茂。寺下谿水可作碓磨，若築塘百步，閘而落之，可轉兩輪，舉四杵也，以屬縣令林抃使督成之。

二年流落鼉魚鄉，朝來喜見麥吐芒。東風搖波舞净緑，初日泫露酣嬌黄。汪汪舂泥已没膝，剡剡秋穀初分秧。誰言萬里出無友，見此二美喜欲狂。三山要令水力供碔磨，與相地脉增隄防。霏霏落雪看收麪，隱隱疊鼓聞舂糠。散流一吸雲子白，炊裂十字瓊肌香。豈惟牢九薦古味，東晳《餅賦》云：漫頭薄持起搜牢九。要使真一流仙漿。詩成捧腹便絶倒，書生説食真膏肓。

蘇軾《東坡全集》卷二九《過子忽出新意，以山芋作玉糝羹，色香味皆奇絶，天上酥陀則不可知，人間決無此味也》 香似龍涎仍釅白，味如牛乳更全清。莫將北海金虀鱠，輕比東坡玉糝羹。

蘇軾《東坡全集》卷二九《劉監倉家煎米粉作餅子，余云爲甚酥。潘邠老家造逡巡酒，余飲之莫作醋錯着水來否。後數日，余携家飲郊外，因作小試戲劉公求之二首》 一杯連坐兩髯棋，數片深紅入座飛。十分潋灩君休訴，且看桃花好面皮。唐詩云：未有桃花面皮，先作杏子眼孔。

野飲花間百物無，杖頭惟挂一葫蘆。已傾潘子錯著水，更見君家爲甚酥。

蘇軾《東坡全集》卷二九《送柳宜歸》 折脚鐺邊煨淡粥，曲枝桑下飲離盃。書生不是南遷客，魑魅驚人須早回。

蘇軾《東坡全集》卷二九《寒具乃捻頭，出劉禹錫佳語》 纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黄深。夜來春睡濃於酒，壓褊佳人纏臂金。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六蘇子瞻《豆粥》 君不見滹沱流浙車折軸，公孫倉皇奉豆粥。濕薪破竈自燎衣，饑寒頓解劉文叔。又不見金谷敲冰草木春，帳下烹煎皆美人。萍虀豆粥不傳法，咄嗟而辦石季倫。干戈未解身如寄，聲色相纏心已醉。身心顛倒自不知，更識人間有真味。豈知江頭千頃雪色蘆，茆簷出没晨煙孤。地碓舂杭光似玉，沙瓶煮豆軟如酥。我老此身無着處，賣書來問東家住。卧聽雞鳴粥熟時，蓬頭曳履君家去。

徐積《節孝集》卷一《上趙少師并序》 薪蒸勿采米勿舂，呼歌屢舞馳省公。

黄庭堅《山谷集》卷一一《過土山寨》 南風日日縱篙撐，時喜北風將我行。湯餅一杯銀線亂，蔞蒿數筋玉簪横。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一七《食物部・餅》 詩句：呼兒跪酒樽，戒婦饌湯餅。山谷槐夏莫問塗，麥秋宜煮餅。山谷湯餅一盃銀線亂，蔞蒿數筋玉簪横。山谷

鄭浩《道鄉集》卷四《次韻端夫聞江北水磨》 萬事根牟初難明，聲之所發由聲聲。不有智者抉其理，直如寶劍埋豐城。風生風止孰噓吸，制作解成琴與箏。矧茲江漢瀉荆楚，含桃初熟飛流鶯。波濤暗逐歲月長，激激灘際舂雷霆。白沙湖邊更湍急，五磨因緣資養生。城中鞭驢喘欲死，亦或人勞偃自横。借令麥破麵浮玉，青蠅遽集争營營。迺知此策最長利，朱墨豈復嗤南榮。天輪地軸馳晝夜，彷彿颶扇吹蒼瀛。遊江夫人儼然坐，蛟龍不動如石鯨。只應神物亦持護，我輩何妨雙耳清。

鄭浩《道鄉集》卷四《戲督潛亭作春羹》 先生家中餘玉粒，粉以爲餅陪春羹。春羹品物謝時味，江流暖泛園中英。晴窓對案忽舉首，徑走長嬴呼友生。襄陽大夫腹如鼎，一著九牛猶未盈。憧然放筯即過我，自嘆珍庖逾大烹。且言初意亦在我，屬我府事留西城。先生飯不飯俗客，若苦轉眄相傾傾。東風雕刻物物好，槎頭縮項尾不赬。藥苗蔬甲破土出，似與芻豢争功名。應憐十載瘦藜莧，爲我一除飢腸鳴。

蘇轍《欒城集》卷五《次韻子瞻病中遊虎跑泉僧舍二首》之一 【略】香廚晚飯紅粳熟，忽憶烹雞田舍嘗。

蘇轍《欒城集》卷五《次韻子瞻山村五絶》之三 旋舂紅稻始經鎌，新煮黄雞取次甜。無慕無營人自樂，莫將西子愧無鹽。

蘇轍《欒城集》卷三七《乞廢官水磨狀》 右臣竊見近歲京城外創置水磨，因

此汴水淺澀，阻隔官私舟船。其東門外水磨下流，汗漫無歸，浸損民田二百里，幾敗漢高祖墳。賴陛下仁聖閔惻，見發德音，令執政議救其苦。尋蒙指揮畿縣於黃河春夫，外更調夫四萬人開自明河，以疏洩水患，計一月畢功。然以水磨供給京城內外食茶等，其水只得五日閉斷，以此功役重大，民間每夫日雇二百錢，一月之費計二百四十萬貫。而汴水渾濁，易得填淤，明年又須開淘，民間歲歲不免此費。訪聞水磨所入，一歲不過四十萬貫，朝廷頃來改更敝法，凡與民爭利者，一切革去，水磨之事本亦係廢罷。前戶部侍郎李定以邪諂進用，不知朝廷大體，猥以四十萬貫課利惑誤朝聽，依舊存留。且水磨興置未久，自前未有，此錢國計何嘗有闕，而小人淺陋，妄有靳惜，傷民辱國，不以爲愧。況今水患近在國門，而恬不爲怪，甚非陛下勤邺民物之意，而又減耗汴水行船不便。臣乞廢罷官磨，令民間任便磨茶，其利甚薄。伏乞指揮疾速施行。謹録奏聞，伏候敕旨。

蘇轍《欒城後集》卷二《次韻子瞻連雨江漲二首》之二　客到炎隊喜暫涼，江吹虛閣雨侵廊。回看野寺山溪隔，卧覺晨炊稻飯香。荔餉深紅陋櫻棗，桂醅淳白比琳琅。恩移嶠北應非晚，未省南遷日月長。

蘇轍《欒城第三集》卷一《蠶麥二首》　踈慵自分人嫌我，貧病可憐天養人。蠶眠已報冬裘具，麥熟旋供湯餅新。擷桑曉出露濡足，拾穗暮歸塵滿身。家家辛苦大作社，典我千錢追四鄰。

三界人家多鮮福，一時蠶麥得難兼。鉏耰已愧非吾力，湯火尤驚取不廉。貴客爭誇火浣布，貧家粗有水精鹽。薄衫冷麨消長夏，捫腹當知百不堪。

蘇轍《欒城集》第三集卷四《外孫文九伏中入村瞻麥》【略】秋田正急車難起，汗滴肩頹愧鄰里。磨聲細轉雪花飛，舉家百口磨牙齒。食前方丈我所無，烝餅十字或有諸。孫歸何用慰勤苦，烹鷄亦有烝胡盧。唐朝盧懷慎既老家居，諸公嘗往問疾。公設食待客，勑庖夫净去毛，勿拘折其項。客喜爲嘗食烝鵝鴨也。食至，乃烝胡盧耳。諸公皆不飽，公食之殊美。

張耒《柯山集》卷四二《粥記贈邠老》　張安定每晨起食粥一大椀，空腹胃虛，穀氣便作，所補不細，又極柔膩，與腸腑相得，最爲飲食之良。妙齊和尚説，山中僧每將旦一粥，甚係利害。如或不食，則終日覺臟腑燥渴，蓋能暢胃氣，生津液也。今勸人每日食粥，以爲養生之要，必大笑，大抵養性命求安樂，亦無深遠，難知之事，正在寢食之間耳。

劉跂《學易集》卷四《和定國湖上》之四　酤酒添庖趁晚飢，冷淘堆椀照銀絲。羹芹有意無由獻，此味君王恐未知。

黃朝英《靖康緗素雜記》卷九《餳粥》　《劉夢得嘉話》云：「爲詩用僻字，須有來處。宋考功詩云：『馬上逢寒食，春來不見餳。』餳，徐盈切。嘗疑此字。因讀《毛詩》鄭箋，説吹簫處云：『即今賣餳人家物。』《六經》中惟此注中有餳字。後輩業詩，即須有據，不可學常人率爲而道也。」又本朝宋子京《寒食》詩云：「草色引開盤馬路，簫聲吹暖賣餳天。」其亦用鄭箋「吹簫賣餳」之義，然詞致騷雅，勝考功遠矣。余嘗考《嘉話》所載「春來不見餳」，云是宋考功詩，比因閱沈雲卿《詠驪州不作寒食》詩，云：「海外無寒食，春來不見餳。洛陽新甲子，何日是清明？花柳爭朝發，軒車滿路迎。帝鄉遥可念，腸斷報親情。」是時沈謫驩州，故有是詩，但未見宋全篇耳。考其詞意，似是雲卿之詩，蓋沈、宋俱仕武后朝，故所傳容有訛謬，所未詳也。李義山詩云：「粥香餳白杏花天，省對流鶯坐綺筵。」又宋子京《途中清明》詩云：「漠漠輕花着早桐，客厨餳粥對禺中。」寒食清明，多用餳粥事。

釋覺範《石門文字禪》卷一《豆粥》　出碓新秔明玉粒，落叢小荳楓葉赤。井花洗秔勿去其，沙瓶煮豆須彌日。五更鍋面溫起滅，秋沼隆隆踈雨集。急除烈焰看徐攪，豆才亦趁涸渦入。須臾大杓專净巍，浪寒不興色如栗。食餘偏稱地爐眠，白灰紅火光濛密。金谷賓朋怪咄嗟，蓴亭君臣相記憶。我今萬事不知佗，但覺銅瓶蚯蚓泣。

晁説之《景迂生集》卷九《謝蘊文薺菜餛飩》　無奈國風怨，薺荼論苦甘。王孫舊肥羜，湯餅亦多慚。

洪炎《西渡集》卷下《鉛山縣石井院》　兩年再踏鉛山路，今日初嘗石井泉。碧玉巖邊渝湯餅，全勝五鼎擊肥鮮。

葛勝仲《丹陽集》卷一六《余謫沙陽，地僻家遠，遇寒食如不知，蓋閩人亦不甚重其節也。感而賦詩五首，以杜子美無家對寒食五字爲韻》　嘉節遇寒食，春陰猶作寒。閩人不知重，渾作等閑看。餳粥不復煮，青楓誰與鑽。開窗延霽景，脩竹正團欒。翠眉雙侍女，對此一樽殘。

朱勝非《紺珠集》卷五《荆楚歲時記》　杏酪麥粥，孫楚祭子推文：黍飯一盤，醪酪二盂，清泉甘水，充君之廚。今寒食節物有杏酪麥粥，即其類也。

鄭剛中《北山集》卷一二《紀闕隴》【略】月明見旌旗，夢寐聞簫鼓。棗火餅肥炊，漿酸粟饒煮。徧覽江山勝，腸腹浩撐拄。不見少增重，政自太無補。

鄭剛中《北山集》卷二〇《米盡》 米賤今年不論錢，雀鼠潛飫人留殘。青蚨不過百枚去，可得明珠一斗還。其如客寄已淹久，羞澀囊中無可看。今朝欲寫魯公帖，四顧門外將誰干。經營薄少置廚舍，呼童告使知艱難。從今且作淳糜計，雜以山芋供兩盤。嗟予是身亦老矣，造物未置飢與寒。何當飽炊七寸粳，飯香及處皆同餐。北囷罩越之國，粳米長七寸，火珠熟之，飯香所至，人皆來食。事見嚴經。

周紫芝《太倉稊米集》卷一《輸粟行》 天寒村落家家忙，飯牛穫稻催滌場。燎薪炊黍呼婦子，夜半舂粟輸官倉。【略】

邵博《邵氏聞見後録》卷一九 劉夢得作《九日詩》，欲用餻字，以《五經》中無之，輟不復爲。宋子京以爲不然。故子京《九日食餻》有詠云：「颺館輕霜拂曙袍，糢餈花飲闢分曹。劉郎不敢題餻字，虚負詩中一世豪。」遂爲古本絶唱。「糢餈粉餈」，餻類也，出《周禮》。「詩豪」，白樂天目夢得云。

李正民《大隱集》卷七《雜詩》 歲晏多風雨，寒雲曉更濃。晚菘長牢甕，香稻細新舂。路遠思行客，年荒嘆老農。秖園人不到，惟聽飯時鐘。

朱翌《猗覺寮雜記》卷下 用驢磨麵，見六朝袁淑俳詩文：《驢山公九錫》云：嘉麥既熟，實須精麵。負歷回衡，迅若轉電。

王洋《東牟集》卷二《臘八日，書齋早起，南鄰方智善送粥，方雪寒，欣然盡之，因成小詩》 臘月八日梁宋俗，家家相傳佸僧粥。栗桃棗柿雜廿香，菱芡芝栭俱不録。【略】

章甫《自鳴集》卷三《王夢得捕蝗二首》之二 江頭曉日方瞳瞳，僕夫喘汗天無風。茅齋汲井洗塵土，野寺煮餅燒油葱。【略】

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 青青高槐葉，採掇付中廚。新麪來近市，汁滓宛相具。入鼎資過熟，加飧愁欲無。碧鮮俱照筯，香飯兼苞蘆。經齒冷如雪，勸人投北珠。願隨金縷裹，走置錦屠蘇。萬里露寒殿，開冰清玉壺。君王納涼晚，此味亦時須。杜《槐葉冷淘》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 枇杷已熟綮金珠，桑落初嘗瀲玉蛆。暫借垂蓮十分盞，一澆空腹五車書。青浮卵盌槐芽餅，紅點冰盤藿葉魚。醉飽高眠真事業，此生有味在三餘。霏霏落雪香收麪，隱隱疊鼓聞舂糠。散流冷如雪，勸人投北珠。願隨金縷裹，走置錦屠蘇。萬里露寒殿，開冰清玉壺。君王納涼晚，此味亦時須。杜《槐葉冷淘》

陳藻《樂軒集》卷一《冬至寄行甫騰叔》 江浙羈棲怕雪霜，早年聽得晚年嘗。生涯敗意多諳歷，節序隨緣少感傷。鴨肉餛飩看土俗，糯丸麻汁阻家鄉。二千里外尋君話，今日那堪各一方。

袁文《甕牖閒評》卷六 杜陵詩云：「飯抄雲子白。」蓋謂飯可以比雲子之白也。至後世則便以飯爲雲子，故唐子西詩云：「雲子滿田行可擣。」又汪彦章詩云：「秋來雲子滑流匙。」更不究雲子爲何物，見杜工部有飯抄之句，竟指飯爲雲子也。然雲子乃神仙之食，出《漢武外傳》中。又詩云：「漁梁曬翅滿烏鬼。」則又以烏鬼爲鸕鷀，亦緣工部詩有「曬翅滿漁梁」之句也。且鸕鷀非是烏鬼，沈存中已竊笑之，所謂「白差烏鬼作鸕鷀」者爲此耳，然則雲子亦是白差矣。

東皙《餅賦》云：「春饅頭，夏薄持，秋起搜，冬湯餅。四時皆宜，惟牢九乎！」初不知牢九是何物。後讀蘇東坡詩云：「豈惟牢九薦古味，要使真一流天漿。」雖東坡殆亦未知牢九果何物耳。

范成大《石湖詩集》卷二九《立春枕上》 擇蔬翻餅閒殘吏，兒女喧喧短夢驚。想得春風連夜到，東禪粥鼓忽分明。

范成大《石湖詩集》卷三〇《臘月村田樂府十首并序》 余歸石湖，往來田家，得歲暮十事，採其語各賦一詩，以識土風，號村田樂府。其一冬春行，臘日舂米爲一歲計，多聚杵臼盡臘中，畢事藏之上瓦倉中，經年不壞，謂之冬舂米。其二燈市行，風俗尤競上元，一月前已買燈，謂之燈市，價貴者數人聚博，勝則得之，喧盛不減燈市。其三祭竈詞，臘月二十四夜祀竈，其説謂竈神翌日朝天，白一歲事，故前期禱之。其四口數粥行，二十五日煮赤豆作糜，暮夜闔家同饗，云能辟瘟氣，雖遠出未歸者，亦留貯口，分至襁褓小兒及僮僕皆預，故名口數粥、豆粥。本正月望日祭門，故事流傳爲此。【略】

冬舂行

臘中儲蓄百事利，第一先舂年計米。群呼步碓滿門庭，運杵成風雷動地。篩匀箕健無粞糠，百斛只費三日忙。齊頭圓潔箭子長，隔籬耀日雪生光。土倉瓦龕分蓋藏，不盡不腐常新香。去年薄收飯不足，今年頓頓炊白玉。舂耕有種夏有糧，接到明年秋刈熟。鄰叟來觀還歎嗟，貧人一飽不可賒。官租私債紛如麻，有米冬舂能幾家。

祭竈詞

古傳臘月二十四，竈君朝天欲言事。雲車風馬小留連，家有盃盤豐典祀。

豬頭爛熱雙魚鮮，豆沙甘鬆粉餌圓。男兒酌獻女兒避，酹酒燒錢罷君喜。婢子鬬爭君莫聞，猫犬觸穢君莫嗔。送君醉飽登天門，杓長杓短勿復云，乞取利市歸來分。

口數粥行

家家臘月二十五，淅米如珠和豆煮。大杓轑鐺分口數，疫鬼聞香走無處。鍍薑屑桂澆蔗糖，滑甘無比勝黃粱。全家團欒罷晚飯，在遠行人亦留分。褓中孩子彊教嘗，餘波徧沾獲與臧。新元叶氣調玉燭，天行已過來萬福。物無疵癘年穀熟，長向臘殘分豆粥。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六范至能《口數粥行》 家家臘月二十五，淅米如珠和豆煮。大杓轑鐺分口數，疫鬼聞香走無處。鍍薑屑桂澆蔗糖，滑甘無比勝黃粱。全家團欒罷晚飯，在遠行人亦留分。褓中孩子彊教嘗，餘波徧霑獲與臧。新元叶氣調玉燭，天行已過來萬福。物無疵癘年穀熟，長向臘殘分豆粥。

陳造《江湖長翁集》卷七《謝韓幹送絲糕》 玉顆瑩澈珠就磋，吳鄉早秔莫計過。無乃風露秀結異，移種崑崙之水禾。君家廚婦窮百技，三春九淅付重羅。銀絲萬尋忽縈積，中疎外潔生搓挼。扶桑仙蠶大如益，繰之本供織女梭。悅驚萬喙鬬新巧，胥作米茸雪網窠。即今擬形供食事，纖手幻出千絢多。倒甑入筋第三絶，色香兼味皆可歌。周官賓祭珍餈餌，有此復具理則那。詩翁物色及粔籹，得此來前當見訶。鱠盤漫詫金縷飣，湯餅徒夸銀線窩。瓊酥玉膩信非匹，胡麻崖蜜仍相和。感君泛愛記衰朽，回首一笑分餘波。腐儒口實長作累，饞饘之名定不磨。金山別去每掛夢，老眼復見還雙摩。婪酣得飽問便腹，如汝平生相負何。更從公子乞方法，日當飫之老澗邁。買田二頃不種秫，未怕酒客來操戈。糕不用糯，金山者名天下。

周必大《文忠集》卷四《邦衡再送二首，一和爲甚酥，二和牛尾貍己丑正月十日》 金谷烹煎豈我徒，磨舂争語夜闌廚。六年不賜湯官餌，除日猶分刺史酥。是日，錢守送酥，故用東坡謝泗守故事。小惠無多真畫餅，大篇有味勝清醐。遥知發囊哄堂處，不見蒸鵝只瓠壺。

楊萬里《誠齋集》卷一九《食蒸餅作》 何家籠餅須十字，蕭家炊餅須四破。老夫饑來不可那，只要鶻崙吞一箇。詩人一腹大於蟬，饑飽翻手覆手間。須臾放筯付一莞，急喚龍團分蠏眼。

楊萬里《誠齋集》卷二四《炙蒸餅》 圓瑩僧何矮，清鬆絮爾輕。削成瓊葉片，嚼作雪花聲。炙手三家市，焦頭五鼎烹。老夫飢欲死，汝輩且同行。

陸游《劍南詩稿》卷二《旅食》 霜餘漢水淺，野迥朔風寒。炊黍香浮甑，烹蔬緑映盤。心安失粗糲，味美出艱難。惟恨虚捐日，無書得縱觀。

陸游《劍南詩稿》卷五《野飯》 薏實炊明珠，苦筍饌白玉。輪囷斸區芋，芳辛采山蔌。山深少鹽酪，淡薄至味足。往往八十翁，登山逐奔鹿。可憐城南杜，零落依澗曲。面餘作詩瘦，趨拜尚不俗。杜氏自譜，以爲子美下峽留一子守浣花舊業，其後避成都亂，徙眉州大坡或徙大蓬云。病夫益倦遊，頗願老窮谷。是家吾所慕，食菜如食肉。時能喚隣里，小甕酒新漉。何必懷故鄉，下箸厭雁鶩。

陸游《劍南詩稿》卷七《歸耕》 隨牒人間鬢欲疎，歸耕且復補東隅。甑炊地碓新春米，衣拆天吳舊繡圖。有圃免煩官送菜，叩門翻喜吏徵租。不愁問字無來客，惟欠楊雄宅一區。

陸游《老學庵筆記》卷一〇 楊朴處士詩云：「數箇胡皴微骨乾，一壺村酒膠去聲牙酸。」《南楚新聞》亦云：「一楪琵根數十皴，盤中猶自有紅鱗。」不知皴何物，疑是餅餌之屬。

陸游《劍南詩稿》卷一五《僧飯》 雲碓舂秔白，齋廚饌桂香。百窮慚燕頷，一飽慰龜腸。舉世知心少，平生爲口忙。何當棄簪笏，終老掩山房。

陸游《劍南詩稿》卷一九《薔麥初熟刈者滿野喜而有作》 城南城北如鋪雪，原野家家種蕎麥。霜晴收斂少在家，餅餌今冬不憂窄。胡麻壓油油更香，油新餅美争先嘗。獵歸熾火燎雉兔，相呼置酒喜欲狂。陌上行歌忘惡歲，小婦紅妝穗簪髻。詔書寬大與天通，逐熟淮南幾誤計。

陸游《劍南詩稿》卷一九《屢雪二麥可望喜而作歌》 苦寒勿怨天雨雪，雪來遺我明年麥。三月翠浪舞東風，四月黃雲暗南陌。坐看比屋騰歡聲，已覺有司寬吏責。腰鎌丁壯傾閭里，拾穗兒童動千百。玉塵出碓飛屋梁，銀絲入釜須臾湯，寒醅發劑炊麪裂，新麻壓油寒具香。大婦下機廢晨織，小姑佐庖忘晚妝。老翁飽食笑捫腹，林下擊壤歌時康。

陸游《劍南詩稿》卷三九《五月七日拜致仕勅口號》 又甑中白飯出新舂，瓮裏黃韲細筆葱。一飽坐兼南北美，始知造物念衰翁。

陸游《劍南詩稿》卷四二《炊飯》 米分齋鉢供，新拾墮巢枝。偶爾成幽事，欣然慰午飢。炊時珠瀉甑，嘗處雪翻匙。欲作明朝計，還須賣漉籬。

陸游《劍南詩稿》卷五六《鄰曲》 濁酒聚鄰曲，偶來非宿期。拭盤堆連展，

淮人以名麥餌。洗舖煮黎祁。蜀人以名豆腐。烏牸將新犢，青桑長嫩枝。豐年多樂事，相勸且伸眉。

陸游《劍南詩稿》卷六九《食野味包子戲作》 珍餉貧居少，寒雲萬里寬。疊雙初中鵠，牢九已登盤。放箸摩便腹，呼童破小團。猶勝瀼西老，菜把仰園官。

陸游《劍南詩稿》卷七二《山庖》 新春穲稏滑如珠，旋壓犁祁軟勝酥。更剪藥苗挑野菜，山家不必遠庖廚。

陸游《劍南詩稿》卷七九《雜賦》 地爐夜熱麻藍暖，瓦鼎晨烹豆粥香。不是有心輕富貴，從來吾亦愛吾鄉。

陸游《劍南詩稿》卷八四《病中卧聞舂聲》 丘婆羹存先戛釜，山僧齋竟始鳴鐘。孰知造物獨憐我，一日未嘗無夕舂。

又

妄想説梅猶止渴，真聞舂米固忘飢。未論炊熟香生甑，已覺抄來雪滿匙。

韓淲《澗泉集》卷七《颺糠》 颺糠新出米，打穀旋推禾。健婦行茶椀，癡兒守飯籮。一秋能飽未，終歲得閒麽。農事無終極，人生可奈何。

韓淲《澗泉集》卷一四《留客煮餅因過山寺煎茶》 旋掃荒涼喜客來，胡牀隨處坐徘徊。野亭湯餅談方透，山寺茶香望轉開。風近凜秋多落葉，雨收殘照少飛埃。

陳起《江湖小集》卷三一朱繼芳《静佳龍尋稿・農桑》 婦饁天耕日尚長，碓聲鳴咽宿舂糧。尋思一飯何時飽，秧種青青麥未黄。

陳起《江湖小集》卷七八戴復古《石屏續集・刈麥行》 腰鎌上隴刈黄雲，東家西家麥滿門。前村寡婦拾滯穗，饘粥有餘炊餅餌。我聞淮南麥最多，麥田今歲屯千戈。飽飯不知征戰苦，生長此方真樂土。

耶律楚材《湛然居士集》卷六《西域河中十詠》 其六

寂寞河中府，西流緑水傾。衝風磨舊麥，西人作磨，風動機軸以磨麥。懸碓杵新粳。西人皆懸杵以舂。春月花渾謝，冬天草再生。優遊聊卒歲，更不望歸程。

顧嗣立《元詩選》初集卷一二耶律楚材《西域河中十詠録八》 之四：

寂寞河中府，西流緑水傾。衝風磨舊麥，西人作磨，風動機軸以磨麥。懸碓杵新粳。西人皆懸杵以舂。春月花渾謝，冬天草再生。優遊聊卒歲，更不望歸程。

李昂英《文溪集》卷一六《贈雲峰演菴主》 【略】佛粘土壁煎茶供，客對蒲團取芋煨。【略】

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 詩集：經齒冷欲雪。青青高槐菜，采掇付中廚。薪麪來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加飡愁欿無。碧鮮俱照箸，香飯兼苞蘆。經齒冷欲雪，勸人投此珠。願隨金騶裹，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒殿，開冰清玉壺。君生納涼晚，此味亦何須。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 吴均《餅説》：細如華山玉屑，白似梁甫銀泥。既聞香而口問，亦見色而心迷。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 束晳《餅賦》：《禮》仲春之月，天子食麥而朝事之籩，煮麥爲麪。《内則》諸饌不説餅，然則雖云食麥而未有餅。餅之作也，其來近矣。若夫安麥粔籹之倫，糾耳圜后之閒帶，案成鰣飣髓燭，或名生於里巷，或法出乎殊俗，三春之初，陰陽交際，寒風既消，温不至熱，于時享宴則曼頭宜設，炎律方回，大火西移，鳥獸氄毛，樹木疏枝。肴饌尚温，則起浸可施。玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中，霜成口外。充虚解戰，湯餅爲最。然皆用之有時，所適者苟錯其次，則不能斯善。其可以適冬達夏，終歲常施，四時從用，無所不宜，唯牢九乎爾。乃重羅之麩，正黄反廉飛雪白，黏細筋腸，潔柔澤肉，則羊膀豕脅，脂膚相半，臠若繩首，珠連礫散，薑株葱本，革縷切判，劉末椒蘭，是伴和鹽，漉豉攪合摻亂。於是火盛湯涌，猛氣蒸作，攘衣振掌握，摛俯摶趙，彌離於指端，手縈迴而交錯，紛紛弱弱，星分雹落。龍無遺肉，餅無流麪，妹嬇洌刺，薄而不綻，漼漼和和，膿色外見，柔如春綿，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠遍。行人失涎於下風，童僕空爵而斜盼。擎器者舐脣，立侍者乾咽。爾乃濯以玄醪，鈔以象箸，槃案纔投而輒盡，庖人爹潭而促遽。三篇之後，轉更有次。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四六《餅餌門・餅》 冷淘切以吴刀。野狐泉一姥，善製水花冷淘，切以吴刀，淘以洛酒，潦葉於鐺耳中，過投於湯中。其疾徐鳴掌，趁之不及。富子擲金就食之入洛苑。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四五《飲膳門・飯附粥糜》 粥沙瓶煮豆。君不見滹沱流澌車折軸，公孫倉皇奉豆粥。濕薪破竈自燎衣，飢寒頓解劉文叔。又不見金谷敲冰草木春，帳下烹煎皆美人。萍蟹豆粥不傳法，咄嗟而辦石季倫。干戈未解身如寄，聲色相傳心已醉。身心顛倒自不知，更識人間有真味。豈知江頭千頃雪色，蘆菰簇出没晨煙。孤地碓舂，杭光似玉。沙瓶煮豆軟如酥。我老此身無着處，賣書來問東家住。卧聽雞鳴粥熱時，蓬頭曳履君家去。蔬東坡豆粥

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四五《飲膳門・飯附粥糜》 轆鑪分口。家家臘月二十五，淅米如珠和豆粥。大杓轆鑪分口數，疫鬼聞香走無處。鏤薑屑桂澆蔗糖，滑甘無比勝黄粱。全家團欒罷晚飯，在遠行人亦留分。裸中孩子强教嘗，餘波得霑獲與臧。新元勝氣調玉燭，天行已過來萬福。物無疵癘年穀熟，長向臘殘分豆粥。

姚勉《雪波集》卷二一《婆餅焦》 趁晴割麥收雲黃，熬爐新熟餅餌香。阿婆炙餅半焦赤，阿婦罵兒嗔不食。山禽戲語婆勿嗔，有餅可焦猶食新。西家割遲麥爛死，婦姑對泣空酸辛。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二一《農桑部・米》 雜著

杜子美《稻畦》詩：秋菰成黑米，精鑿儲白餐。精鑿出《左傳》粢食不鑿，謂治米使白也。《詩話》杜詩云：玉粒足晨炊，紅鮮任霞散。紅鮮言飯紅潤之色。又《收稻》詩云：紅鮮終日有，玉粒未吾慳。今有一種紅米，即此謂也。《詩話》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二一《農桑部・米》 七言古詩

臘中儲蓄百事利，第一先舂年計米。羣呼步碓滿門庭，運杵成風雷動地。篩勻箕健無粞糠，百斛只費三日忙。齊頭圓潔箭子長，隔籬耀日雪生光。土釜瓦龍分蓋藏，不蠹不腐常清香。去年薄收飯不足，今年頑炊白玉。舂耕有種夏有糧，接到明年秋刈熟。鄰叟來觀還嘆嗟，貧人一飽不可賒。官租私債紛如麻，有米冬舂能幾家。范石湖《冬舂行》

有虞有宋雙重華，兩聖一心民一家。綠秧刺水農事起，重華愁旱從此始。黃雲登場萬寶秋，重華對天失却愁。二十八年臨玉座，大半光陰愁裏過。天顏有喜丞相知，常平使者陳便宜。倡爲社倉首建溪，旰江吳閩承君師。伯霜仲雪發爾私，支奇虐魁手莫施。活幾振子幾涼黎，詒子又孫孫又子。个是重華聖人意，無論十世千百世。誠齋《題社倉》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二一《農桑部・麥》 五言散句

【略】細築場無隙，輕推磨有音。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二一《農桑部・麥》 七言古詩

梅花開時我種麥，桃李花飛麥叢碧。多病經旬不出門，東坡已作黃雲色。腰鎌刈熟趁晴歸，明朝雨來麥沾泥。犁田待雨插晚稻，朝出移秧夜食麨。范石湖《刈薥麥》

苦寒勿怨天雨雪，雪來遣我明年麥。三月翠浪舞東風，四月黃雲蒔南陌。城南城北如鋪雪，原頭家家種蕎麥。霜時收斂少在家，餅餌今冬不憂窄。坐看比屋騰歡聲，已覺有司寬吏責。腰鎌丁壯傾閭里，拾穗兒童動千百。玉塵出磨飛屋梁，銀絲入釜須寬湯。寒醅發劑炊麪製，新麻壓油寒且香。大婦下機廢農織，小姑佐庖忘晚粧。老翁飽食笑捫腹，林下擊壤歌時康。陸放翁《田家樂》

大麥半枯白浮沈，小麥刺水鋪綠針。去年冷冷七月雨，秋苗不收一粒穀。只今米價貴如玉，并日舉家纔食粥。小兒索飯門前啼，大兒雖瘦把鋤犁。晴時種麥耕荒壠，正好下秧無稻種。張于湖

七言古詩散聯

少年食稻不食麥，老居潁川稻不足。人言小麥勝西川，雪花出磨煮成玉。冷淘槐葉冰上齒，湯餅羊羹火入腹。子由

七言絶句

舍西柔桑葉可拈，江邊細麥復纖纖。人生幾何春已夏，不放香醪如蜜甜。少陵

黃金割露幾肩歸，紫玉炊香一飽肥。却喜麥田成晚稻，未教水牯卧斜暉。放翁

劉克莊《後村集》卷三《歲晚書事十首》 之六

細君炊秫婢繰絲，採勝酥花摠不知。窻下老儒衣露肘，挑燈自揀一年詩。

鄧深《大隱居士詩集》卷上《除夕把酒》 爆竹驚今夕，屠蘇薦詰朝。【略】土人珍裂餅，聊以薦金蕉。

虞儔《尊白堂集》卷二《以新米作撈飯有感》 老矣何妨受一廛，笑渠楊惲强歌田。驚心赤地三年旱，慰眼黃雲八月天。他日江船來白粲，暫時水碓搗紅鮮。軟炊香飯憐脾病，從此長齋繡佛前。

虞儔《尊白堂集》卷四《雨過》 處處村舂急，家家晚爨煙。青山映丹杏，過雨轉嫣然。

虞儔《尊白堂集》卷四《飯有沙二絶》

我倉濕穀舂不得，客米炊米飯有沙。廚人淘米不淘沙，豈爲先生惜齒牙。

陳元靚《歲時廣記》卷四《送臘粥》 皇朝《東京夢華録》十二月，都城賣撒佛花。至初八日，有僧尼三五爲羣，以盆器盛金銅佛像，浸以香水，楊柳灑浴排門教化。諸大寺作浴佛會，并送七寶五味粥，謂之臘八粥。都人是日，亦以果子雜料煮粥而食。

劉一清《錢塘遺事》卷二《三京之役》 [寶慶乙酉七月]二十七日，軍食已竭，乃采蒿和麵作餅而食之。

顧嗣立《元詩選》初集卷一〇方夔《溪上》【略】早麥熟隨芹菜餉，晚茶香和樹芽蒸。

謝枋得《疊山集》卷一《謝惠麪七古》豐年自古說來牟，四月麥熟勝秋收。天廚送食不待求，有麪餌飣吾何憂。安得化身爲兒童，戲沙作麪可報答。授記或爲阿育王，請鑄八萬四千塔。

謝枋得《疊山集》卷一《謝人惠米線》玉粒百穀王，有功滿人寰。舂磨作瓊屑，飛雷落九關。翁張化瑶線，絃直又可彎。湯鑊每沸騰，玉龍自相扳。銀濤滾雪浪，出没幾旋環。有味勝湯餅，飫訶不愁癪。包裹數十里，瑩潔無點斑。興師遠持贈，此物正可頒。千萬一日飽，不貴金數鍰。長安權貴人，五鼎靳笑顔。玉食過九重，恨無土宇班。豈知有瓊糜，天雨到市闤。願獻崆峒帝，馬迷龍難攀。

劉因《静修集》卷二一《豆粥》雪瓮冰罌滿筋黄，砂瓶豆粥透隣香。此中真味無人識，煞煞羊羔乳酪漿。

舒岳祥《閬風集》卷三《有田婦獻水麥甚美不知滹沱玉食曾有此否感悵作詩》牟麥未全黄，和灰熟煮香。嚼來冰響齒，嚥下露生吭。肉似雞頭韌，形疑蟹子長。食芹應配美，吾欲獻君王。

舒岳祥《閬風集》卷三《喜食新麥》亂後歸田好，殘生似可延。餘花戀餘景，新麥起新煙。畎澮藏科斗，園林帶杜鵑。妻孥共甘苦，一醉慰饑年。

舒岳祥《閬風集》卷三《初食栗》新涼喜見栗，物色近重陽。兔子成亳紫，鵝兒脱殼黄。寒宵蒸食暖，饑曉嚼來香。風味山家好，蹲鴟得共嘗。

舒岳祥《閬風集》卷九《無題》竈户炊秔香似乳，山童切餅細如絲。黄鸝銜得春愁句，玉管吹成楊柳枝。

王惲《秋澗集》卷三二《送張鵬飛同知兩浙漕事》張侯又見走踆踆，雲海相望四十春。記取都城相别處，細炊香飯煮金鱗。

方回《桐江續集》卷三《舂磑吟》槁木豈有情，頑石且無知。何術使之動，不假人力施。緯竹以爲車，堰水江之湄。湍流既迅急，樞軸爲幹移。朽杵輒雀躍，死磨猶驥馳。一日殆百斛，成功歸簸篩。吾聞往古初，冥冥若愚癡。火食尚未悟，人與禽獸嬉。聖智既有作，便利無不爲。機事至此極，機心開自誰。所以桔槔人，旁貽甕汲嗤。馬本乾草物，教之諳戰鞚。鐵若不入冶，焉有劒與錐。工械日以廣，生靈日以縻。平生子方子，拙直爲人欺。見巧終不喜，諷此舂磑詩。

顧嗣立《元詩選》初集卷七方回《秋到》秋到山居僻，貧居異味嘗。擘黄新栗嫩，炊白早秈香。漸減家人病，徐添夜氣涼。憑誰理荒穢，籬落菊苗長。

劉敏中《中庵集》卷一《臘粥賦原注戲爲智仲敬作》東里先生臘辰入學，爲諸生設粥以應故事。方其爲粥也，戒竈厨之神，潔錡釜之器，屏黜異饌，掃除邪味，意以清而取奇，物以多而爲貴。於是勑老庖役臺奥，雞未鳴而先起，咸受命而奔趨。積薪若山，貯水成湖，大杓巨盎，後列前敷。淅長腰之玉粒，瀉小豆之紅珠，破霜粟之金丸，屑山藥之瓊膚，紛衆材之畢集，俾效用於一區。方相接其未久，迹難混而猶踈。逮夫坎離既濟之後，庚癸相合之初，翕和氣之回春，一作雲蒸。破臘寒於須臾。乍蚯蚓之一鳴，忽秋蟲之滿廬，俄而怒風遠來，萬竅號呼。撼千丈之長松，響十里之楸梧，少焉則驚湍拍堤，急溜鳴渠，漸威聲之衰息，方訟語之囁嚅。復若泣以若叱，亦或吹而或噓，忽蓬蓬然告熟。恍融蠟以凝酥，品色香之殊絶，賞至味之芳腴，笑倉惶於公孫。陋咄嗟於齊奴，彼黄冠與緇衣，方擊鐘以鳴魚，雖大同而小異。詎可企吾之清虚，于時朝日升陽和舒，烏丸炯兮映窻，獸煤烘兮滿爐。則有玄齡稚兒，青衿小儒，若驥之子，或鳳之雛，咸鞠躬而來思，矜步武之襜如，揖先生而登堂，各齒列乎，坐隅比粥。令之一行，皆攫椀以拏盂，俄匕鳴而頰響，驚齊譟於千夫。類昆陽之戰，酣捲百萬以如無。先生熟視撫掌助聲勢而奮髯，謂吾黨之能事，快雄俊之起。予顧童子其何，知已皷腹而奔衢矣。先生於是餘勇未歇，食思方騁，取穀氣之精華，喜漸入於佳境。促孟光之舉案，方緩帶而笑領。卻勺飲之孱懦，空數杯於俄頃。已而玉池之水生甘，詩腹之雷不鳴，和暢五神，驅除三彭。杜邪疾於他日，養浩氣於平生。彼東坡之玉糝，與吴下之尊羹，較功用於錙銖，蓋未許其同盟。況乎周顗之炙、孝儀之鮪，皆潛伏於酖毒，亦何恤乎。羶腥將奔，避之不暇，尚安敢嬰吾鋒而抗吾衡也。先生乃曠然心平，融然氣和，舒然而伸，悠然而歌。歌曰：以不殺而仁兮吾何憂，既易得而易足兮吾何求，諒此味之天成兮，吾何以酬。雖然無用山澤之癯兮，猶可以爲肉食之謀也。

顧嗣立《元詩選》初集卷一八趙孟頫《題耕織圖二十四首奉懿旨》大家饒米麵，何啻百室盈。縱復人力多，舂磨常不停。激水轉大輪，碓碾亦易成。古人有機智，用之可厚生。朝出連百車，莫入還滿庭。勾稽數多寡，必假布算精。小人好争利，晝夜心營營。君子貴知足，知足萬慮輕。九月

馬祖常《石田文集》卷五《拾麥女歌》壠雉飛，桑扈鳴。蠶入簇繭欲成。原頭腰鎌者誰子，刈麥歸家作餅餌。

許有壬《至正集》卷一一《鏃麥次明初韻》 南薰掃淨梅雨天，漲雲一夕黃滿川。摘鮮已漸入舂磨，便覺喜氣浮炊烟。老農促收急星火，遠客駭觀輟簡編。如爭如竊窮日力，辨器利便收功全。壯夫舞鈐曝將槁，饑婦念餅喜欲顛。風聲槭槭入箕斂，刃光爍爍隨周旋。丈餘荊篦附輪脚，自牽猶勝爲人牽。一人日了二十畝，少年詭勇方無前。大車繼運入場圃，幸免荷擔頗人肩。又虞化蛾迫碾治，田家苦海無中邊。嗟予素餐未少報，繫文署手空成胼。觀農揣已發深愧，顏如渥赭心如煎。便當沽酒與農飲，有麥不患饕無錢。

許有壬《至正集》卷一三《粔籹》 坡遠花全白，霜輕實便黃。杵頭麩褪墨，磴齒雪流香。玉葉翻盤薄，銀絲出漏長。元宵貯膏火，蒸黑笑南鄉。南鄉蔣麵黑甚，熟則堅若瓦石，田家元夕以代陶盞貯膏火。

顧嗣立《元詩選》初集卷二四許有壬《上京十詠·粔籹》 坡遠花全白，霜經實便黃。杵頭麩褪墨，磴齒雪流香。玉葉翻盤薄，銀絲出漏長。元宵貯膏火，蒸黑笑南鄉。南鄉蔣麵黑甚，熟則堅若瓦石，可代陶盞貯膏火。

洪希文《續軒渠集》卷六《荳粥》 南山收併兩三區，食力無慚供曉餔。甘味加飴滑似酒，香粳勝玉軟如酥。季倫方法咄嗟辦，石季倫作荳粥，咄嗟便辦，蓋豫作熟荳，客至但煮白粥，方法見杜詩。文叔艱危頃刻蘇。後漢馮異傳字公孫王郎起，光武自薊東南馳，晨夜草舍，至饒陽蕪蔞亭時，天寒冽，衆皆飢寒。異上豆粥。明旦，光武謂諸將曰：昨得公孫豆粥，飢寒俱解。至南宮，遇大風雨，光武卧車入道傍舍，異抱薪，鄧禹燕火。光武對竈燎衣，異復進麥飯，渡滹沱河至信都。大杓吾儂分口數，熙熙鼓腹恣歡呼。

李昱《草閣詩集》卷三《村居》 村僻無人到，安居似野僧。柴門交岸竹，茅屋帶溪藤。煮粥宜裸稻，分茶間老菱。百年堪樂此，生計日相仍。

李昱《草閣詩集拾遺·煮荳酌白酒歌戊戌前作》 煮荳酌白酒，豆肥酒氣温。相對二三子，其樂難具論。君不見曉來雨過東家村，叢叢荳莢生籬根。阿翁提籃跣雙足，採摘採摘呼諸孫，歸來笑指老瓦盆，酒波猶帶新糟渾。田家酒具如窪尊，一椀入口春無痕。兩椀三椀鯨濤奔，四椀五椀和江吞。須臾飲至百十椀，眼花耳熱低乾坤。憶昨豺虎如雲屯，旌旗滿目烟塵昏。殺人如麻血成海，十室九家無一存。大臣自合死社稷，況叨厚禄承君恩。近聞省府日筵宴，椎牛宰馬齊崑崙。吾徒布衣在草野，憂心惻惻懷至尊。嗚呼蕭艾滿城邑，馨香不數蘭與蓀。

盛如梓《庶齋老學叢談》卷下 放翁與村隣聚飲詩，蟹供牢九美，魚煮膾殘香。自注：聞人懋德言餅賦中所謂牢九，今包子也。又有食野味包子詩：疊雙初中鵠，牢九已登盤。或謂牢九者，牢丸也，即蒸餅。宋諱丸字，去一點，相承已久，未知孰是。

沈夢麟《花谿集》卷二《戲效鮮卑敕勒以詠種田父養蠶婦》 種田父，何辛苦，身如槀馳，汗滴焦土。秋風涼，露爲霜，石上坎坎舂黃粱。

宋濂等《元史》卷一九二《諳都剌傳》 至順元年，遷襄陽路達魯花赤。山西大饑，河南行省恐流民入境爲變，檄守武關，諳都剌驗其良民，幅巾聽其度關，【略】

孫作《滄螺集》卷一《雨中》 江南斗米三百錢，抱饑閉門人晝眠。衾裯入市不論直，破竈日中炊濕煙。

游潛《博物志補》卷下 黃山谷煮豆辟穀，其法以黑豆一升確净，用貫衆一勉挫碎，同於釜内慢火煮之，香熟爲度，和汁取於瓦盆内，曝乾，去貫衆，日取豆五七粒啖之，隨食草木菓皆有味，出千里可無餱糧也。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類·饌食》 餅賦 東晳《餅賦》云：柔似春綿，白若秋練。氣勃鬱以楊布，香飛散而遠遍。玉屑，白如梁甫之銀泥。既聞香而口悶，亦見色而心迷。

李詡《戒菴老人漫筆》卷七《煮粥詩》 煮飯何如煮粥强，好同兒女熟商量。一升可作二升用，兩日堪爲六日糧。有客只須添水火，無錢不必問羹湯。莫言淡薄少滋味，淡薄之中滋味香。右煮粥詩

餅説 吴鈞《餅説》云：細似華山之白，薄如蜀紙之明，潔如内家之粉，圓如仲秋之月，甘如飴蜜，美如醍醐，可謂盡餅之美矣。

蔣一葵《長安客話》卷二《皇都雜記》 粔籹。粉澤也，一曰粥凝。又除夕作賫燭以麻枲濃油入庭燎。律有元日油枲之文，今枲盆是也。或作飭，出歲時雜記。

坡遠花全白，霜輕實便黃。杵頭麩退墨，磴齒雪流香。玉葉翻盤薄，銀絲出漏長。元宵貯膏火，蒸墨笑南鄉。南鄉蔣麴甚黑，熟則堅實若麗石，可代陶盞貯膏火。

姚之駰《元明事類鈔》卷三一《飲食門·餅》 銀絲滑。元好問詩：湯翻豆餅銀絲滑，油點茶心雪蕊香。

香三丈。方夔詩：酒熟十千沽玉瀣，麵香三丈卷銀絲。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七六《草木門一·豆》 豆餅。元好問《野谷道中懷昭禪師詩》：湯翻豆餅銀絲滑，油點茶心雪蕊香。

豆酥。周必大《邦衡再送二詩一和爲甚酥，二和牛尾貍詩》。膾鱸湖上曾誇玉，煮豆瓶

中未是酥。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七六《草木門一・秣》 秣粉。《蔬食譜》：團團秣粉，點點蕉霜，浴以沉水，清甘且香。

秣熟。馬祖常《石田山居詩》：秣熟何論酒，魚來不計錢。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・餅》 餅香。陸游《初冬絶句》：鱸肥菰脆調羹美，麪熟油新作餅香。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七〇《器物門二三・油》 油香。白居易《寄胡餅與楊萬州詩》：胡麻餅樣學京都，麪脆油香新出爐。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七〇《器物門二三・油》 油果。《調謔編》：東坡在黄州時，嘗赴何秀才會食，油果甚酥。因問主人此名爲何，主人對以無名。東坡又問爲甚酥。坐客皆曰：是可以爲名矣。又潘長官以東坡不能飲，每爲設醴，坡笑曰：此必錯煮水也。他日忽思油果，作小詩求之云：野飲花前百事無，腰間惟繫一葫蘆。已傾潘子錯煮水，更覓君家爲甚酥。李端叔嘗爲予言，東坡云街談市語，皆可入詩，但要人鎔化耳。

油餌。李華《東都聖善寺無畏三藏碑》：鉢中非國食示一禪僧，華人也見油餌尚温，粟飯餘暖。

油餅。《楓窗小牘》：舊京宮役固多奇妙，即烹煮槃案，亦復擅名，如王樓梅花包子，曹婆婆肉餅，薛家羊飯，梅家鵝鴨，曹家從食，徐家瓠羹，鄭家油餅，王家乳酪，段家爐物，石逢巴子，南食之類，皆聲稱於時。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷二三《時令門二・春》 春羹。晁補之詩：先生家中餘玉粒，粉以爲餅陪春羹。

春餳。朱松《寒令詩》：粥令春餳凍，泥開臘酒斟。

陳元龍《格致號原》卷六一《穀類・豆》 《魏志》：曹植詩：煮豆以作羹，漉菽以爲汁。

陳世元《金薯傳習録》卷下《金薯頌并序》 度閩海而南有吕宋國，度海而西爲西洋，多産金銀，行銀如中國行錢，西洋諸國金銀皆轉載於此以通商，故閩人多賈吕宋焉。其國有朱薯，被野連山，不待種植，夷人率取食之。其莖葉蔓生，如瓜婁黄精之屬，而潤澤可食，或煮或磨爲粉，其根如山藥山蕷。如蹲鴟者其皮薄如朱，可去皮生食，亦可熟食，亦可釀爲酒。生食如食葛，熟食色如蜜，其味如食荸薺。器貯之有香氣聞室中。夷人惟蔓生不營省，然怯不與中國人。中國人截取其蔓咫許，挾小籃中以歸，於是入閩十餘年矣。其蔓雖萎，剪插種之，下地數日即榮，故可歸而種。其初入閩時，值閩饑，得是而人足。一歲其種也，不與五穀争地，凡膏鹵沙岡皆可以長，糞治之則加大。天雨根益奮滿，即大旱不糞治，亦不失徑寸圍。泉人鬻之，觔不直一錢，二觔已可飽矣。於是耄者童孺行道鬻乞之人，皆可以食饑焉，得充多焉而不傷，下至雞犬皆食之。爰爲之頌曰：

不需天澤，不糞人功，能守困者也。不爭肥壤，能守讓者也。無根而生，久不枯萎，能守氣者也。予向行江北，天大旱，五穀不登，民食草木之寔。今乃佐五穀，能助仁者也。可以粉，可以爲酒，可祭可賓，能助禮者也。莖葉皆無可棄，其直甚輕，其飽易充，能助儉者也。耄者食之而不患哽噎，能養老者也。童兒食之止其啼，能慈幼者也。行道鬻乞之人食之，能平等者也。下至雞犬，能及物者也。其於士君子也以代匱焉，所以固其廉以廣施焉，所以助其惠而諸德備矣。而吾邑粱肉之家，猶駭然而不敢食，食之則謂同於寠與賤。於是何子掘而出之浴之，清泉薦之潔鼎，盛之陶匏，沃以濁酒，而爲之歌曰：

令珠而如沙，人以之彈雀。令金而如泥，人以之塗朘。令朱薯而如玉山之禾，瑶池之桃，人以之爲不死之大藥。雖不死藥，不足以佐五穀，吾亦不忍其禾玉山，桃瑶池，獨從羽人於丹邱，坐視下界之人瘁饑，啾啾而不得一嚼。

陳世元《金薯傳習録》卷下徐輝《地瓜賦》 瓜以地名，厥類孔醜，種出珠崖之濱。性宜沙礫之畝，同薯蕷以滋生，與菓蓏而爲偶。烝黎乃粒，將於九穀之登，甘脆是供，充乎八家之口。既東漸而西被，亦左宜而右有。彼夫初夏分栽，及秋並茁。匪縱圃之堪詩，匪孫園之可匹，匪會稽之五色稱奇，匪積石之三年始出。隨地可種，易於蒲葦，生泥托瓜，爲名勝乎。水芝含蜜，傳自外國，萬曆之年，方來入乎中邦。八閩之疆，漸溢蔓山遍野，不待花而能生，匝畦盈溝，却緣根而有。寔爾其紫莖蕃衍，翠葉紛披，生喜就暖性畏淒。其雨來而蔓抽軋軋，秋去而寔結纍纍。入地潛藏，宛蟠龍而屈蝮，垂藤比附，若採菱而拔茨。列諸几筵品，更隆於蒲鵨，盈乎海甸，用還溥於蹲鴟。其種則有南芋東蕃之殊，其名則有黄鸝粉蝶之類，其色則或白如脂，或淡如醉，或與琥珀争光，或與胭脂並媚。詭形殊態，羊骸虎頭之奇，玉乳瓊肌，獸掌龍啼之異。乘雕盤而薦席，可當學士芋羹，寔筠籃以療飢，豈讓齊州麥飼食粟而外，唯此堪佳。含哺有需，宜宏儲積。至若載歸南畝，告成西畯，婦子任其取携朝夕，資以繅絺。剥膚見髓，如剖冰桃之鮮，沁齒餘甘，若啖雪藕之嫩。磨下霏霏細膩玉粉如塵，削來片片團圓銀刀不頓，和麵而千日斯醇，逢朋而一杯可勸。出之不竭，豈待餘九餘三。用也多，方不知以千以萬，是其宜饗飧，佐黍稷，備荒凶，供兆億。腹可鼓歌，

人無菜色。或燔或炙，不須倚門而舂。予取予求，寧虞納履之惑。澹中得味，儒士藉以鎮心，交際相投，農家因之報德。若夫栗代脯以爲供，筍作飧以自給，雖佳味之可陳，亦片時之偶及，何若茲之蕃。○廡陌阡縣紛原隰，植於一畝之地，將暗長以潛滋，歷乎三時之天。遂黃紝而紫拾，甘香可駕衆菓之先。京坻倍多五穀之入，標佳品於南閩，播芳名於上邑。稽諸古乘未，紀神農之經，進厥農書，可廖關風之什。歌曰：維茲嘉種，萬億及秭，其大如拳，其小如指，食我農夫，既多且旨，祝厥豐兮，今以始樂。太平兮媚天子，其利溥哉，惟地瓜耳。

陳世元《金薯傳習録》卷下鄭洛英《金薯詩》

生齒日以繁，原田或不足。兼之水旱虐，無乃生理促。偉哉造物仁，異種佐百穀。其始呂宋中，繁生被岩陸。引蔓分町畦，纍生相連屬。剪莖覆撮土，枝葉復柔緑。既不復春榮，亦寧委秋肅。較之秬秠種，什伯倍其熟。黃者色如蕉，丹者色如麴。浮浮而於蒸，甘軟如米粟。糝糝而於羹，豐香如腩肉。或粉而如膏，或屑而如玉。渴可以生津，饑可以果腹。剪葉當園蔬，抱藤資牧畜。雪藕少其温，冰桃遜其速。百利具此中，易生謝灌沃。其邦頗厲禁，不得通販鬻。往者陳經綸，浮槎至海曲。藏種筐篋中，飄然飛轤軸。大長怒羣酋，悵望空踏蹴。天意之所全，生長但倏倏。遂令我閩中，青葱等蓬蓄。萬曆間以來，百有餘年俗。一歲半藉此，可以免育鞠。佳名云金薯，金公時吾牧。有善歸之尊，至今猶尸祝。吁嗟父母心，廣厦萬間屋。誰紹我陳公，念彼饑頻顧。世元今秀者，於公雲孫服。辛苦嗣箕裘，江淮相往復。相彼青豫間，慈心一悵觸。刊書兼載種，教之栽林麓。輾轉數年間，連阡皆蓼蓼。磽确無棄遺，甸墾及巒谷。其功豈尋常，祖武妙能續。憶昔吾童年，奔走事韜轂。河南及山東，膏腴極遥矚。一歲三年儲，豈遂無積畜。如何偶災浸，流離禍尤酷，長官飛奏章，帑金備饘粥，豈免漏遺多，仍教老稚哭。天高地厚恩，博濟未敢卜。其時有此薯，萬或免顛覆。救荒寧在多，但今無窘盛。年歲或不登，薯可補其縮。勝於芡在湖，勝於米生竹。充食類蹲鴟，救餓不面鵠。静待秋成期，自然起僵伏。吾聞大宛城，所致但苜蓿。又聞交趾車，意苡招讒鬬。究竟於民生，無補此鼎鬻。茲薯若徧栽，天壤間之福。賦詩備歌謡，誰采之入告。無令太平民，斗米珠一斛。

陳世元《金薯傳習録》卷下《五言排律》曾琢章《賦得金薯五言排律十六韻》

百穀標千古，金薯獨繼之。只依瓜作偶，雅共粟相資。殊域分嘉種，隨方協土宜。南邦初壅植，北地漸蕃滋。畦町無蘩蘩。按色濃兼淡，呈功渴與饑。果然形似芋，乃爾味如飴。玉質園中欵，瓊漿自給，雖佳味之可陳，亦片時之偶及，何若茲之蕃。○廡陌阡縣紛原隰，植於一畝之地，將暗長以潛滋，歷乎三時之天。遂黃紝而紫拾，甘香可駕衆菓之先。京坻倍多五穀之入，標佳品於南閩，播芳名於上邑。稽諸古乘未，紀神農之經，進厥農書，可廖關風之什。歌曰：維茲嘉種，萬億及秭，其大如拳，其小如指，食我農夫，既多且旨，祝厥豐兮，今以始樂。太平兮媚天子，其利溥哉，惟地瓜耳。

陳世元《金薯傳習録》卷下鄭洛英《金薯詩》

生齒日以繁，原田或不足。兼之水旱虐，無乃生理促。偉哉造物仁，異種佐百穀。其始呂宋中，繁生被岩陸。引蔓分町畦，纍生相連屬。剪莖覆撮土，枝葉復柔緑。既不復春榮，亦寧委秋肅。較之秬秠種，什伯倍其熟。黃者色如蕉，丹者色如麴。浮浮而於蒸，甘軟如米粟。糝糝而於羹，豐香如腩肉。或粉而如膏，或屑而如玉。渴可以生津，饑可以果腹。剪葉當園蔬，抱藤資牧畜。雪藕少其温，冰桃遜其速。百利具此中，易生謝灌沃。其邦頗厲禁，不得通販鬻。往者陳經綸，浮槎至海曲。藏種筐篋中，飄然飛轤軸。大長怒羣酋，悵望空踏蹴。天意之所全，生長但倏倏。遂令我閩中，青葱等蓬蓄。萬曆間以來，百有餘年俗。一歲半藉此，可以免育鞠。佳名云金薯，金公時吾牧。有善歸之尊，至今猶尸祝。吁嗟父母心，廣厦萬間屋。誰紹我陳公，念彼饑頻顧。世元今秀者，於公雲孫服。辛苦嗣箕裘，江淮相往復。相彼青豫間，慈心一悵觸。刊書兼載種，教之栽林麓。輾轉數年間，連阡皆蓼蓼。磽确無棄遺，甸墾及巒谷。其功豈尋常，祖武妙能續。憶昔吾童年，奔走事韜轂。河南及山東，膏腴極遥矚。一歲三年儲，豈遂無積畜。如何偶災浸，流離禍尤酷，長官飛奏章，帑金備饘粥，豈免漏遺多，仍教老稚哭。天高地厚恩，博濟未敢卜。其時有此薯，萬或免顛覆。救荒寧在多，但今無窘盛。年歲或不登，薯可補其縮。勝於芡在湖，勝於米生竹。充食類蹲鴟，救餓不面鵠。静待秋成期，自然起僵伏。吾聞大宛城，所致但苜蓿。又聞交趾車，意苡招讒鬬。究竟於民生，無補此鼎鬻。茲薯若徧栽，天壤間之福。賦詩備歌謡，誰采之入告。無令太平民，斗米珠一斛。

陳世元《金薯傳習録》卷下《五言排律》曾琢章《賦得金薯五言排律十六韻》

百穀標千古，金薯獨繼之。只依瓜作偶，雅共粟相資。殊域分嘉種，隨方協土宜。南邦初壅植，北地漸蕃滋。畦町無蘩蘩。按色濃兼淡，呈功渴與饑。果然形似芋，乃爾味如飴。玉質園中欵，瓊漿自給，雖佳味之可陳，亦片時之偶及，何若茲之蕃。○廡陌阡縣紛原隰，植於一畝之地，將暗長以潛滋，歷乎三時之天。遂黃紝而紫拾，甘香可駕衆菓之先。京坻倍多五穀之入，標佳品於南閩，播芳名於上邑。稽諸古乘未，紀神農之經，進厥農書，可廖關風之什。歌曰：維茲嘉種，萬億及秭，其大如拳，其小如指，食我農夫，既多且旨，祝厥豐兮，今以始樂。太平兮媚天子，其利溥哉，惟地瓜耳。

陳世元《金薯傳習録》卷下鄭洛英《金薯詩》

生齒日以繁，原田或不足。兼之水旱虐，無乃生理促。偉哉造物仁，異種佐百穀。其始呂宋中，繁生被岩陸。引蔓分町畦，纍生相連屬。剪莖覆撮土，枝葉復柔緑。既不復春榮，亦寧委秋肅。較之秬秠種，什伯倍其熟。黃者色如蕉，丹者色如麴。浮浮而於蒸，甘軟如米粟。糝糝而於羹，豐香如腩肉。或粉而如膏，或屑而如玉。渴可以生津，饑可以果腹。剪葉當園蔬，抱藤資牧畜。雪藕少其温，冰桃遜其速。百利具此中，易生謝灌沃。其邦頗厲禁，不得通販鬻。往者陳經綸，浮槎至海曲。藏種筐篋中，飄然飛轤軸。大長怒羣酋，悵望空踏蹴。天意之所全，生長但倏倏。遂令我閩中，青葱等蓬蓄。萬曆間以來，百有餘年俗。一歲半藉此，可以免育鞠。佳名云金薯，金公時吾牧。有善歸之尊，至今猶尸祝。吁嗟父母心，廣厦萬間屋。誰紹我陳公，念彼饑頻顧。世元今秀者，於公雲孫服。辛苦嗣箕裘，江淮相往復。相彼青豫間，慈心一悵觸。刊書兼載種，教之栽林麓。輾轉數年間，連阡皆蓼蓼。磽确無棄遺，甸墾及巒谷。其功豈尋常，祖武妙能續。憶昔吾童年，奔走事韜轂。河南及山東，膏腴極遥矚。一歲三年儲，豈遂無積畜。如何偶災浸，流離禍尤酷，長官飛奏章，帑金備饘粥，豈免漏遺多，仍教老稚哭。天高地厚恩，博濟未敢卜。其時有此薯，萬或免顛覆。救荒寧在多，但今無窘盛。年歲或不登，薯可補其縮。勝於芡在湖，勝於米生竹。充食類蹲鴟，救餓不面鵠。静待秋成期，自然起僵伏。吾聞大宛城，所致但苜蓿。又聞交趾車，意苡招讒鬬。究竟於民生，無補此鼎鬻。茲薯若徧栽，天壤間之福。賦詩備歌謡，誰采之入告。無令太平民，斗米珠一斛。

造脯

一束山家脯，三冬比户糧。小鮮烹處異，社肉割來方。雪後天漿凍，霜中石

密香。乾餱饒野味，不長水雲鄉。

澄粉

嫩質和根碾，山盤薦水晶。齊紈懸月皎，謝練展天晴。細膾銀羅合，調羹玉液清。何郎如得此，輕俸更多情。

釀酎

不藉稻粱力，祇憑麴蘗功。金梭芻甕底，冰繭瀉山中。色泛松花洌，香生竹葉融。葡萄重進釀，還與抗春風。

撰蔬

采采依畦畔，傾□帶露烹。烝葵空折甲，鴻薈尚孤莖。月淡和盤見，霜勻助鼎清。根苗齊地軸，饑饉獨豐盈。

陳世元《金薯傳習録》卷下《七言古》 藍乾《咏金薯》

範疇八政食爲魁，有濟民艱俱力培。五穀首推次佐食，無如佳種有薯栽。

薯栽不讓磽确土，沙白水清尤肥膴。八寸根舒萬丈纏，蠻蠻玉卵衍無數。困困露積陌阡頭，筐筥盛來舟載浮。兒女生次俱喜嗜，饔飧飽食日休休。剖開玉乳冰肌冽，調罷薄鹽鮮饑渴。稚子初服壯筋骸，老人入口無哽噎。中和性殊交趾米，甘脆還同萍窪旨。釀以麴蘗盛之匏，娛賓速舅飲之几。嗟哉菽粟功乾坤，誰物敢持並等論。一旦歲荒來佐食，朱薯活命萬民恩。洞桃雖熟幾人仙，茯苓難獻幾人沾。唯有金薯處處播，閩南冀北濟無邊。問茲種自何方至，吕宋航洋萬曆始。種不自來必有因，陳公返國姑先試。一試蕃衍已盈掬，再試蕃衍遍郊麓。特獻金公表帝京，一時海内通錢鬻。通錢鬻，園圃足，一觔兩文舉家粟。醉飽莫知所自來，幾忘今日有人續。

盧遂 前題

我聞菜不熟曰饉，功比穀植方與苞。老圃傳示不一種，補助之法同奏抄。吾閩薯産始吕宋，其足率育無肥磽。如卵如棗如拳指，宜酒宜脯宜餳膠。閩中生鹵日以衆，山田水田分營巢。兼之水旱齊粒食，稻廬輸賦空飯筲。有明金公作民牧，賑念民隱營郊郊。乃與門士經綸子，種薯良法類來教。只今雲孫能嗣業，服賈歷遍河汴交。往來青豫惠嘉種，芟却蔓拂兼蘿梢。平畴縱横翠養蔓，草囤木斛盈堂坳。其功足以補不足，寧等茂草和芃芃。我想金公自千古，陳子繼之心云夥。吾儕雖弗學老圃，樊事寧忍全輕拋。緬兹良賈爲色喜，不獨橘柚詳厥包。詔年軺轂未遠駕，聞此亦足欣衡茅。誰能育物普此意，萬井生趣盈煙匏。

田田相距無歉歲，漫飫薑釀西鄰庖。種薯一節自歌頌，誠能擴之民吾胞。終歲不饑奚有饉，化日長與羲和敲。

郭可敬 前題

百穀由來惠孔長，别傳嘉種佐平康。原從殊域來南土，遂得移根到四方。名與邵平瓜作耦，譬同諸葛菜流芳。引藤帶雨看疎密，擷筐經秋足蓋藏。得趣偎隨湯餅列，薦新常在露葵傍。初疑切玉通盤白，旋訝炊金溢甑黄。共説清甜逾粔籹，獨誇芬馥勝菰粱。鄙厨不羨調羹美，漢寢何愁乞飯忙。倘附藕桃誰後啦，如登麥穀定齊嘗。釀醪欲脱陶公帽，食餌還依王子牀。下咽儘教筋力健，加飧遍繞齒牙香。只今按法相傳處，烟火長資萬户糧。

姚範《援鶉堂筆記》卷四八《雜識四》 今俗中市小餅曰胡餅，見皮曰休《初夏呈魯望詩》：胡餅蒸甚熟，貊盤舉尤輕。樹按：貊盤二字未詳，大約如韓公荒餐茹獠蠻及南食南烹之類。

朱點《東郊土物詩》 朱點《南瓜餅》

旨蓄謀禦窮，陰瓜摘荒梗。剖刀和粉華，蠟色製成餅。翠釜蒸浮浮，冰盤疊整整。何事詩紅綾，風味擅鄉井。

朱點《東郊土物詩》 倪一擎嘉樹《粉甲子》

瀘屑素瓊飛，炊鎔香玉暖。爲開花甲旬，首紀昭華琯。一盎判雄雌，雙丸茫衆卵。如願早宜鹽，粉資得佳伴。

《鹽豆飯》

櫻筍入賓廚，豆煮鄙牙稻。甃白鬱雲子，攢青染萱草。何必春仙糧，知或撓天藻。怕惹當筵嘆，不將紅豆惱。

朱點《東郊土物詩》 翟瀚純江《餈餻》

漸將馬牙糯，煮作魚子飯。調飴擣甘滑，軋軋杵聲健。或糝胡麻香，截剥豔荳嫩。十字切横斜，忙工搞下頓。

《烘青豆》

西風老豆房，青珠剖一掬。待撥秦箐煮，先點吴鹽漉。新橙切黄香，加意發芳馥。勿道宜酒邊，茶事妙亦復。

朱點《東郊土物詩》 吴穎芳《油麪》

細糝苣勝子，粉糊整衣狀。持施叢林僧，幸不少鹽醬。逢兹除童日，當午净供養。村人擅祕製，月朔轉相餉。

朱點《東郊土物詩》 沈梅福先《粞團》

春房得碎粒，磴粉蒸作團。滿裹青炒餡，熱炙供朝餐。比類同不托，品味遜牢丸。貧兒資一飽，鼓腹有餘歡。

《麥燒》

和麪蒸來牟，升氣化成酒。開時香徹屋，斟處珠亂走。荷池雨初過，移樽在北牖。醉頌漁陽謠，風蟬響高柳。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四九《物產》 增 乾隆十年御製《碾餑餑詩》。餅餌香風到，雕槃萬碾餑。不寧嘗野味，兼以憶窮簷。秋近日無幾，芒抽雨未霑。密雲空讀易，愁上兩眉尖。

增 乾隆八年御製《榆餅詩》。新榆小於錢，爲餅脆且甘。導官羞時物，佐膳六珍參。偶啗有所思，所思在閭閻。鳩形鵓面人，此味猶難兼。草根與樹皮，辣舌充飢諳。幸不問肉糜，玉食能無慚。

[臣等謹按]碾餑、榆餅皆他書所未有，始見於御製詩集，恭載卷內。

原 程敏政《傅家麪食行》 傅家麪食天下工，製法來自東山東。美如甘酥色瑩雪，一由入口心神融。旁人未許窺炙爺，素手每自開蒸籠。侯鯖尚食固多品，此味或恐無專功。并洛人家亦精辦，斂手未敢來爭雄。主人官屬司徒公，好客往往尊襆同。我雖北人本南產，飢腸不受餅餌充。惟到君家不須勸，大嚼頗懼冰盤空。滕前新生兩小童，大者已解呼乃翁。願君飣餖常加豐，待我醉攜雙袖中。《篁墩集》

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 岳珂《玉楮集》有《饅頭詩》：幾年太學飽諸儒，薄伎猶傳筍蕨廚。公子彭生紅縷肉，將軍鐵杖白蓮膚。入口心神融。旁人未許窺炙爺，素手每自開蒸籠。侯鯖尚食固多品，此味或恐無專功。并洛人家亦精辦，斂手未敢來爭雄。主人官屬司徒公，好客往往尊襆同。我雖北人本南產，飢腸不受餅餌充。惟到君家不須勸，大嚼頗懼冰盤空。滕前新生兩小童，大者已解呼乃翁。願君飣餖常加豐，待我醉攜雙袖中。《篁墩集》

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 岳珂《玉楮集》有《饅頭詩》：幾年太學飽諸儒，薄伎猶傳筍蕨廚。公子彭生紅縷肉，將軍鐵杖白蓮膚。公子彭生紅縷肉，將軍鐵杖白蓮膚。入口心神融。旁人未許窺炙爺，素手每自開蒸籠。侯鯖尚食固多品，此味或恐無專功。并洛人家亦精辦，斂手未敢來爭雄。主人官屬司徒公，好客往往尊襆同。我雖北人本南產，飢腸不受餅餌充。惟到君家不須勸，大嚼頗懼冰盤空。滕前新生兩小童，大者已解呼乃翁。願君飣餖常加豐，待我醉攜雙袖中。《篁墩集》

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 岳珂《玉楮集》有《饅頭詩》：幾年太學飽諸儒，薄伎猶傳筍蕨

餅，上元則有絲籠，二月二日則有迎富貴果子。三月三日則有鏤人，寒食則有假花、雞毬、鏤雞子、子推蒸餅、餳粥。四月八日則有餻糜，五月五日則有百索粽子，夏至則有結杏子。七月七日，則有金針、織女台、乞巧果子。八月一日，則有點炙杖子。九月九日，則有茱萸、菊花酒、餻。臘日則有口脂、面藥、澡豆。立春則有綵勝雞燕、生菜。今歲時遺問略同，但餻糜、結杏子、點炙杖子今不行爾。如此之類甚多，略概舉記當時所重也。

《東京夢華録》：端午節物，百索、艾花、銀樣、鼓兒、花花巧、畫扇、香糖、果子、粽子、白團、紫蘇、菖蒲、木瓜，並皆茸切，以香藥相和，用梅紅匣子盛裹。自五月一日，賣桃柳、葵花、蒲葉、佛道艾，次日家家鋪陳於門首，與粽子、五色水團、茶酒供養，又釘艾人於門上。

李于潢《汴宋竹枝詞》卷上　又届黄花笑靨時，鳳城歌管故遲遲。花餻盡學獅蠻樣，玉手摻摻插采旗。

【略】《東京夢華録》：重陽前一二日，各以粉麪蒸餻遺送，上插剪采小旗。又以粉作獅子蠻王之狀，置於餻上，謂之獅蠻。

李于潢《汴宋竹枝詞》卷上　麪堂萱草碧垂絲，粥號梅花巧婦炊。方外今朝調七寶，門徒方許受齋糜。

《膳夫録》：汴中節食，臘日萱草麪。《山家清供》：誠齋《梅粥詩》：脱蘁收將熬粥喫。《東京夢華録》：臘月初八日，諸大寺作浴佛會，并送七寶五味粥與門徒，謂之臘八粥。都人是日，各家亦以果子雜料煮粥而食也。張耒《庚辰蠟八日大雪詩》：平生臘八日，借鉢受齋糜。

李于潢《汴宋竹枝詞》卷上　重羅細麪净于揩，餺飥饅頭列滿街。薄餅自來從上揭，怕人錯認是招牌。

《歸田録》：京師食店賣酸醶者，皆大出牌榜於通衢，而俚俗昧於字法，轉酸從食，轉醶從酋。有滑稽子謂人曰：彼家所賣餃餡，音俊陷不知爲何物也。飲食四方異宜，而名號亦隨時俗言語不同，至或傳者，失其本。湯餅唐人謂之不托，今俗謂之餺飥矣。晉束晳《餅賦》有饅頭、薄持、起溲、牢丸之類，惟饅頭至今名存，而起溲、牢丸，皆莫曉爲何物。薄持，荀氏又謂之薄夜，亦莫知何物也。《青箱雜記》引諺云：薄餅從上揭。

供來常膳總豪華，閶闔門前去路斜。澆店爭投張手美，應時肴饌號專家。

《清波别志》：煇幼小時，見人説京師人家日供常膳，未識下筋食味非取於市不屬厭。自過江來，或有思京饌者，命倣倣製造，終不如意。今臨安所貨節物皆，用東都遺風，名色自若，而日趨苟簡，圖易售故也。《清異録》：閶闔門外通衢有食肆，人呼爲張手美家，水産陸販，隨需而供，每節則專賣一物，徧京輻輳，號曰澆店。偶記其名，播告四方事口腹者，元陽臠元日，油畫明珠上元油飯，六一菜入日，湟槃兜二月十五，手裹行厨上巳，冬凌粥寒食，指天餕餡四月八，如意圓重午，緑荷包子伏日，辣雞臠二社飯，摩睺羅飯七夕，玩月羹中秋，孟蘭餅餤中元，米錦重元糕，宜盤冬至，萱草麪臘日，法王料斗蠟八。

張春華《滬城歲事衢歌》　五日開筵捧玉壺，輕衫團扇記招呼。菖陽酒熟金尊，角黍蒸香透緑蒲。端陽裹角黍，飲菖蒲酒，大約與他處同。

張春華《滬城歲事衢歌》　百果輕匀煮雪杭，自來臘八粥傳名。茅檐寒夜添風味，湯餅如何入菜羹。臘八食粥古矣，香稻作糜，和以果實，吾鄉亦有之，然往往有以湯餅菜羹和入者。

吴存楷《江鄉節物詩・月餅》　中秋食月餅，夜則設以祭月，亦取人月雙圓之意耳。

粉膏圓影月分光，不是紅綾亦飽嘗。只恐團欒空説餅，征人多少未還鄉。

張春華《滬城歲事衢歌》　雲房挈盒燦金泥，名目誰將兜湊題。争似祇園天雨粟，口齋一分付優尼。

女尼以糯米之圓潔者，懸而風之，烈火熱鍋下入米，於鍋攪之，使表裏透鬆，大倍於粒，白如雪，名兜湊。歲暮來檀越家送之，宅眷有厚賚。

張春華《滬城歲事衢歌》　隱隱輕雷度短欄，磨匀香稻雪同看。却教纖手争奇巧，果餡翻新鬬粉團。歲除磨粉，比户皆然。粉團有二種，一爲湯團，一爲籠蒸。

張春華《滬城歲時衢歌》　家家摶粉製年糕，仿款蘇臺歲逐高。入肆恍如秋八月，桂花香細染寒袍。

摶粉入餡，捶之使堅爲年糕，其形方長不一，有紅白二種，製法同吴門。八月桂花盛開，採而藏之，冬時綴於糕，色如鮮桂，芬芳四溢，過糕肆者，猶香襲衣袖。

徐時棟《煙嶼樓筆記》卷七　有館師《詠薄粥詩》云：撮米燒成粥一甌，北風吹去浪悠悠。手持好似菱花鏡，照見樓臺在上頭。方自吟哦，一丐者聞之進曰：詩則佳矣，然撮米一甌不爲薄矣，宜改撮米作粒米。食粥時，未必適遇北

風，宜改北風爲鼻風。食薄粥處未必有樓臺，宜改末句作照見鬚眉在裏頭。師大驚問曰：汝有此才，何不去作館師而乃行乞耶，吾當薦汝。丐者蹙頞謝曰：慎勿慎勿，吾惟不願喫薄粥，故寧丐耳。

吴存楷《江鄉節物詩·餻糍》 元旦食餻必解糍和之，呼其名若高中然。題餻射糍説奇才，餽食春朝笑口開。記否堆盤棗栗蓼，年年吉語慣聽來。

洋宫設奠用棗栗蓼，蓋取早離了之義，事載《西湖志餘》。

吴存楷《江鄉節物詩·燈圓》 十三夜食小粉團，謂之燈圓，俗有上燈圓子落燈餻之諺。

食單催送粉餈鮮，顆顆珠光入玳筵。解識團欒須及早，燈圓常占月圓先。

吴存楷《江鄉節物詩·煎餅》 古有祭牀婆子文，今所謂牀公牀母也，祭用煎餅，期以上元後一日。

祝他安穩度春宵，齊供當牀畫燭燒。補卻天穿重補夢，今年婆餅不曾焦。

吴存楷《江鄉節物詩·煎餻燜豆》 煎餻燜豆，杭諺也，二月二日，以祀土地，蓋即春祭社之禮。

餻花凝白豆萁紅，盤飣都教爨婢供。可惜連朝好春雨，竟無杯酒爲治聾。

祭不用酒，設茗飲而已。

吴存楷《江鄉節物詩·青白湯圓》 作粉團青與白間之，亦清明祭品之一。

銀丸搓就玉纖停，妃儷無端費殺青。只是世傳清白意，得從家祭告先靈。

吴存楷《江鄉節物詩·粉犬》 和五色粉爲犬，清明戲具也。至立夏則烹之以食，小兒欲其壯健相似耳。

修毫短喙極雕鎪，烹醢終貽走狗羞。我願生兒健于虎，一時豚犬盡低頭。

吴存楷《江鄉節物詩·烏飯》 青精飯食之延年，本道家者言，杭人呼爲烏飯，亦有製以爲餻者，於立夏食之。

播揚畢，勞逸不與吾鄉同。我來如聽一部之水樂，輪音爲商杵爲角。沈歸愚尚書評云：描寫難狀之景，正於瑣屑處見筆力，此古文叙事手也，熟精左史者能之。

櫻筍廚開節物盈，炊成白粲和青精。何如乞與胡麻飯，飽看桃花過一生。

吴存楷《江鄉節物詩·立夏飯》 立夏日，兒童席地，爲炊薪米豆肉皆乞諸人，其狀絶似丐者，或亦厭勝之意與。

家家珠桂破奇慳，土銼煙生乞食還。莫笑兒童貧薄相，從來富貴出墦間。

吴存楷《江鄉節物詩·簡糍》 端午尚角黍，亦有依古製作簡糍者。

裹就連筒米宿舂，周遭綵縷繫重重。青菰裹盡雲膚白，笑説廚孃滿覆鬆。

吴存楷《江鄉節物詩·栗餻》 《歲時紀》：二社重陽皆尚食餻，而重陽爲甚大，率以赤棗爲之，今易以栗，不知何昉也。

不須法酒賜天廚，《宋史》：九日以花餻法酒賜從臣。黄玉縑裁伴紫英。偏是赤心難媚俗，秋宵分啖棗餻無。

吴存楷《江鄉節物詩·臘八粥》 亦名七寶粥，本僧家齋供，今則居室者，亦爲之矣。

雙弓學得僧廚法，瓦缽分盛和蔗胎。莫笑今年榛栗少，記曾畫粥斷葷來。

吴存楷《江鄉節物詩·金團》 作粉餈度歲，和以瓜瓤蒸食之，因其形色之似，名之曰金團。

蒸透銀泥軟勝綿，丹瓤和入味逾鮮。從今始覺人情好，杜詩粔籹作人情。論餅黄金不直錢。

金武祥《粟香三筆》卷四 吾鄉於歲杪或新置竈時，必炒孛羅，蓋以糯穀炒至爆開如梅花，粤東謂之炒爆穀。舊有詩云：春入吴門十萬家，家家爆穀卜年華。就鍋排下黄金粟，轉手翻成白玉花。紅粉佳人占喜事，白頭老叟問生涯。曉來粧飾諸兒女，數片梅花插鬢斜。

金武祥《粟香隨筆》卷四 余于戊辰，自江右溯秀水，越袁州而至長沙，道中成詩云：最愛新晴灘漲急，緑楊陰裏水車聲。蓋沿途居人束水築坝，設輪軸用以舂水，並以作碓。欲專詠之而苦其難工。近見華亭黄唐堂太史之隽《水碓詩》云：轉輪在水稻在屋，糠粃如塵米如玉。誰其爲之機與軸，坎曰在地杵在木。橫貫輪心輪運瀑，以溪之水代人足。列杵五六杵齒齒，一杵入臼一杵起。圜輪迫杵水迫輪，急急晨昏春不止。溪女髻插山花紅，列坐臼旁如課功。從容揎袖以庀水，並以作碓。欲專詠之而苦其難工。近見華亭黄唐堂太史之隽《水碓詩》云：轉輪在水稻在屋，糠粃如塵米如玉。誰其爲之機與軸，坎曰在地杵在木。橫貫輪心輪運瀑，以溪之水代人足。列杵五六杵齒齒，一杵入臼一杵起。圜輪迫杵水迫輪，急急晨昏春不止。溪女髻插山花紅，列坐臼旁如課功。從容揎袖播揚畢，勞逸不與吾鄉同。我來如聽一部之水樂，輪音爲商杵爲角。沈歸愚尚書評云：描寫難狀之景，正於瑣屑處見筆力，此古文叙事手也，熟精左史者能之。

丁立誠《武林雜事詩·城隍山説餅》 吴山樓頭江湖景，品茶更食酥油餅。酥油轉音爲蓑衣，如人雅號紛品題。公羊家言左穀異，且自咀嚼江湖味。考證江湖古所通，可知名士畫餅充。

丁立誠《武林雜事詩·回回堂煎酥》 以麪供天煎作酥，天方之教與衆殊。高堂西向同禮拜，死而薄葬遵其戒。醍醐灌頂選佛場，羅馬天主成濫觴。笑人入我門者寡，餬飠餬館釋《爾雅》。

雜録

嚴可均《全後漢文》卷四七崔寔《四民月令》 二月，【略】收薪炭。注：炭聚之下碎末，勿令棄之，擣篩，昌淅米泔漉之，更擣令熟，丸如雞子。昌供烘鑪御寒之用，輒得達曙，堅實耐久，踰炭十倍。《齊民要術》三。

房玄齡《晉書》卷三三《石崇傳》 崇爲客作豆粥，咄嗟便辦。每冬，得韭菹、薤。嘗與愷出遊，爭入洛城，崇牛迅若飛禽，愷絶不能及。愷每以此三事爲恨，乃密貨崇帳下問其所以。答云：豆至難煮，豫作熟末，客來，但作白粥以投之耳。韭菹壅是擣韭根雜以麥苗耳。牛奔不遲，良由馭者逐不及反制之，可聽蹋轅則駃矣。於是悉從之，遂爭長焉。

張鷟《朝野僉載》卷一 夏侯處信爲荆州長史，有賓過之，處信命僕作食。僕附耳語曰：溲幾許麵。信曰：兩人二升即可矣。僕入久不出，賓以事告去。信遽呼僕，僕曰：已溲訖。信嗚指曰：大異事。良久乃曰：可總燔作餅，吾公退食之。信又嘗以一小瓶貯醯一升自食，家人不需餘瀝。僕云：醋盡信取，瓶合於掌上，餘數滴因以口吸之，乃授直去。凡市易必經手識者鄙之。

李匡乂《資暇集》卷中 端午，端五者，案周處《風土記》：仲夏端五烹鵝角黍。端始也，謂五月初五日也。

劉恂《嶺表録異》卷上 廣南有舂堂，以渾木剜爲槽，一槽兩邊約十杵，男女間立，以舂稻糧。敲磕槽脥，皆有遍。拍槽聲若鼓聞於數里，雖思婦之巧夫，秋礎不能比其瀏亮也。

樂史《太平寰宇記》卷一八《關西道四・同州》 土産皺文靴今貢，蒲合、麝香、石燉餅舊貢，草坐白蒻菓，《本草》云：防風生沙苑。

高承《事物紀原》卷九《農業陶漁部四十五》 鎌，《説苑》曰：孔子聞吾邱子振鎌帶而哭。然則三代之田器也。

碓，《桓譚新論》曰：宓犧制杵臼之利，後世加巧因借身踐碓，而利十倍。則碓蓋起于杵臼之遺法也。

磑，《世本》曰：公輸般作磑。今以磨穀者，自山而東謂之磑，江浙之間或曰磟，編木附泥爲之，所以破穀出米矣。

磨，《方言》曰磑，謂之磏。錯碓切。《説文》曰：磨，石磑也。《方言》：磑，以磏爲磨。則磨以磑而作也。蓋起於公輸作磑之後。磨，古磨字。

碾，《後漢書》云：崔亮在雍州，讀杜預傳，見其爲八磨，嘉其有濟時用，遂教民爲碾。此疑碾之起也。

杵臼，《桓譚新論》云：宓犧制杵臼。《世本》乃云：雍父作舂杵臼。《吕氏春秋》曰：赤冀作杵臼。皆非也。《黄帝内傳》曰：帝既斬蚩尤，因捐杵臼。《易繫辭》曰：神農氏没，黄帝堯舜氏作斷木爲杵，掘地爲臼。臼杵之利，萬民以濟，蓋取諸小過。此疑杵臼之始也。唐韻作羅父作舂，《世本》曰：雍父作杵臼。

金撰《新編醉翁談録》卷三《京城風俗記・正月》 ○人日，正月初七日也。造麵繭，以肉或素餡其實；厚皮饅頭，酸餡也，餡中置紙簽或削作木，書官品，人自探取，以卜异時官之高下。

周煇《清波雜志》別志卷一 煇北征回程，於欒城道間，忽傳前車少駐，乃蔡入道旁茭舍，各嗽豌豆大麥粥一盂。方過午，行役疲乏，食之美，大烹。往返止此一次，道間下車馬。馮異以蕪蔓亭豆粥，滹沱河麥飯，爲漢世祖母忘在菖之戒，以是知河朔素有此味以餉客。紹聖初，蘇文忠公自定武赴嶺表，過湯陰市，亦得豌豆大麥粥。有逆旅唱晨粥，行庖得時珍，青斑照匕筯。

趙汝适《諸蕃志》卷上《記施國》 食麵餅、羊魚、千年棗，不食米飯。

趙汝适《諸蕃志》卷上《覆蠻國》 食燒麵餅、羊肉并乳、魚、菜。

趙汝适《諸蕃志》卷上《白達國》 少米魚菜，人食餅、肉、酥酪。

趙汝适《諸蕃志》卷上《大食國》 民食專仰米穀，好啗細麵蒸羊，貧者食魚菜。

趙汝适《諸蕃志》卷上《弼斯囉國》 人民燒麵餅、羊肉。

趙汝适《諸蕃志》卷上《層拔國》 日食飯麵、燒餅、羊肉。

孟元老《東京夢華録》卷八《秋社》 八月秋社，各以社糕、社酒相賚送貴戚。宫院以猪羊肉、腰子、妳房、肚肺、鴨餅、瓜姜之屬，切作棋子片樣，滋味調和，鋪於飯上，謂之「社飯」，請客供養。人家婦女皆歸外家，晚歸，即外公姨舅皆以新葫蘆兒、棗兒爲遺，俗云宜良外甥。市學先生預斂諸生錢作社會，以至雇倩、只應、白席、歌唱之人。歸時各携花籃、果實、食物、社糕而散。春社、重午、重九、

劉祁《歸潛志》卷一三　其回紇國，地廣袤，【略】其食則胡餅、湯餅而魚肉焉。

陳元靚《歲時廣記》卷一《繫煎餅》《拾遺記》：江東俗號正月二十日爲天穿日，以紅縷繫煎餅餌置屋上，謂之補天穿。李白詩云：一枚煎餅補天穿。

楊瑀《山居新話》　國朝尚食局上供麵磨，磨實樓上，機在樓下，驢之蹂踐，人之往來，皆不相及，且遠塵土臭穢。叩之，乃巧人翟氏所作也。

孔齊《静齋至正直記》卷三《艾蒸餅》　試艾以蒸餅，將艾丸炷于餅上然之，若是好艾，則滿餅香透底，不好者止于餅内，一半香不透。四明王韶卿云

徐三重《採芹録》卷一　程伊川與人論立賑濟法，云不制民之産，無儲蓄之備飢，而後發廩以食之，廩有竭而飢者不可勝濟也。今不暇論其本，救目前之死亡，唯有節則及廣。常見今時州縣濟飢之法，或給之米豆，或食以粥飯，來者與之，不復有辨，中雖欲辨之，亦不能也。【略】凡濟飢當分兩處，擇羸弱者作稀粥，早晚兩給，勿使至飽，俟氣稍完然後一給。第一先營寬廣居處，切不得令相枕藉。如作粥飯，須官員親嘗，恐生及入石灰，不給浮浪游手無是理也。平日當禁游惰至其飢餓。

朱孟震《河上楮談》卷一《乙巳土食》　乙巳歲，春夏江西大歉，米石銀一兩餘。山中民無食，采薇蕨已盡，乃掘白土爲餅餌，食之。土色微類粉而膩，富家屑米雜土裹肉爲饅首，味亦佳，然不可久食。土民食久者，氣塞不通，往往致斃。又余家厚湖上，菱葉最茂，貧民競採食之，富家取以爲蔬，滑而細，亦可啖。先大夫午日詩云：聞説土饅充蕨粉，且便瓜豆對蒲觴。蓋紀實也。白土相傳即白石脂云。

楊淙《群書考索古今事文玉屑》卷二一《飲食門》　粽子粽子形製不一，有角粽、錐粽、茭粽、秘粽、九子粽。午日解粽《荆楚記》以午日解粽葉之長者賞，短之者罰也。歲時平婆獻粽智菴菩薩精靈岩僧僧風神秀朗時，有平婆獻粽。精問爲何自獻，婆曰：我女愛和尚美貌，故令獻之。精靈遂變其面爲古怪之狀。唐妃射粽唐明皇宫娥后妃，端午日，以粽號爲角黍，以紅絲繫之，縣於殿上，令各射中者取而食之，遠者羞之爲戲。楚人投粽屈原事楚，爲三閭大夫，被讒，五月五日，投汨羅江而死。楚人哀之，每歲五節日，弔之。至漢光武時，長沙有人見屈原自稱其名，告之曰：吾被蛟龍所害，願以五色絲總米而投我，則蛟龍畏之。自後人皆以筒裹米，用五色綵絲縛之，謂之粽。又謂角黍，投之於江而祀之。今人端午節裹粽即此故也。漢童搶粿漢兒童因武帝郊社賜粔籹之後，鄉市之民，每逢社日，必爲粔籹，祭畢，命童兒搶之，以爲戲。

余懋學《説頤》卷六《煉炭漉飯》　唐乾符中，有豪士承庶勳蔭錦衣玉食，極口腹之欲。嘗謂門僧聖剛曰：凡以炭炊飯，先燒令熱，謂之鍊火，方可入爨，不然，猶有煙氣難餐。及遭寇亂，財産剽盡，昆弟數人與聖剛同竄伏山草，不食者三日。寇退，徒步往河橋道中小店，買脱粟飯與土坏同食。聖剛笑曰：此非煉炭所炊。但慚靦無對。宋王翻宅與一寺爲鄰，有一僧每日於翻宅溝中流出雪色飯顆，漉取洗净曬乾，不知幾年，積成一囷。靖康城破，翻宅絶食，此僧所困之米，復用水浸蒸熟，送入翻宅，無饑。嗟嗟，方豪士恣意奢縱，豈虞有流離之日。方翻權勢熏灼，豈虞有絶粒之時，卒遒脱粟之餐，甘於煉炭，溝中之顆，賴以爲命。噫，暴殄者可以鑒矣。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》　蠲潔《月令》：湛熾必潔。註：湛，漬也。熾，炊也。疏云：清也，漬米以水淋沃，必盡去米塵，使水清不潘爲度，故曰必潔。《詩》所謂吉蠲爲饎是也。《淮南子》：東風至而酒湛溢。謂酒醪在甕漬者，漬溢而出也。

郭子章《黔類》卷二《地部・粉水》　粉水出房陵永清谷，取其水以漬粉即鮮潔，有異于常，故名粉水。《拾遺記》

姚旅《露書》卷八《風篇上》　正月十二日，洪洞謂天倉日。是日，不以物借人，家家以麪作花，帖稚子額兩傍，謂之貼天倉。

謝肇淛《文海披沙》卷三《食異》　何晏食蒸餅，不拆作十字不食。唐侯思正食簏餅，必令縮葱加肉。明李于鱗食饅頭，必欲有葱味而不見葱，唯家姬蔡氏所造方食。先用葱不切入餡中，而留饅頭上一竅，俟其既熟即拔去葱，而以他麪塞其竅。然公亦自秘其方，不傳人也。

錢良擇《出塞紀略》　康熙戊辰七月十八日到喀嚕，八月初八日，抵張家口，十三日合隊進京。若旨到稍遲數日，恐俱爲絶域之鬼矣。所以得生者，蓋因折不尊但入既敗，遣使飛騎到京求救。【略】歸途無他異聞，但苦飢渴，度沙磧後，馬死乖盡，軍士多步行。又糧竭莫繼，一日止一餐。既進喀嚕後，蒙古各旗以米粟相餉，答以銀布。始有兩日米食，又苦不繼前。此所謂一餐者，不過將散麵少許，用水調熟如糊窗之漿，人喫一碗，以度命耳。【略】

谷應泰《明史紀事本末》卷七二《崇禎治亂》　【熹宗天啓】十三年春閏正月，命巡城御史煮粥賑饑，發帑金八千賑真定。

高士奇《扈從車巡附録》 服寺黑，木甑也，狀如盆，口廣二尺許，底差斂於口，稜其孔以引氣，置粟於中，蒸而始舂，非炊器也。

蔣廷錫《御定駢字類編》卷一七一《器物門二十四・飯》 飯食。《詩》亦有高廩傳廩，所以藏盛之穡也。疏：器是曰盛，在器曰盛，謂飯食也。《酉陽雜俎》：貞元中，有一將軍家出飯食，每説無物不堪噉，惟在火候，善均五味。嘗取敗障泥胡盞修理。食之，其味佳。【略】

飯米。《周禮》舍人喪紀，共飯米熬穀。

【略】

飯香。元稹《過王十一館居詩》密宇深房小火爐，飯香魚熟近中厨。陸游《夏末野興詩》：土壜飯香供晚餉，布簾字大賣新醅。

飯美。《吕氏春秋》飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穅，南海之秬。

飯味。釋常談增添飯味謂之加籩。《左傳》曰：鄭伯享楚子加籩豆六品矣。

【略】

飯稻。《史記・貨殖傳》：楚越之地，地廣人希，飯稻羹魚，或火耕而水耨。儲光羲《采菱詩》：飯稻以終日，羹魚將永年。吴融《溪翁詩》：飯稻羹菰曉復昏，碧灘聲裏長兒孫。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物産・嚴州府》 麵。方回《次韻張耕道詩》：麵灘船欲澀，茗務井還深。自注：睦有近城灘，民以船載磨治麵。城中茶場大井汲者衆，故有麵灘船，茗務井之句。

裘君弘《妙貫堂餘譚》卷六《爲甚酥》 吾鄉人以水糊麵和以柘漿，爲丸如棗大，特稍長耳。入油釜内滾之，既熟，酥脆適口，俗呼油果。楚閩人亦解爲之。昔東坡在黄州何秀才家食油果而酥，喜甚，因問何名，秀才以無名對。坡又問爲甚酥，座客皆曰是可以爲名矣。先是黄有潘長官者以坡不能飲，每爲設醴，坡笑曰此必醋着水也。一日忽思油果，作詩柬秀才求之云：野飲花前百事無，髀間惟係一葫蘆。已傾潘子醋着水，更覓君家爲甚酥。周少隱《詩話》載此，且云坡嘗言街談市語皆可入詩，但要人鎔化耳。此詩雖一時戲言，亦可以知其鎔化之功也。

裘君弘《妙貫堂餘譚》卷六《鷓鴣米》 費文憲公後人言，弋陽汪宗伯在朝時，一内臣曰須蜀米至當屈公一談耳，無何具柬，迎汪且曰蜀米至矣。汪赴其招酒竣，設飯不過半甌，而香滑有膏異于他米，即所謂蜀米也。汪問所從出，答以蜀中，歲例進者。其米生鷓鴣尾，每尾只二粒，取出放去，來歲仍可取。汪大奇之。余謂杜詩：香稻啄餘鸚。鸚粒乃倒裝句法耳。子美在蜀最久，未見有所爲咏鷓鴣米者，而明代博洽好著書，如升庵亦不見。紀録及之，真屬奇聞，足補食經、穀志之闕。

吴長元輯《宸垣識略》卷三《皇城一》 大高玄殿在神武門西北，明嘉靖中建。【略】大高玄殿稍西曰石作，有閣。又西曰乾明門。迤南曰兵仗局，每年七夕，兼供宫中乞巧針，亦稱爲小御用監。曰西直房，即袍房也。曰舊庫，屬内官監。曰尚膳外監，曰甜食房，造窩虎眼糖、松餅。

傅恒《皇清職貢圖》卷八《定番州八番婦》 八番者，以元時有程番、龍番、方番、金石番、盧番、羅番、韋番、洪番等八長官司，故以爲名。散處於定番州地方，其部落沿革與定番州之谷蘭苗同，男女衣服類漢人。女勞男逸，日出而耕，暮歸而織。刳木作臼曰碓。塘臨炊，始取稻舂之。以寅午日爲市，以十月望日爲歲首。宴會擊長腰鼓爲樂，與編民一體輸賦。

周煌《琉球國志略》卷四下《風俗》 夏子陽録：國中有女王者，王宗姊妹之屬，世由神選以相代。五穀成時，女王渡海至姑達佳山，採其穀穗嚼之，各山乃敢穫。若未嘗先穫者，食之立斃。又云：凡月初三、十八、二十三夜，皆修吉果拜待。初三夜焚香對月拜，十八夜焚香立待，待升，明而拜，拜畢乃敢坐。二十三日焚香坐待，待月出則拜，謂可延齡益壽。今皆無之。吉果，糯米粉爲餅，火焙熟之，白净如雪。國王每朔望餽天使食物有之，圓大如盤。聞此惟王府得爲之，民間只三指寬、三四寸長而已。姑米山人呼曰雪米烏喇。以上備節。

袁枚《子不語》卷二二《鬼搶饅頭》 《文林》言：鬼搶饅頭　洞庭山多餓鬼，其家蒸饅頭一籠，甫熟揭蓋，見饅首唧唧自動，逐漸縮縮如椀大者，頃刻變小如胡桃，食之味如麪筋，精華盡去。初不解其故，有老人云：此餓鬼所搶也。起籠時，以硃筆點之，便不能搶。如其言，點者自點，縮者仍縮，蓋一人之點，不能勝群鬼之搶也。

師範《滇繫》卷四之一《賦産・異産》 水車、水碾、水磨、水碓，皆巧于用水者也，惟碓之爲利尤溥，滇亦多此。胡進士五言排律廿四韻云：萬古烝民粒，機春水力舂。舊驚雷奮地，陡覺浪齊舂。引重千鈞挪，淩高一羽瞻。剖珠辭老蚌，擣藥悵明蟾。勢欲鋮鋒對，香從石齒黏。持籌較贏縮，掬瀉認洪纖。井臼移深巷，糠輿上短簾。精瑩仙子饌，麤糲腐儒厭。柳矸濃陰罩，桃溪細漲添。撲塵春漠漠，聽雨夜厭厭。宛轉繅車軋，丁東漏鼓嚴。量沙平野闊，聚米碧峰尖。何處

鞦韆架，誰家翡翠庭。訂交榮縞紵，作旦省凭鉗。貧户晨昏急，陳困日月淹。嗷空憐雁瘦，啄食感雞廉。猫虎曾通蜡，螟螣早畀炎。歲從新稻改，禮豈舊坊嫌。擊築隣謳雜，攜尊社酒甜。預防匙欲溜，休道突無黔。會計田園勒，神工碾磨兼。歸擔盈白露，回首渺蒼蒹。村姥關心劇，山翁養智恬。斷橋吟句好，待譜竹枝鹽。別裁所録七古，尚覺欠其工切。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・初一日》 羊髓團。《遼記》遼俗：元日，國主以糯米飯白羊髓和糰，散於各帳四十九枚，候五更三點，各帳於窗中擲米糰出帳。得雙數。當夜動番樂飲食。得隻數，便不作樂，即令師巫十二人，帳外撼鈴執箭喝唱，帳内火爆鹽，并燒地拍鼠，謂之驚鬼，本帳人七日方出。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 挑擔男女並役聯姻，不用餻而用餅，男家挑擔用男，女家用女。

張培仁《静娱亭筆記》卷九《地瓜攷》 《南方草木狀》有云：薯有十二勝，收入多，一也。色黄味甘，種中夐絶，二也。徧地得生剪莖作種，今歲一莖，次年便可種數十畝，四也。枝葉附生，隨節生根，風雨不能侵損，五也。凶歲不災，六也。可充籩實，七也。可釀酒，八也。乾久收藏，屑之可作餅餌，勝用餳蜜，九也。生熟皆可食，十也。用地少，易於灌溉，十一也。春夏下種，初冬收入，枝葉極盛，草穢不容，但須壅土，不用鋤耘，不妨農工，十二也。

朱駿聲《説文通訓定聲・孚部第六》 粟，舉。从卤，从米，臼聲。按：臼亦意如舂，俗炒米粉之類，以黍米麥擣之而筵爲垺也。

喬松年《蘿藦亭札記》卷八 宋周必大有《浮圓子詩》，明顧清有《燈圓詩》，此即今所食之元宵湯團。宋陳達叟《蔬食譜》目爲水圓。

梁學昌等《庭立記聞》卷三 杭俗，重陽栗糕及年終祭神，三牲皆插五色小紙旗，是何意義。曰此但爲觀美耳。然亦有本周禮，肆師疏云：簠盛稻粱，籩盛黍稷，皆有盒蓋覆於上爲徽識，小旌書黍稷之名以表之，餘饌不表，此其遺意歟。

劉堅《修潔齋閑筆》卷一《廚傳》 漢宣帝元康二年，詔曰：吏或擅興徭役，飾廚傳以稱譽過客。按：廚傳，兩事也。廚，庖也，以好飲食供過客則爲飾，廚。傳者，驛也，具車馬資行役則爲飾傳。今合廚傳爲一，概謂豐饌，爲廚傳非也。

方拱乾《寧古塔志・風俗》 先祖恫矣禍至哉概寧古無閒人，而女子爲最，如糊窗則楯布以代紙，燒燈則削麻膚糠以代膏，皆女子。手不碾而舂，舂無晝夜，一女子舂不能供兩男子食。稗之精者，至五六舂。近有碾間粟粟以就碾，舂餘即汲霜雪井溜如山，赤脚單衣悲號于肩擔者，不可紀，皆中華富貴家裔也。

張慶長《黎岐紀聞》 黎人不貯穀，收穫後連禾穗貯之，陸續取而懸之竈上，用竈煙燻透，日計所食之數，摘取舂食，頗以爲便。

池上餐華生輯《詩笑》卷上《磨》 路迢迢而非遠，石疊疊以無山，雷逢逢而不雨，雪飄飄而不寒。

陳耀文《天中記》卷四《寒食》 麥粥。陸龜蒙《鄴中記》曰：寒食三日醴酪，又煮粳米及麥爲酪，擣杏仁煮作粥。《玉燭寶典》曰：今人悉爲大麥粥，研杏仁爲酪，引餳沃之。孫楚《祭子推文》云：黍飯一盤，醴酪二盂。是其事。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 劉禹錫《寒具詩》云：纖手搓來玉數尋，碧油搓出嫩黄深。夜來春睡無輕重，壓匾佳人纏臂金。則爲今之饊子明矣。宋人因林和靖《寒食詩》有寒具，遂解以爲寒食之具，安知和靖是日不嘗饊子耶。

許之吉《麗句集・食品》 弱如春綿，白若秋練，氣鬱勃以揚布，香飛散而遠徧。擎器者舐唇，立侍者乾咽。東晳《餅賦》

董盧飛名於華肆，和均絶伎於俗塵。王孫駭歎於曳緒，東子賦弱於春綿。

安定噎鳩之麥，洛陽董德之磨。河東長若之葱，隴西舐背之犢。抱竿赤髓之羊，張掖北門之豉，然以銀屑煎以金鈔。洞庭負霜之橘，仇池連蒂之椒，調以濟北之鹽，剉以新豐之雞，細如華山之玉屑，白似梁甫之銀泥，既聞香而口悶，亦見色而心迷。吴筠《餅説》

王志慶《古儷府》卷一二《物類部・飲食》 晉束晳《餅賦》：爾乃重羅之麪，塵飛白雪。膠黏筋韌，溼液濡澤。肉則羊膀豕脇，脂膚相半。鬱如蛇首，珠連礫散。薑株葱本，萃縷切判。辛桂剉末，椒蘭是灑。和鹽漉豉，攪和膠亂。于是火盛湯涌，猛氣蒸作，振衣振裳，握搦拊搏。麪彌離于指端，手縈迴而交錯，紛紛駁駁，星分電落。籠無迸肉，餅無流麪。姝媮冽欶，薄而不綻。弱如春錦，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠徧。行人垂涎于下風，童僕空嚥而邪眄。擎器者舐唇，立侍者乾咽。

王志慶《古儷府》卷一二《物類部・飲食》 梁吴均《餅説》：安定噎鳩之麥，洛陽董德之磨。河東長若之葱，隴西舐背之犢。抱罕赤髓之羊、張掖比門之豉，然以銀屑，煎以金銚。洞庭負霜之橘，仇池連蒂之椒，調以濟北之鹽，剉以新豐

之雞。細如華山之玉屑，白如梁甫之銀泥。既聞香而口閟，亦見色而心迷。

劉侗《名物通》卷四《飲食部・寒具》 唐劉禹錫：纖手搓來玉數尋，碧波煎出嫩黃深。夜來春睡濃于酒，壓遍佳人繡臂金。

劉侗《名物通》卷四《飲食部・餅》 吳筠說：細似華山之玉屑，白如梁甫之銀泥。

劉侗《名物通》卷四《飲食部・飯》 色青如黛珠，食之延年。

唐皮日休：傳得三元精餌名，大宛聞說有仙卿。分泉過屋舂青稻，拂霧影衣折紫莖。蒸處不教雙鶴見，服來惟怕五雲生。草堂空坐無饑色，時把金津嗽一聲。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 少陵詩：西歷青羌坂，南留白帝城。於菟侵客恨，粔籹作人情。註云：峽人以蜜煎餅，謂之粔籹，江南謂之膏環也。

談遷《棗林雜俎》仁集《逸典・民謠》 朱家麵，李家磨，做得一個大模模，送與對巷趙大哥。

丁有煜《雙薇園集》卷五《七言律詩・喜團》 焦来和飴巧作團，飢來細嚼却生歡。雖非韓信千金飯，絶似王喬辟穀丸。井上蝤蠐貪半李，堦前烏雀喜朝餐。願隨金腰褁，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒珠。願隨金腰褁，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒

程良儒《茹古略集》卷二三《餅》 俊叨未知何物，餺飥傳自李唐。歸田録安入鼎資已熟，加飡愁欲無。碧鮮俱炤筯，香飯兼包蔗。經鹵冷于雪，勸人投比珠。願隨金腰褁，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒

乾粔籹之倫，紈耳狗后之屬，劍棨案成餡飪髓燭，或名生于里巷，或法出乎殊俗。《餅賦》水澆湯瀹，蒸熟籠食，一物更有所長。湘素記饅頭薄持，起溲牢九，四時用各有目。賦重羅之麩，塵飛白雪，黏劑筋腦，溲液柔澤，薑株蔥本，峰縷切判，辛桂劑末，椒蘭是伴，和鹽漉豉，攪合樛亂，殊媮洌救，薄而不綻，則餅之所以爲妙。

彭大翼《山堂肆考》卷一九五《百穀・七月烹》 《詩・豳風》：七月烹葵及菽。

彭大翼《山堂肆考》卷一九五《百穀・淮南作腐》 世傳豆腐本漢淮南王術。朱文公詩：種豆豆苗稀，力竭心已腐。早知淮南術，安坐獲泉布。

彭大翼《山堂肆考》卷一九五《百穀・煮瓶》 東坡《豆粥行》：地碓舂秔光似玉，沙瓶煮豆軟如酥。

彭大翼《山堂肆考》卷一九六《蔬菜・槐麵不數》 陸放翁詩：人生各自有貴賤，百花開時促高宴。劉伶病醒相如渴，長魚大肉何由薦。凍蓼此際價千金，不數清泉槐葉麵。摩挲便腹一欣然，作歌聊續冰壺傳。

彭大翼《山堂肆考》卷一九六《蔬菜・澆餅》 陳后山詩：已辦煮餅澆葱油。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・餅・吳均餅説》 吳均《説》：細如華山玉屑，白似梁甫銀泥。既聞香而口閟，亦見色而心迷。

東晳《餅賦》

東晳《賦》：三春之初，陰陽交際，寒氣既消，温不至熱，于時宴享則饅頭。宜設炎律，方回純陽，布暢服絺，飲水隨陰而涼，此時爲餅，莫若薄壯。商風既薦，大火西移，鳥獸氄毛，樹木疏枝，肴饌尚温，則起溲可施。玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中，霜成口外，充虚解戰，湯餅爲最。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 少陵詩：西歷青羌坂，南留白帝城。於菟侵客恨，粔籹作人情。註云：峽人以蜜煎餅，謂之粔籹，江南謂之膏環也。

談遷《棗林雜俎》仁集《逸典・民謠》 朱家麵，李家磨，做得一個大模模，送與對巷趙大哥。

丁有煜《雙薇園集》卷五《七言律詩・喜團》 焦来和飴巧作團，飢來細嚼却生歡。雖非韓信千金飯，絶似王喬辟穀丸。井上蝤蠐貪半李，堦前烏雀喜朝餐。願隨金腰褁，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒

明知客況應如此，愁向雙眉試一寬。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 白餅青芻 杜詩：與奴白飯馬青芻。

姜宸英《湛園札記》卷三 豐草庵《蠶豆詩》：誰賦田園雜興題，琅玕記取夏初垂。喜看桑底新懸莢，恰值蠶眠未吐絲。細雨賣茶聲過後，竹烟燒筍火停時。沙瓶漆櫑分前咏，豌豆今逢第二詩。自註：《誠齋集》蠶豆詩有沙瓶新熟西湖水，漆櫑分嘗曉露餘。又言蠶豆未有賦，蓋豌豆也，吳人謂之蠶豆。按：吾鄉以吳人蠶豆爲豌豆，而以吳人所謂寒豆者，謂之蠶豆。至今猶然。

《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載五》 飯五

增詩：唐張賁以青餌飯送襲美。魯望詩曰：誰屑瓊瑶事青餌，舊傳名品出華陽。應宜仙子胡麻伴，因送劉郎與阮郎。皮日休答詩曰：傳得三元餌飯名，大宛聞説有仙卿。分泉過屋舂青稻，拂霧影衣折紫莖。蒸處不教雙鶴見，服來惟怕五雲生。草堂空坐無飢色，時把金津嗽一聲。陸龜蒙答詩曰：舊聞香積來惟怕五雲生。草堂空坐無飢色，時把金津漱一聲。陸龜蒙答詩曰：舊聞香積金仙食，今見青精玉斧餐。自笑鏡中無骨緑，可能飛上紫霞端。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・冷淘二》 增詩：唐杜甫《槐葉冷淘詩》曰：青青高槐葉，采掇付中厨。新麵來近市，汁滓宛相敷。入鼎資過熟，加餐愁砍無。碧鮮俱照筯，香飯兼苞蔗。經鹵冷于雪，勸人投比珠。願隨金騶衮，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒

子詩》曰：珍餉貧居少，寒雲萬里寬。疊雙初中鵠，牢九已登盤。放箸磨便腹，呼童破小團。猶勝瀼西老，菜把仰園官。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・粥五》 增詩：唐李商隱《荅寄賜錫粥詩》曰：粥香餳白杏花天，省對流鶯坐綺筵。今日寄來春已老，鳳樓迢遞憶鞦韆。

宋蘇軾《豆粥詩》曰：君不見溥沱流浙車折軸，公孫倉皇奉豆粥。濕薪破竈自燎衣，飢寒頓解劉文叔。又不見金谷敲冰草木春，帳下烹煎皆美人。萍虀豆粥不傳法，咄嗟而辦石季倫。干戈未解身如寄，聲色相纏心已醉。身心顛倒自不知，更識人間有真味。豈如江頭千頃雪，色蘆茅簷出没晨煙孤。地碓舂杭光似玉，沙瓶煮豆軟如酥。我老此身無著處，賣書來問東家住，卧聽雞鳴粥熟時，蓬頭曳履君家去。陸游《食粥詩》曰：世人箇箇學長年，不悟長年在目前。我得宛丘平易法，只將食粥致神仙。張文潛有食粥説，謂可以延年。又《薄粥詩》曰：薄粥枝梧未死身，飢腸且免轉車輪。

范成大《口數粥行》曰：家家臘月二十五，淅米如珠和豆煮。大杓轑鐺分口數，疫鬼聞香走無處。鏤薑屑桂遶蔗糖，滑甘無比勝黄粱。全家團欒罷晚飯，在遠行人亦留分。裸中孩子强教嘗，餘波徧沾獲與臧。新元協氣調玉燭，天行已過來萬福。物無疵癘年穀熟，長向臘殘分豆粥。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・餅五》 增詩：明申時行《立春日賜百官春餅詩》曰：紫宸朝罷聽傳餐，玉餌瓊肴出大官。齋日未成三爵禮，早春先試五辛盤。迴風入仗旌旗暖，融雪當筵匕箸寒。調鼎十年空伴食，君恩一飯報猶難。顧清《次韻桂餅詩》曰：寶鈿和露壓金英，爲趁秋光一日成。月殿有人留素影，花林無物稱佳名。攜來不覺鄉關遠，吟罷猶令客夢清。茗椀酒盃皆可意，好將新歲作傳生。吴寬《油餅詩》曰：膩滑津津色未乾，聊因佳節助杯盤。盡圖莫使依寒具，書信何勞送月團。曾見范公登雜記，獨逢吴客勸加餐。當筵一嚼詩甘美，老大無成憶胆丸。

原賦：晉束晳《餅賦》曰：若夫三春之初，陰陽交際，寒氣既除，温不至熱。於時享宴則曼頭，宜設炎律，方回純陽，布暢服絺，飲冰隨陰而涼。此時爲餅，莫若薄壯。商風既厲，大火西移，鳥獸毳毛，樹木疏枝，肴饌尚温，則起溼可施。玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中，霜凝口外，充虚解戰。湯餅爲最，然皆用之，有時所適者也。苟錯其次，則不能斯善。其可以通冬達夏，終歲常施，四時從用，無所不宜，惟牢丸乎。爾乃重羅之麵，塵飛白雪，膠黏筋劄，溼液濡澤。肉則羊膀豕脇，脂膚相半，鱗如蜿首，珠連礫散，蓋枝葱芥，萃縷切判，辛桂挫末，椒蘭是灑，和鹽漉豉，攪和膠亂。于是火盛湯湧，猛氣蒸作，振衣振裳。握搦拊搏，麵彌離于指端，手縈迴而交錯。紛紛駁駁，星分雹落。籠無迸肉，餅無流麵。姝媮冽欶，薄而不綻。弱如春綿，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠徧。行人垂涎于下風，童僕空嗑而斜盼。擎器者舐唇，立侍者乾咽。庾闡《惡餅賦》曰：范子嘗者，嘗造予宿，臛雞爲餅，遍食之情甚虚，奇嘉之味不實，聊作《惡餅賦》以釋之。若乃董盧，飛名于華肆，和均絶技于俗塵。王孫駭歎于曳緒，束子賦弱于春綿，色必霜葩雪皓，肉則錦采雲斕。

原説：梁吴均《餅説》曰：宋公至長安，得姚泓時，故大官丞程季者，了了人也。公曰：今日之食，何者最先。季曰：仲秋禦景，離蟬欲静，燮燮曉風，淒淒夜冷。臣當此景，惟能説餅。公曰：善。季乃稱曰：安定噎鳩之麥，洛陽董德之磨，河東長若之葱，隴西舐背之犢，枹罕赤髓之羊，張掖北門之豉，然以銀屑煎以金銚。洞庭負霜之橘，仇池連蒂之椒，調以濟北之鹽，劑以新豐之雞，細如華山之玉屑，白如梁甫之銀泥，既聞香而口閟，亦見色而心迷。公曰：善。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・糗三》 增詩：明莊昷《端午食賜糭有感詩》曰：蓬萊宫中懸艾虎，舟滿龍池競簫鼓。千官曉綴紫宸班，拜向彤墀賀重午。大官角黍菰蒲香，綵繩萬縷紅霞光。天恩敕賜下丹陛，琥筵侑以黄金觴。東南米價高如玉，江淮餓莩千家哭。官河戍卒十萬艘，總向天廚挽飛粟。君門大嚼心豈安，誰能持此回凋殘。小臣自愧悠悠者，救時無術真素餐。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・寒具二》 增詩：唐劉禹錫《寒具詩》曰：纖手搓來玉數尋，碧油煎出嫩黄深。夜來春睡無輕重，壓匾佳人纏臂金。

揆叙《隙光亭雜識》卷一 坡詩：甚欲去爲湯餅客。湯餅世所謂長命麪也。劉禹錫《贈張盥進士詩》：憶爾懸弧日，余爲上座賓。舉筯食湯餅，祝辭添麒麟。坡詩正用此。見宋人馬永卿《嬾真子》。

宋人詩：白髮衰天癸丹砂，養地丁屬對甚工。

姚之駰《元明事類鈔》卷三二《蔬穀門》 粉麥。宋濂詩：粉麥白如玉，貿易入南城。

姚之駰《元明事類鈔》卷三二《蔬穀門》 粔籹。許有壬《粔籹詩》：坡遠花全白，霜輕窪便黃。杵頭麩退墨，磴齒雪流香。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・餅三》 賦 束晳《餅賦》曰：若夫三春之初，陰陽交際，寒氣既除，温不至熱，於時享宴則曼頭，宜設炎律，方回純陽，布暢服絺，飲冰隨陰而涼，此時爲餅莫若薄壯，商風既厲，大火西移，鳥獸毳毛，樹木疏枝，肴饌尚温，則起溲可施。玄冬猛寒，清晨之會，涕凍鼻中，霜凝口外，充虚解戰，湯餅爲最。然皆用之，有時所適者也。苟錯其次，則不能斯善。其可以通冬達夏，終歲常施，四時從用，無所不宜，唯牢丸乎爾。乃重羅之麵，塵飛白雪，膠黏筋劄，湆液濡澤。肉則羊膀豕脇，脂膚相半。鑾如蜿首，珠連礫散。薑株葱本，萃縷切判。辛桂剉末，椒蘭是灑，和鹽漉豉，攪和膠亂。於是火盛湯涌，猛氣蒸作。振衣振裳，握搦拊搏。麵彌離於指端，手縈迴而交錯。紛紛駁駁，星分雹落。籠無迸肉，餅無流麵。姝媮冽欶，薄而不綻。弱如春綿，白若秋練。氣勃鬱以揚布，香飛散而遠徧。行人垂涎於下風，童僕空嚥而邪盼。擎器者舐唇，立侍者乾咽。庾闡《惡餅賦》曰：范子常者嘗造，予宿膳雞爲餅，遍食之情甚虚，奇嘉之味不實，聊作《惡餅賦》以釋之。若乃董盧飛名於華肆，和均絶技於俗塵。王孫駭歎于曳緒，東子賦弱於春綿。色必霜葩雪皓，肉則錦采雲姻。

說 梁吴筠《餅説》曰：宋公至長安得姚泓，時故大官丞程季者，了了人也。公曰：今日之食，何者最先。季曰：仲秋饗景，離蟬欲静，爽爽曉風，淒淒夜冷。臣當此景，唯能説餅。公曰：安定噎鳩之麥，洛陽董德之磨，河東長若之葱，隴西舐背之犢，袍罕赤髓之羊，張掖北門之豉，然以銀屑，煎以金銚。洞庭負霜之橘，仇池連蒂之椒，調以濟北之鹽，剉以新豐之雞，細如華山之玉屑，白如梁甫之銀泥，既聞香而口悶，亦見色而心迷。公曰：善。

俞安期《詩隽類函》卷一四〇《飲食部下・飯》 唐張賁晚《以青餈飯分送襲美魯望因成一絶》

誰屑瓊瑶事青餈，舊傳名品出華陽。應宜仙子胡麻拌，因送劉郎與阮郎。

唐皮日休晚《潤卿遺青餈飯兼之一絶聊用荅謝》

傳得三元餈飯名，大宛聞説有仙卿。分泉過屋舂青稻，拂霧彫衣折紫莖。蒸處不教雙鶴見，服來唯怕五雲生。草堂空坐無饑色，時把金津漱一聲。

唐陸龜蒙晚《奉和青餈飯》

舊聞香積金仙食，今見青精玉斧餐。自笑鏡中無骨緑，可能飛上紫霞端。

唐杜甫盛《槐葉冷淘》

青青高槐葉，采掇付中廚。新麪來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欶無。碧鮮俱照筯，香飯兼苞蘆。經齒冷於雪，勸人投比珠。願隨金騕褭，走置錦屠蘇。路遠思恐泥，興深終不渝。獻芹則小小，薦藻明區區。萬里露寒殿，開冰清玉壺。君王納涼晚，此味亦時須。

肉食部

題解

史游撰顏師古註《急就篇》卷三《第一六章》 廚宰切割給使令。力呈反。

廚，庖屋也。宰，主烹飪者。臠胖曰切，胖解曰割，給供也。主供此，使役也。臠，力轉反。胖，普半反。《說文》：薄切肉也。胖，普半反。

史游撰顏師古註《急就篇》卷三《第一六章》 膹膾炙胾各有形。膹，房吻反。膾，古外反。炙，之夜反。胾，側吏反。

膹，臠切生肉也。膾，細切生肉也，亦或以魚。黃氏曰：膹音憤，切熟肉也。炙，謂炙之於火上也。炙音之石反。其字從夕火。炙胾之炙，之夜反，其字從肉。胾，大臠也，各有形，言別異不同也。

史游撰顏師古註《急就篇》卷三《第一七章》 肌腩脯腊魚臭腥。腩音弱。

肌，肉也，肉表皮裏曰腩。而灼反。《說文》云：肉表革裏。黃氏曰：腩，脆膜也。脯而乾者，謂之脯。合骨全乾一作節謂之腊。脯普各反腥者，魚之臭。

班固《漢書》卷六五《東方朔傳》 朔曰：生肉爲膾，乾肉爲脯，著樹爲寄生，盆下爲窶數。

許慎《說文解字》卷四下《文二五重一》 臡，漬肉也。从肉奄。聲於業切。

許慎《說文解字》卷四下《文二五重一》 膾，細切肉也。从肉會。聲古外切。

許慎《說文解字》卷四下《文二五重一》 胾，薄切肉也。从肉𢦚。聲直葉切。

許慎《說文解字》卷四下《文二五重一》 膹，切孰肉內於血中和也。从肉員。聲讀若遜，穌本切。

許慎《說文解字》卷四下《文二五重一》 膬，裂肉也。从肉从墮，省果切。

許慎《說文解字》卷一〇上 炙，炮肉也，从肉，在火上。凡炙之屬，皆从炙。之石切。

許慎《說文解字》卷一〇下 𤆍，宗廟火孰肉。从炙，番聲。《春秋傳》曰：天子有事𤆍焉，以饋同姓諸侯。附袁切。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 肺膰，膰攢也，以米糝之，如膏饘也。膰，房吻反。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 膾，細切猪羊馬肉，使如膾也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 腊，乾昔也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 脯，搏也，乾燥相搏著也。又曰修脩縮也，乾燥而縮也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 膊，迫也，薄椓肉，迫著物，使燥也。

鄭玄《周禮注疏》卷四 庖人掌共六畜六獸六禽，辨其名物。注：六畜，六牲也。始養之曰畜，將用之曰牲。《春秋傳》曰：卜日曰牲。鄭司農云：六獸，麋鹿熊麈野豕兔。六禽，鴈鶉鷃雉鳩鴿。玄謂獸人冬獻狼，夏獻麋。又《內則》無熊，則六獸當有狼，而熊不屬。六禽於禽，獻及六摯，宜爲羔豚犢麝雉鴈。

郭璞注、邢昺疏《爾雅注疏》卷四《釋器第六》 肉曰脫之。注：剥其皮也。今江東呼麋鹿之屬通爲肉。魚曰斮之。注：謂削鱗也。音義：脫，吐奪反。麋音眉。斮，莊略、壯略二反。《字林》云：斬也。疏：此論辨治擇魚肉之名也。肉剥其皮，因名脫之。李巡云：肉去其骨曰脫。皇侃云：治肉除其筋膜取好者。郭氏以與魚曰斮之。文連斮謂斬削其鱗，則脫是脫剥其皮也，嫌羊豕有不剥其皮者。故又云今江東呼麋鹿之屬通爲肉。案：《禮記·內則》及李巡《爾雅》本，皆云魚曰作之。皇侃云：作謂搖動也，凡取魚搖動之，視其鮮餒，餒者不食。李巡云：作之魚，骨小無所去。今本作斮，郭云謂削鱗也。

楊衒之《洛陽伽藍記》卷三《城南》 肅初入國，不食羊肉及酪漿等物，常飯鯽魚羹，渴飲茗汁。京師士子，見肅一飲一斗，號爲「漏巵」。經數年以後，肅與高祖殿會，食羊肉酪粥甚多。高祖怪之，謂肅曰：「卿中國之味也。羊肉何如魚羹，茗飲何如酪漿。」肅對曰：羊者是陸產之最，魚者乃水旌之長，所好不同，竝各稱珍。以味言之，甚是優劣。羊比齊、魯大邦，魚比�primitive莒小國，唯茗不中，與酪作奴。高祖大笑，因舉酒曰：三三橫，兩兩縱，誰能辨之，賜金鍾。御史中丞李彪曰：沽酒老嫗瓮注垻，屠兒割肉與秤同。

顧野王《重修玉篇》卷七《肉部第八一》 膞。桑裛切。熟肉內於血中和也。

顧野王《重修玉篇》卷七《肉部第八一》 膟。治輒切，薄切肉也。

顧野王《重修玉篇》卷七《肉部第八一》 膞。時扇切。《說文》曰：異食也。《周禮》：膳夫掌王之食飲膞羞。膞之言善也。又云：膞，牲肉也。

顧野王《重修玉篇》卷七《肉部第八一》 胣。於嗤、於劫二切。漬肉。《蒼頡篇》云：酢，淹肉也。

顧野王《重修玉篇》卷七《肉部第八一》 膾。古外切。肉細切者爲膾。

顧野王《重修玉篇》卷三〇《火部第三一三》 炮。白交切。炙肉也。

顏師古《匡謬正俗》卷三 卵，又曰濡香卵醬實蔘。鄭康成注云：卵讀爲鯤也。案：卵者，魚卵，即是魚子。不勞改讀爲鯤魚子也。

徐鍇《說文繫傳》卷六《通釋・文一三重五》 。內肉及菜湯中，薄出之。從寫。翟聲。臣鍇曰：今諸書多作滷。《禮》注云：新春菜可滷，故謂春祭曰禴，潔也。以略反。

徐鍇《說文繫傳》卷六《通釋・文一三重五》 。炙肉也。從肉在火上。臣鍇曰：會意之射反。又按：炙字別有部。注云炮肉也。从肉在火上。凡炙之屬皆从。炙之石反。此疑誤收。

玄應《一切經音義》卷九《大智度論》 燖腊。《聲類》作燖、墫二形。《字詁》：古文鐚、鐚二形。今作鍘，同詳廉反。《說文》：鍘，熱湯中爚肉也。《通俗文》：以湯去毛曰鐚，論文作燖。案：《說文》：細切肉也。《蜀都賦》：音皆，餘贍反，又羊占反。《說文》燖，火熾燖之。燖，之涉反。辟，必益反。宛，於晚反。脾，婢支反。也。燖，非今義也。星衍曰：《說文》燖、鍘異義。鐚同鍘。與此略同，惟《字詁》以爲古文作鐚。《說文》：肉肉及菜，湯中薄出之。義同鍘。

玄應《一切經音義》卷一八《雜阿毗曇心論》 屠羊。達胡反。《說文》：屠，刳也。《廣雅》：屠，壞也。案：屠，分割牲肉也。

玄應《一切經音義》卷一八《立世阿毗曇論》 烹殺。普庚反。烹，煮也。《方言》烹，孰也。嵩岳以南，陳潁之間，曰烹。《儀禮》：凡煮於鑊中曰烹。

玄應《一切經音義》卷一八《立世阿毗曇論》 利弗。《字苑》：初眠反。謂以戟貫肉炙之者也。戳音且廉反。

玄應《一切經音義》卷二四《阿毗達磨俱舍論》 屠羊。達胡反。《說文》：屠，刳也。《廣雅》：屠，壞也。案：屠，分割牲肉也。

佚名《原本廣韻》卷二《下平聲・五肴》 炮。合毛炙物也。一曰裹物燒。煞上同。鉋鉋刷

佚名《原本廣韻》卷三《上聲・九慶》 脯。乾脯。東方朔曰：乾肉爲脯。《禮記》曰：牛脩、鹿脯、田豕脯。

佚名《原本廣韻》卷四《去聲・三八箇》 剉。剉，斫，銼也。銼，箍卧切。破也，三。

佚名《原本廣韻》卷五《入聲・二二昔》 炙。《說文》：炮肉也，从肉，在火上。

佚名《原本廣韻》卷五《入聲・二九葉》 爆。爆爚。膟，直葉切。細切肉，三。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・四七寢》 肚，肉汁。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・二一混》 膞。切熟肉，更煮也。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・五肴》 炮。合毛炙物也。一曰裹物燒。煞上同。鉋鉋刷

陳彭年等《重修廣韻》卷四《去聲・四〇禡》 炙。炙肉。《周書》曰：黃帝始燔肉爲炙。又之石切。

高承《事物紀原》卷九《酒醴飲食部四六》 炙。炮，《古史考》曰：燧人鑽火，人始裹肉而燔之，曰炮也。

司馬光《類篇》卷一二 膾。古外切。《說文》：細切肉也。文一。

司馬光《類篇》卷一二 胵。吐衮切。烹肉也。

羅願《爾雅翼》卷五《音釋》 葱。軒辟雞宛脾皆茁類也。肉腥細者爲膾，大者爲軒，軒讀爲憲，霍葉切也。膾者必先軒之，所謂繭而切之也。茁軒繭而不切，辟雞宛脾繭而切之。繭，之涉反。辟，必益反。宛，於晚反。脾，婢支反。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 腳音香，牛臛也。臛，許雲切，羊臛也。膮，許堯切，豕臛也。菱，《內則》三牲用菱，音魚氣切。煎，茱莫也。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・脯鮓》 《羣書要語》：脯，乾肉也。脩，脯也。《說文》脯，搏也，乾燥相搏者也。脩，縮也，乾燥縮也。《釋名》腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膴胖之事。《禮記》腒，乾雉。鱐，乾魚。《周禮註》

朱權《原始秘書》卷九《飲饌食門》 炙。《周書》曰：黃帝始燔肉爲炙。

況叔祺《考古辭宗》卷五《器用部・器皿類》 肉謂之敗。臭壞。魚謂之餧。肉爛。肉曰脫之。剥其皮也。今江東呼麋鹿之屬通爲肉。魚曰斮之。謂削鱗也。冰脂

也。莊子云：肌膚若冰雪。冰雪，脂膏也。《廣雅》曰：澶。見《左傳》魚謂之鮨。鮨，鮓屬也。見公食大夫禮。肉謂之醢。肉醬。有骨者謂之臡。雜骨醬。見《周禮》。

徐常吉《六經類雅》卷五《飲食類・腊肉》 又六三噬腊肉遇毒。注：腊肉謂獸腊全體骨而爲之者，堅韌之物。

徐常吉《六經類雅》卷五《飲食類・乾胏》 又九四噬乾胏。注：胏肉之帶骨者，與胾通。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・肉二初學記》 許慎《説文》曰：肴，雜肉也，腌漬肉也。膴，宗廟熟肉也。《穀梁》曰：脤者俎，實祭肉也。生曰脤，熟曰膴，蓋社肉也。《爾雅》曰：肉曰脫之。剥其皮也。楊雄《方言》曰：朝鮮洌水之間，凡暴肉及牛羊五臟，謂之膊。《家語》曰：夫食肉者勇悍。《禮記》曰：濡肉齒決，乾肉不齒決。又曰：熬捶之去其皺，音展。編薄布牛肉焉，屑桂與薑以灑諸上而鹽之，乾而食之。欲濡肉則釋而煎之以醢，欲乾肉，則捶而食之。魚《釋名》云：熟肉有骨曰殽，大臠曰胾。《穀梁》曰：脤者俎，實祭肉也。生曰脤，熟曰膴，蓋社肉也。《爾雅》云：肉曰脫之，剥其皮也。

孫丕顯《文苑彙雋》卷二二《飲食部・膴》 膴、乾肉也。脯。凡牛羊與魚聶而切之爲膾。

陳繼儒《文奇豹斑》卷九《器用》 脯、乾肉也。《説文》云：肴，乾肉。《穀梁》曰：脤者俎，實祭肉也。生曰脤，熟曰膴，蓋社肉也。《爾雅》云：肉曰脫之。剥其皮也。楊雄《方言》曰：朝鮮洌水之間，凡暴肉及牛羊五臟，謂之膊。《家語》曰：夫食肉者勇悍。《禮記》曰：濡肉齒決，乾肉不齒決。又曰：熬捶之去其皺，音展。編薄布牛肉焉，屑桂與薑以灑諸上而鹽之，乾而食之。欲濡肉則釋而煎之以醢，欲乾肉，則捶而食之。魚《釋名》云：熟肉有骨曰殽，大臠曰胾。《穀梁》曰：脤者俎，實祭肉也。生曰脤，熟曰膴，蓋社肉也。《爾雅》云：肉曰脫之，剥其皮也。《古史考》：燧人鑽火，始裹肉而燔之曰炮。《周書》：黄帝始燔肉爲炙。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・鯖北堂書鈔》 煮食。《説文》云：鯖，煮肉也。雜肴。《字林》云：鮚，雜肴也。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・脯一藝文類聚》 《周易》曰：噬，乾肉。

《東方朔傳》曰：濕肉爲膾，乾肉爲脯。

《風俗通》曰：俗説膊，大脯也。

劉胤昌《劉氏類山》卷三《膳饈》 燔肉曰炙，裹肉而燔之曰炮。楚人氏始食肉。脤，宗廟熟肉也。《穀梁傳》：生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。

顧充《古雋考略》卷三《神祭類》 毛魚。焫去其毛而炙之也。

顧充《古雋考略》卷三《神祭類》 庶羞。注疏：牛、羊、豕調以五味，盛於豆，爲庶羞。

顧充《古雋考略》卷三《飲食・脯》 《説文》：脯，乾肉也。《禮》曰：五脯。牛羊豕魚麋。

顧充《古雋考略》卷三《飲食類》 臡。音泥，醬音而，有骨醢也。

猩脣。肉之美者。

苞苴。魚肉苞者，以茅裹，苴者以茅藉。詩箋云：以果實相遺者，必苞苴之。

霍肉。霍、蒦同。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部七畫》 脯。《唐韻》：方武切，《集韻》、《韻會》：甫鳩切，音脩。《説文》：脯，乾肉也。《禮》曰：五脯。牛羊豕魚麋。《周禮》：腊人掌乾肉。《禮書》曰：析而乾之曰脯，全而乾之曰腊。脯在邊，腊在俎。《周禮》：腊人掌乾肉。《禮書》曰：析而乾之曰脯，全而乾之曰腊。脯在邊，腊在俎。

乾胏。胏，肉之帶骨者。

腒腊。腒音居。《周禮》：腒，乾雉。脯，乾魚。腊，所留切。

冷毛。冷音連。《周禮》：羊冷毛而毳。

擊鮮。《陸賈傳》：擊殺牲牢以鮮食。

燔炙。凡肉置火中曰炮，燕之曰燔，近火曰炙。《古史考》：燧人鑽火，始裹肉而燔之曰炮。《周書》：黄帝始燔肉爲炙。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部七畫》 腍。《集韻》：又棄切，音腌。漬肉也。本作腌。《五音集韻》鹽漬魚也。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部七畫》 腍。《唐韻》：方武切，《集韻》、《韻

會》：匪父切，《正韻》：斐古切，丛音甫。《說文》：肉乾也。《玉篇》：脯腊也。《廣韻》：乾脯。《前漢・東方朔傳》：乾肉爲脯。《禮・內則》：牛脩鹿脯、田豕脯、麋脯、麕脯。《韻會》：薄析曰脯，捶之而施薑椒曰鍛脩。《釋名》：脯，搏也。乾燥相搏著也。《禮・曲禮》：以脯脩置者，左胸右末。《詩・大雅》：爾殽伊脯。《前漢・貨殖傳》：濁氏以胃脯而連騎。註：今大官常以十月作沸湯爛羊胃，以末椒薑扮之，暴使燥是也。又《集韻》：蓬通切，音蒲。與醭通，大猷酒也。又《集韻》：蒲故切，音步。爲人物災害之神。一曰會聚飲食也，本亦作醭。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部八畫》 腌。《唐韻》：於業切，《集韻》：又業切，《韻會》：乙業切，丛音淹。《說文》：漬肉也。《玉篇》、《倉頡篇》云：酢，淹肉也。《廣韻》：鹽漬肉也。《集韻》：或作腤。又《廣韻》：於輒切，《集韻》：憶及切，丛音軟。又《集韻》、《廣韻》：丛於嚴切，音淹。又《集韻》：衣廉切，音淹，義丛同。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部八畫》 腒。《唐韻》：九魚切，《集韻》、《韻會》：斤於切，丛音居。《說文》：北方謂鳥脂曰腒。又《玉篇》：乾雉也。《禮・內則》：夏宜腒鱐膏臊。註：腒，乾雉也。《釋文》：雉脂。《周禮・天官》：庖人夏行腒鱐膳膏臊。註：腒，乾雉。《儀禮・士相見禮》：夏用腒。註：夏用腒，備腐臭也。《正字通》：戴侗謂夏暑不可奏新殺，故行腒鱐爲常。腒，鳥獸乾腊也。鄭司農緣士相見禮，故專以爲雉，其實夏用腒，乃東脩之類。按：戴說近理。又《博雅》：久也，又央也。又《集韻》、《正韻》：丛求於切，音渠。又《集韻》：居御切，音據。義丛同。《集韻》：或作腒。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部九畫》 臅。《唐韻》：直葉切，《集韻》、《韻會》、《正韻》：直涉切，丛音疊。《說文》：薄切肉也。从肉某，意兼聲。《廣韻》：細切肉。《正韻》：縷切也。《齊民要術》有作犬臅法、菟臅法。又《集韻》：質涉切，音囁。切也。又通作聶。《禮・少儀》：牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。註：聶之，言臅之。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部一〇畫》 膞。《唐韻》：蘇本切。《集韻》：鎖本切。丛音損。《說文》：切孰肉內於血中和也。《博雅》：膞，臛也。又《通雅》：肺膞，肉蒸菜也。盧湛《祭注》曰：四時祭皆用肺膞。《釋名》：肺膞，饌也，以米糝之，如膏饌也，即今蒸菜。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部一〇畫》 膍。《集韻》：壯仕切，音滓。食也。○按：即肉脾也。《齊民要術》有作脾肉法。又《五音集韻》：囟古作脾。註：詳口部三畫。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部一二畫》 臢。《廣韻》：蘇本切，《集韻》：鎖本切，丛音損。《說文》：切熟肉，再煮也。《釋名》：臢，鐫也，以米糝之，如膏饌也。又《齊民要術》有肺臢法。又《廣韻》：士戀切，《集韻》：雖戀切，《正韻》：除戀切，丛音饌。又《集韻》：徂悶切，音鐏。又《正韻》：雛產切，音撰。義丛同。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部一二畫》 臏。《唐韻》：所鳩切，《集韻》、《韻會》、《正韻》：疎鳩切，丛音搜。《說文》：乾魚尾臏臏也。《廣韻》：乾魚尾。《玉篇》：臏臏，乾魚也。又《集韻》：蘇后切，音叟。義丛同。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部一二畫》 臛。《唐韻》：呼各切，《集韻》、《韻會》、《正韻》：許各切，丛音霍。《說文》：肉羹也。《玉篇》：肉汁。《廣韻》：肉羹。《禮・內則》：雉兔鶉鴽，皆有軒骨，去翅四，九物，和爲眡臛。註：臛，肉汁也。又《廣韻》：鳥名。《爾雅・釋鳥》：鸛鵝，鴻雁。註：今江東呼鴻雁爲鵝鴚，鵝鴚聲轉爲臛。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部一三畫》 臐。《唐韻》：房吻切，《集韻》、《韻會》、《正韻》：父吻切，丛音憤。《說文》：臛也。《廣韻》：切熟肉也。《博雅》：臐，臛也。《急就篇》註：臐，麤切生肉也。又《廣韻》：浮鬼切，《集韻》：父尾切，丛音陫。臛多汁也。又《集韻》：符非切，音肥，義同。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部一三畫》 膾。《唐韻》、《集韻》、《韻會》、《正韻》丛古外切，音檜。《說文》：細切肉也。《玉篇》：肉細切者爲膾。《釋名》：膾，會也，細切肉令散，分其赤白異，切之己，乃會合和之也。《韻會》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《禮・曲禮》：膾炙處外。又《博雅》：膾，割也。又《廣韻》：魚膾。《詩・小雅》：魚鱉膾鯉。又《韻會》：國名。堯欲伐宗膾。宗膾，小蕃國。《集韻》：或从魚。

張玉書等《康熙字典・未集下・肉部一六畫》 臑。《廣韻》：一鹽切，《集韻》：徐廉切，丛音燸。《說文》：於湯中爓肉。《玉篇》：沈肉於湯中也。《廣韻》亦作煔。

張玉書等《康熙字典・酉集下・酉部九畫》 醑。《集韻》：乃感切，音湳。《玉篇》：煮也。《集韻》：臛也。《五音集韻》：煮肉。《玉篇》：亦作胹。

張玉書等《康熙字典・未集補遺・肉部》 膍。《集韻》：壯仕切，音滓。食也。鵝鴨炙也。

王念孫《廣雅疏證》卷八上 胾臏，臠也。

《說文》臠，切肉臠也。字或作脟。《呂氏春秋・察今篇》：嘗一脟肉而知一鑊之味。《淮南子・說山訓》：脟作臠，臠者，分割之名。《史記・司馬相如傳》：子虛賦脟割輪淬。集解引郭璞云：脟，臏也，音臠。《曲禮》左殽右胾。鄭注云：殽，骨體也。胾，切肉也。殽在俎，胾在豆，臏之言剸也。卷一云：剸，斷也。《說文》：臏，切肉也。《淮南子・繆稱訓》：同味而嗜厚臏者，必其甘之者也。高誘注云：厚臏，厚切肉也。

綜述

劉安《淮南鴻烈解》卷二〇《泰族訓》 今夫祭者，屠割烹殺，剥狗燒豕，調平五味者，庖也。【略】

王念孫《廣雅疏證》卷八上 鯆、脘、膊、腊、臕、炰、脩、腒、脯、脩也。《漢書・東方朔傳》云：乾肉爲脯。《釋名》云：脯，搏也，乾燥相搏著也。《周官》：腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊，臕胖之事。鄭注云：大物解肆乾之，謂之乾肉。薄析曰脯，捶之而施薑桂曰鍛脩。腊，小物全乾者。鯆與脩聲近而義同。《説文》：臘，乾魚尾臘臘也。引《周官》：庖人腒臘，今本作腒鱐。鄭衆注云：腒，乾雉。鱐，乾魚。康成注：内則與此同。邊人朝事之籩，其實鱐黄，白黑形鹽，臕鮑魚鱐。注云：鱐者，析幹之，出東海。鱐，各本譌作鯆，惟影宋本，皇甫本不譌。《説文》：脘，胃脘也。《漢書・貨殖傳》濁氏以胃脯而連騎。晉灼注云：今太官常以十月作沸湯爓羊胃，以末椒薑扮之，曝使燥是也。《説文》：膊，薄脯，膊之屋上也。《徐鍇傳》云：今人謂作脯爲膊脯也。《方言》：膊，曝也，燕之外郊，朝鮮洌水之間，凡曝肉謂之膊。《釋名》云：膊，迫也。薄掇肉，迫著物使燥也。《春秋繁露・求雨篇》云：敬進清酒膊脯。《説文》：昔，乾肉也。籀文作𦞦，隸作腊。《釋名》云：腊，乾昔也，噬嗑六三噬腊肉。馬融注云：晞於陽而煬於火曰腊肉。鄭注：腊人云腊之言夕也，餘見卷二。腊，乾也。一作熟。取木而然之曰薪。木之已燒者曰炭。蔵爲荎，謂荻也，蔵五患反荻音敵其新生者曰葥。他覽反。葭爲蓳，謂蘆也。葭音加。蘆音盧。二者亦薪之類，可然燎也。炊孰生者，謂烝煮生物使之爛孰也。

史游《急就篇》卷三《第一六章》 膹膾炙𢹂各有形。膹，房吻反。膾，古外反。炙、之夜反。𢹂，倉吏反。

膹，臠切生肉也。膾，細切生肉也，亦或以魚。黄氏曰：膹音憤，切孰肉也。炙謂炙之於火上也。炙音之弋反，其字從夕火。炙，𢹂之。炙，之夜反，其字从肉。𢹂，大臠也，各有形，言別異不同也。

史游《急就篇》卷三《第一七章》 肌腸脯腊魚臭腥。腸音弱。

肌，肉也。肉表皮裏曰腸。而灼反。《説文》云：肉表革裏。黄氏曰腸，脆，膵也。膊而乾者謂之脯，合骨全乾一作節謂之腊。膊，普各反。腥者，魚之臭。之須賜，皆掌之。

脩，脯也。

凡祭祀之致福者，受而膳之。

膳夫受之，以給王膳。

以摯見者亦如之。

以羔鴈爲摯見者，亦受以給王膳。並同上

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一七漢鄭衆《周禮鄭司農解詁》卷一 庖人掌共

六畜、六獸、六禽，辨其名物。

六獸：麋、鹿、熊、麗、野豕、兔。六禽：鴈、鶉、鶉、雉、鳩、鴿。鄭注釋文引鶉在鴿下。《文選》卷三十五張景陽《七命》注引與注同

凡其死生鱻薨之物，

鮮謂生肉，薨謂乾肉。鄭注

春行羔豚，膳膏香，夏行腒鱐，膳膏臊，乾雉。鱐，乾魚。膏臊，豕膏也。鄭注釋文引膳膏臊。

膏香，牛脂也，以牛脂和之。腒，

引豕膏也句

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一八鄭衆《周禮鄭司農解詁》卷四 小子

掌祭祀，羞羊肆、羊殽、肉豆。

羞，進也。羊肆，體薦，全烝也。羊殽，體解節，折也。肉豆，切肉也。鄭注

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一八鄭衆《周禮鄭司農解詁》卷四 凡祭祀饗

賓制，其從獻脯燔之數量。

從獻者肉殽從酒也。鄭注

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一九杜子春《周禮杜氏注》卷上 庖人

共喪紀之庶羞，賓客之禽獻。

獻，古文爲獻當爲獻。鄭注

春行羔豚膳，膏香。夏行腒鱐膳，膏臊。秋行犢麛膳，膏腥。冬行鴈羽膳，

膏羶。

膏臊犬膏，膏腥豕膏也，鮮魚也，羽鴈也，膏羶，羊脂也。鄭注　釋文引鮮杜云鮮羽鴈也有脫誤

王充《論衡》卷七《道虛篇》 髮白雖吞藥養性，終不能黑，黑青不可復還，老衰安可復却。黄之與白，猶肉腥炙之燋，魚鮮煮之熟也。燋不可復令腥，熟不可復令鮮，鮮腥猶少壯，燋熟猶衰老也。

許慎《淮南鴻烈解》卷一六《説山訓第一六》 遺人馬而解其羈，遺人車而税其轙，轙所以縛衡也。所愛者少而所亡者多。故里人諺曰：烹牛而不鹽，敗所爲也。享羹不與鹽不成羹，故曰敗所爲羹也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 膮，奥也，藏肉於奥内，稍出用之也。膞，赴也，赴火乾之久則臭也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 分乾，切豬肉以梧，分乾其中而和之也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 血腸以血作之，增其酢豉之味，使苦，苦以消酒也。消膏而加菹其中，亦以消酒也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 脯炙，以餳蜜豉汁淹之，脯脯然也。

鄭玄《周禮注疏》卷一《天官冢宰第一》 膳夫，上士二人，中士四人，下士八人，府二人，史四人，胥十有二人，徒百有二十人。注：膳之言善也，今時美物曰珍膳。膳夫，食官之長也。鄭司農以《詩》説之曰：仲允膳夫。音義：膳，上戰反。疏：注釋曰：言膳夫，食官之長者，謂與下庖人，内外饗亨人等爲長也。司農引《詩》云者是《小雅》刺幽王詩，膳夫仲允爲之引證，與此膳夫爲一事也。

鄭玄《周禮注疏》卷一《天官冢宰第一》 庖人，中士四人，下士八人，府二人，史四人，賈八人，胥四人，徒四十人。注：庖之言苞也，裹肉曰苞苴。賈，主市買，知物買。音義：庖，徐扶交反。賈，鄭徐音古，劉音嫁下放此。裹音果。苴，子餘反。物買，音嫁。疏：注釋曰：言庖者，今之廚，轉作苞者，欲取庖人。主六獸六禽，以供庖廚，有裹肉之意也。又云裹肉曰苞苴者。詩云：野有死麕，白茅包之。《禮記・内則》云：炮取豚，若將編萑以苴之，皆是裹肉之物。故云裹肉曰苞苴也。又云：賈主市買，知物買者。下文九職，鄭注行曰：商處曰賈。賈乃在市而處者，故知物買此，特有賈人者，庖人牲當市之故也。

鄭玄《周禮注疏》卷一《天官冢宰第一》 内饗，中士四人，下士八人，府二人，史四人，胥十人，徒百人。注：饗，割烹煎和之稱。内饗所主在内。音義：饗，鄭於容反。亨，戚普庚反。劉普孟反。稱，尺證反。疏：釋曰：饗，和也。熟食曰饗，熟食須調和，故號曰饗。注釋曰：其職云掌王及后世子之割亨。割亨即須煎和，故云：割亨煎和之稱。又云：所主在内者，以其掌王及后世子及宗廟，皆是在内之事。

外饗，中士四人，下士八人，府二人，史四人，胥十人，徒百人。注：外饗，所主在外。疏：注釋曰：案其職云，掌外祭祀及邦饗，孤子者老割亨，皆是在外之事，故云所掌在外也。此饗有内外可對，故云内外饗。至於内宰、内豎、内司服，自掌婦人之事而稱内，不對外爲名也。

亨人，下士四人，府一人，史二人，胥五人，徒五十人。注：主爲外内饗煮肉者。音義：亨，劉普庚反。爲，於僞反，下爲主同。疏：注釋曰：其職云，給外内饗亨事，故云爲外内饗煮肉也。

鄭玄《周禮注疏》卷一《天官冢宰第一》 甑人，下士四人，府二人，史二人，徒十有六人。音義：甑，必列反。疏：釋曰：案其職云祭祀，供甑簋蜃，亦是供食物，故在此也。

腊人，下士四人，府二人，史二人，徒二十人。注：腊之言夕也。音義：腊音昔。疏：釋曰：注腊之言夕也，乾曰腊，朝曝於夕乃乾，故云腊之言夕。或作久字，久乃乾成，義亦通也，以其供脯腊膴胖食物，故亦在此也。

鄭玄《周禮注疏》卷四 膳夫掌王之食飲膳羞，以養王及后世子。注：食，飯也。飲，酒漿也。膳，牲肉也。羞，有滋味者。凡養之具，大略有四。音義：食音嗣。注：及下食用，公食同。飯，扶萬反。依字作飰。疏釋曰：云膳夫掌王之食飲者，此一經以其職首，故略舉其目下，別敘之。云以養王及后世子者，舉尊者而言其實，卑臣及三夫人已下亦養之。注釋曰：云食飯也者，即下文云食用六穀是也。云飲酒漿也者，即下文飲用六清是也。下文不言酒文略也。云膳牲肉也者，即下文云膳用六牲是也。云羞有滋味者，即下文云羞用百有二十品是也。下文仍有珍用八物，醬用百有二十瓮，不言之者，此舉大者，大略有四，是舉以爲目也。凡王之饋食用珍醬是饋之小者，略而不言。故鄭云凡養之具，大略有四，是舉以爲目也。凡王之饋食用六穀，膳用六牲，飲用六清，羞用百二十品，珍用八物，醬用百有二十瓮。注：進物於尊者曰饋，此饋之盛者，王舉之饌也。公食大夫，《禮・內則》下大夫十六，上大夫二十，其禽獸以備滋味，謂之庶羞。公食大夫六牲，馬牛羊豕犬雞也。羞出於牲及禽獸。案：《聘禮》致饔餼，注云：飪，一牢鼎十有二是也。聞珍謂淳熬、淳母、炮豚、炮牂、擣珍、漬、熬肝膋也。醬謂醢醢也。王舉則醢人共醢六十甕，以五齊、七醢、七菹、三臡實之。醢人共韲菹醢物六十甕。鄭司農云羞，進也。六穀，稌黍稷粱麥菰。菰，雕胡也。六清，水漿醴醷醫酏。音義：齊徐劉音粢，屋貢反。饌，仕眷反。盡，津忍反。淳，之純反。下同。熬，五刀反。母，莫胡反，一音武由反。炮，步交反。牂，作郎反。擣，丁老反。膋，了雕反。韲，作西反。醢，劉奴兮反，徐耳齊反。稌音杜，徐他古反。菰，古吳反。醷本又作涼，力羊反。徐於計反。醫，徐力放反。酏，以支反。劉，書支反。疏注釋曰：鄭云進物於尊者曰饋者，據此文云，王之饋及少牢特牲，皆云饋食，是進物於尊者曰饋。鄭注玉府云：通行曰饋者，彼對獻，是進物於尊則饋，是通行也。云此饋之盛者，王舉之饌也。下文云：王日一舉，鼎十有二，是王舉之饌也。云六牲馬牛羊豕犬雞者，此依《爾雅》釋畜，亦是將用之曰牲也。云羞出於牲及禽獸者，釋經羞用百有二十品。此羞庶羞皆出於牲及禽獸。【略】案：《內則》淳熬，煎醢加於陸稻上，沃之以膏，曰淳熬。淳母，煎醢加於黍食上，沃之以膏，曰淳母。母，模也。炮，取豚若牂，刲之刳之，實棗於其腹中，編萑以苴之，塗皆乾，炙之淳手以摩之，去其皾爲稻粉，糔溲之以爲酏，以付豚，煎諸膏，膏必滅之。鉶芼，羹牛藿羊苦鹿麋之肉必胹，每物與牛若一捶反側之，去其餌，熟出之，去其皾，柔其肉。清取牛羊肉，必新殺者，薄切之，必絶其理。湛諸美酒期朝，而食之以醢，若醯醢爲熬。捶之去其鹼，編萑布牛肉焉，屑桂與薑，以灑諸上而鹽之，乾而食之。施羊亦如之。肝膋，取狗肝一幦之，以其膋濡，炙之舉燋，其膋不蓼也。是爲八珍，彼有穆與衎，彼是羞豆之實，非珍，故不取。云醬謂醢醢也者，醬是總名，知醬中兼有醢醢者。經云百有二十甕，醢人共醢六十甕，醢人共醢物六十甕。故鄭注：醢人兼引之，其五齊七醢等，就醢人具釋。鄭司農云：六穀，知有稌黍稷粱麥菰者，據食醫而知。云菰，雕胡也者，南方見有菰米，一名雕胡。異方語云：六清，水漿醴醷酏者，漿人文也。王日一舉，鼎十有二物，皆有俎。注：殺牲盛饌曰舉，王日一舉，以朝食也。后與王同庖，鼎十有二，牢鼎九，陪鼎三。物謂牢鼎之實，亦九俎。音義：朝如字下，奉朝同陪，徐浦來反。疏釋曰：言王日一舉者，謂一日一大牢，云鼎十有二者。案：《禮記・郊特牲》：鼎俎奇而籩豆偶者，謂正鼎九，陪鼎三，即是奇數。總而言之，即十二。云物皆有俎者，俎據正鼎，而鼎各一俎。注釋曰：殺牲盛饌曰舉，知非舉樂者，以其言鼎十有二。膳夫主飯食，故知舉是殺牲盛饌。云王日一舉，以朝食也者，同食一舉。案：《玉藻》云：皮弁以日視朝，遂以食日中而餕。餕者，餕朝之餘則遂以食之，謂朝之食。明知先朝食，次乃日中而餕。云后與王同庖。案：《聘禮》致饔餼，注云：不特殺明后亦與王同庖。可知云鼎十有二，牢鼎九，陪鼎三者。案：《玉藻》云：皮弁以日視朝，遂以食日中而餕。餕者，餕朝之餘則遂以食之，謂朝之食。明知先朝食，次乃日中而餕。云后與王同庖。案：《聘禮》致饔餼，注云：不特殺明后亦與王同庖。可知云鼎十有二，牢鼎九，陪鼎三者。案：《玉藻》云：皮弁以日視朝，遂以食日中而餕。餕者，餕朝之餘則遂以食之，謂朝之食。明知先朝食，次乃日中而餕。云后與王同庖。案：《聘禮》致饔餼，注云：不特殺明后亦與王同庖。可知云鼎十有二，牢鼎九，陪鼎三者。也，牢鼎九設於西階前，牛羊豕魚腊腸胃同鼎，膚鮮魚鮮腊。云陪鼎三者，當內兼臐膮膷臐，並陪牛羊豕鼎後是也。云物謂牢鼎之實者，言實即牛羊豕之類也。云亦九俎者，陪鼎三臐膮膷臐者，謂庶羞在於豆，唯牢鼎之物各在俎，故云亦九俎。案：趙商問王日一舉，鼎十有二，是爲三牲備焉。【略】

鄭玄《周禮注疏》卷四 凡用禽獻，春行羔豚膳膏香，夏行腒鱐膳膏臊，秋行犢麛膳膏腥，冬行鴈羽膳膏羶。注：用禽獻，謂煎和之以獻王。鄭司農云：膏香，牛脂也，以牛脂和之。腒，乾雉。鱐，乾魚。膏臊，豕膏也，以豕膏和之。杜子春云：膏臊，犬膏。膏腥，豕膏也。膏羶，羊脂也。玄謂膏腥，雞膏也。羔豚物生而肥，犢與麛物成而充。腒鱐暵熱而乾，魚鴈水涸而性定。此八物者，得四時之氣尤盛，爲人食之弗勝，是以用休廢之脂膏，煎和膳之。牛屬司徒，土也。雞屬宗伯，木也。犬屬司寇，金也。羊屬司馬，火也。音義：膏香，《禮記》作蕭音同。腒，其居反。鱐，所留反。臊，素刀反。杜云：犬膏也。司農及干云豕膏也。腥音星。杜云豕膏。鄭干云：雞膏也。或作雉膏。鱐羽，鄭云鮮魚也。羽，鴈也。杜云鮮，羽鴈也。羶，書然反，羊脂也。和胡卧反。下文同暵，呼旱反。劉，呼曰

反。涸，胡洛反。徐，户格反。爲，於僞反。疏：釋曰：言凡用禽獻者，四者不同，故言凡也。煎和謂之用，故云凡用禽獻也。云春行羔豚膳膏香者，言行者義與用同。春用羔豚者，草物始生，羔豚食而肥。膳膏香者謂牛膏，春木王火相土死，羔豚爲其太盛，牛屬中央土，故以死之。脂膏殺其氣。夏行腒鱐膳膏臊者，腒謂乾雉，鱐謂乾魚。膏臊，犬膏。腒鱐，夏之暵熱而乾，故食之爲其太盛。夏時金死，犬屬西方金，故用死之脂膏煎和之。云秋行犢麛膳膏腥者，秋時草物有實，犢麛食之而肥，故秋用犢麛。膏腥謂雞膏，雞屬東方木時，木死，故用死之脂膏煎和之。云冬行鴈羽膳膏羶者，鮮謂魚，羽謂鴈，冬魚之性定，鴈又新來，故用食之。膏羶謂羊膏，羊屬南方火，冬時火死，魚鴈食之太盛，故用死之脂膏，煎和之。五行不言北方豕之脂膏者，以其中央土，王分於四時，土賊水但無中央，食法故不言豕之脂膏也。注釋曰：云用禽獻謂煎和以獻王者，殺牲謂之用，煎和謂之膳。用膳相將之言，故以煎和解用。上言賓客之禽獻，此用禽以王爲主，故言獻王。鄭司農云：膏香，牛脂也者。案：《内則》鄭注釋者曰：膏凝者曰脂，彼是相對之義，通而言之，脂膏一也。故司農以脂解膏。云腒，乾雉者，以士相見。云冬用雉，夏用腒，故知腒乾雉也。云鱐，乾魚者。邊人職云：魚，鱐，此鱐、腒同是夏用之。腒既是乾雉明，鱐是乾魚。云膏臊，豕膏也者。經云：夏行腒鱐膳膏臊。此經四時所膳者，皆取所賊死之脂膏，火賊金，即膏臊，犬膏也，不得云北方豕膏。又杜子春云：膏臊犬膏者，於義是也。云膏腥，豕膏也者，於義非也，以其秋行犢麛。秋時金王，金剋木，雞屬東方，木則膏腥，雞膏也，不得爲豕膏。云鮮，魚也。羽，鴈也者。《尚書》益稷云：予決九川，距四海濬畎澮距川，暨稷播奏，庶艱食鮮。食鮮出於川，故知鮮魚也。又此鮮對羽，故知鮮是魚，知羽是鴈者，以其禽摯中有羔雉鴈，此禽獻中已有羔雉明，亦有鴈，故以羽爲鴈也。玄謂膏腥，雞膏也者，破子春豕膏，云魚鴈水涸而性定者。注：《月令》云，天根見九月末，是水涸在九月末十月初。云是以用休廢之脂膏者。【略】歲終則會，唯王及后之膳禽不會。注：膳禽，四時所膳，禽獻加世子，可以會之。疏：注釋曰：上膳夫，夫職所掌者是其正，此禽獻者，是其加世子可以會，故歲終則唯王，及后之膳不會，世子則會之矣。

鄭玄《周禮注疏》卷四

内饗，掌王及后世子膳羞之割，烹煎和之事，辨體名肉物，辨百品味之物。注：割，肆解肉也。享，煮也。煎，和齊以五味。體名脊肩臂臑之屬，肉物截爛之屬，百品味庶羞之屬，言百舉成數。音義：享，普更反。注及下同。肆，託歷反。齊，才細反。截，側吏反。臑音爛，本亦作爓。疏：注釋曰：知割，肆解肉者，謂《士虞禮》云：四肆去蹄。此明割是肆解肉。云煎和齊以五味者，凡言和則謂之胖。鄭司農云：刑膾，謂夾脊肉者。刑、膾爲二物有明文。先鄭以爲刑膾，夾脊肉，故後鄭不從，云或曰膂肉也者，無所出。後鄭亦不從。云骨鱐，謂骨有肉者，骨自是牲體，鱐自是乾魚。先鄭合爲一，故後鄭亦不從。玄謂刑，鉶羹也者。案：特牲有鉶羹，謂鉶器盛豕腍，設於薦南，故名鉶羹。云膾朕，肉大臠，所以祭者。公食大夫禮云：庶羞皆有大，謂大臠據肉而言。案：有司徹云，主人亦一魚加膾祭於其上。此據魚而言也。膾又詁爲百。故鄭云舉成數。王舉則陳其鼎俎，以牲體實之。

大，故云膴膴，肉大臠所以祭者也。云骨牲體也者，謂若體解二十一，雖據骨而言，皆擬所食。故云骨有肉。云鱐乾魚者，前云夏行腒鱐，與彼同，故爲乾魚。凡王之好賜肉脩，則饗人共之。注：好賜王所善而賜也。音義：好，呼報反。注同。疏：釋曰：言好賜者，謂羣臣王所愛好，則賜之肉脩，饗人共之。

鄭玄《周禮注疏》卷四 外饗，掌外祭祀之割享，共其脯脩刑膴，陳其鼎俎，實之牲體魚腊。凡賓客之飧饔餼食之事，亦如之。注：飧，客始至之禮。饔，既將幣之禮。致禮於客，莫盛於饔。音義：食音嗣。疏：釋曰：云掌外祭祀之割享者，謂天地、四望、山川、社稷、五祀、外神，皆掌其割享。云共其脯脩刑膴者，如上釋。云陳其鼎俎，實之牲體魚腊者，謂若鼎十有二者也。云凡賓客之飧饔餼食之事，亦如之者，謂所陳之數，如宰夫職所云者也。皆以外饗共之，故言亦如之。注釋曰：言飧客始至之禮者，宰夫職已釋訖，云饔既將幣之禮者。案：聘禮記云，聘日致饔。鄭注云：急歸大禮。鄭云將幣者，即是聘享也。若諸侯來朝，亦朝日致之也。云致禮於賓客，莫盛於饔者，以其饔之中，有飪有腥有牽，又有酒有米兼燕與食，其中芻薪米禾又多，故朝聘之日，致之是以。鄭云：急歸大禮，故云莫盛於饔也。

鄭玄《周禮注疏》卷四 腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膴胖之事。注：大物解肆乾之，謂之乾肉。若今涼州鳥翅矣。音義：腊小物全乾。音義：肆，勅歷反。腶，之藥反。疏：釋曰：云掌乾肉已下文者，並是薄析曰脯，椎之而施薑桂曰鍛。脩，獸人所共獸人云凡獸入於腊人注釋曰云，若今涼州鳥翅者，解肉乾之狀也，云小物全乾者。案：特牲云，陳鼎於門外，楹在其南，南順實獸於上。又云宗人舉獸尾，告備是其全者。士用兔是，其小物全乾。少牢用麋，不云舉獸尾，則未全若然，則天子諸侯之所用雖無文，其獸必大，亦不必全。今云全者，據有全者耳。趙商問腊人掌，凡乾肉而有膴胖何。鄭答雖鮮亦屬腊人。

鄭玄《周禮注疏》卷四 亨人，掌共鼎鑊，以給水火之齊。注：鑊所以煮肉及魚腊之器。既孰乃胥於鼎，齊多少之量。音義：齊，才細反。注同。疏：注釋曰：云鑊所以煮肉及魚腊之器者。案：少牢饋在廟門外之東，大夫五鼎，羊豕腸胃魚腊各異鑊，鑊別有一鼎，鑊中肉孰，各升一鼎。故鄭云既孰，乃胥於鼎。云齊多少之量者，此釋經給水火之齊，謂實水於鑊，及饔之以火，皆有多少之齊。職外内饗之饔亨煮辨膳羞之物。注：職，主也。饔，今之竈，主於其竈煮物。音義：饔，七亂反。疏釋曰：亨人主内外饗饔竈亨煮之事，云辨膳羞之物者，膳羞則牛鼎之物是也。注釋曰：云饔今之竈者。《周禮·儀禮》皆言饔。《論語》王孫賈云，寧媚於竈。《禮記·祭法》：天子七祀之中，亦言竈。若然自孔子已後，皆言竈，故鄭云饔，今之竈。祭祀共大羹鉶羹，賓客亦如之。注：大羹肉湆。鄭司農云：大羹不致五味也。鉶羹加鹽菜矣。音義：羹音庚，又音衡，下同湆，去及反。疏釋曰：云祭祀共大羹者。大羹肉湆盛於登，謂大古之羹，不調以鹽菜及五味也。鑊中煮肉汁，一名湆，故鄭云大羹肉湆。云鉶羹者，皆是陪鼎，臑膊膉牛，用羔羊，用苦豕，用薇，調以五味，盛之於鉶器，即謂之鉶羹。若盛之於豆，即謂之庶羞，即公食大夫十六豆臑膊膉骫等也。云賓客亦如之者，謂若致饔餼及殯禮，皆有陪鼎，則鉶羹也，饗食亦應有大羹，故云賓客亦如之。

鄭玄《周禮注疏》卷四《考證》 庖人掌共六畜六獸六禽。疏：六禽之内有鶉鶉鳩鴿四者。○禽，監本訛畜，今改正。

鄭玄《周禮注疏》卷六 醢人掌四豆之實，朝事之豆，其實韭菹醓醢，昌本麋臡，菁菹鹿臡，茆菹麋臡。注：醓，肉汁也。昌本，昌蒲根，切之四寸爲菹。三臡亦醢也，作醢及臡者，必先脾乾其肉，乃後莖之，雜以粱麴及鹽，漬以美酒，塗置瓶中，百日則成矣。鄭司農云：麋臡，麋骨爲醢。或曰麋臡，醬也。有骨爲臡，無骨爲醢。菁菹韭菹，鄭大夫讀茆爲茅。茅菹，茅初生或曰茆，水草。杜子春讀茆爲卯。玄謂菁，蔓菁也。茆，鳧葵也。凡菹醢，皆以氣味相成，其狀未聞。音義：韭音久。菹，莊魚反。醓，吐感反。本又作盜，或一音昌審反。臡，乃兮反，又人齊反。菁，作寧反，又音精，茆音卯，北人音柳。麋，京倫反。脾，普博反。莖，倉卧反。骨，户諫反，徐户幹反。蔓音萬，又莫干反，徐音蠻。疏：釋曰：言四豆之實者，豆與籩竝設節數，與四籩同時，亦謂朝事饋食加豆羞，豆之實是也。言朝事之豆者，亦謂朝踐節。云其實韭菹醓醢者，於豆内窾菹之類，菜肉通全物。若臡爲菹，細切爲齏，又不言菹者，皆是窾，則昌本之類是也。言昌本，本，根也，昌，蒲根，爲窾。言麋臡者，以麋肉爲醢，以其并骨爲之，則曰臡菁菹鹿臡茆菹麋臡，爲八豆，竝后設之。注釋曰：言醓肉汁者，醢者以肉爲之，醢汁即是肉汁。云昌本，昌蒲根者，本訓根。云切之四寸爲菹者，但菹四寸無正文，蓋以一握爲限。一握則四寸也，即是全物。若臡云作醢及臡已下者，鄭以當時之法解之。案：《王制》云，一爲乾豆。鄭注云：謂腊之以爲祭祀。豆實也，脯非豆實，亦謂作醢，始得在豆，與此先脾乾其肉義合。鄭司農云：麋臡麋骭髓醢，此義後鄭不從。云或曰麋臡，醬也，有骨爲臡，無骨爲醢，後鄭從之。又菁菹韭菹者，以菁爲韭，菁於義不可，後鄭不從。若爲菲字，菲則蔓菁，於義爲是，後鄭不應破之。明本作韭，不作菲也。鄭大夫讀茆爲茅，茅菹，茅初生者，茅草非人可食之物，不堪爲菹。或曰茆，水草，後鄭從之。杜子春讀茆爲卯，於義亦是。玄謂菁，蔓菁者，破司農爲韭菁。云茆，鳧葵也者，增成子春等義。云凡菹醢，皆以氣味相成，其狀未聞者，經云韭菹醓醢已下，兩兩相配者，皆是氣味相成之狀，不可知，故云其狀未聞。饋食之豆，其實葵菹、嬴醢、脾析、蠯醢、蜃蚔醢、豚拍魚醢。注：嬴，蜾蠃。蜃，大蛤。蚔，蛾子。鄭司農云：脾析，牛百葉也。蠯，蛤也。鄭大夫、杜子春皆以拍爲膊，謂脅也，或曰豚拍肩也。今河間名豚脅聲，如鍛鍊。音義：嬴，力禾反。脾，婢支反，徐蒲佳反。析，星歷

反。蠯，蒲佳反，徐蒲雞反。蜃音市軫反。拍音博。蚹音移，又音夷。蝓音揄，又音由。蛤音閤。蛾，魚綺反。膊音搏，下鎛同。疏：釋曰：言餽食之豆者，亦與餽食之籩同時而薦。其實葵菹羸醢者，此八豆之內，脾析、蠯、豚拍三者不言菹，皆韭也。注釋曰：言羸蜬蝓，蠯大蛤，蚹蛾子，皆《爾雅》文。鄭司農云：脾析，牛百葉也者，無正文可破，故後鄭從之。云蠯，蛤也者，謂小蛤亦於簋人釋訖。鄭大夫、杜子春皆以拍爲髆，謂脅也者，此釋經豚拍謂豚脅也。云或曰豚拍肩也者，謂豚肩也。云今河間名豚脅聲如鍛鑄者，此子春等二人雖復爲豚肩解之，仍從前豚脅爲義，故云聲如鍛鑄。

鄭玄《周禮注疏》卷一二 【略】歌舞牲及毛炮之豚。注，謂君牽牲入時，隨歌舞牲及毛炮之豚者，謂造炮豚之時，則爛去其毛，以炮之也。注釋曰：案《禮記》祭義云：君牽牲入時，封人隨後歌舞。云博碩，肥腯也。云穆答君卿大夫，序從是君牽牲入時也。云隨歌舞之，言其肥香以歆神也者，解封人隨牲後歌舞之時節，及使神歆享之意。云毛炮豚者，爛去毛而炮之者，經直云毛炮，恐人以并毛炮之。案：《禮記・內則》有炮豚炮牂，皆編萑以苴之塗之，以堇塗之，以墐塗孰，乃擘去之。彼雖炮亦不言去毛炮之。鄭知去毛者，牂豚之毛，於牲無用，空以汙損牲體，故知凡炮者，皆去毛也。云以備八珍者，彼《內則》八珍之中，有炮豚，此炮豚與彼同，故知此炮豚以備足八珍也。鄭司農云：封人主歌舞，其牲云博碩肥腯者。此左氏桓公傳隨季良之辭，彼云奉牲以告曰：博碩肥腯引之者，證封人歌舞牲時，有此辭也。

鄭玄《儀禮注疏》卷一《士冠禮第一》 ○若殺則特豚，載合升離肺，實於鼎，設扃鼏。注：特豚，一豚也。凡牲皆用左胖，煮於鑊曰亨，在鼎曰升，在俎曰載。載合升離肺者，明亨與載，皆合左右胖。離割也，割肺者，使可祭也，可嚌也。今文扃爲鉉，古文鼏爲密。音義：殺如字。肺，芳吠反。扃，古螢反。扛，鼎也。鼏，亡歷反。鼎，覓也。胖，普半反。鑊，户郭反。亨，普庚反。劉音烹，又胡猷反。疏：釋曰：上醢子用乾肉不殺，自此至取邊脯以降，論夏殷醢子殺牲之事。殺言若者，是不定之辭，殺與不殺俱得云若也。云載合升者，在鼎曰升，在俎曰載。載在後，今先言載，後言升，又合字在載升之間，通言之者，欲見在俎在鑊，俱曰合也。云設扃鼏者，以茅覆鼎長，則束其本，短則編其中。案：冬官匠人廟門容大扃七個。注云：大扃，牛鼎之扃，長三尺。又曰閎門，容小扃參個。注云：小扃，鼏鼎之扃，長二尺，皆依漢禮。而知今此豚鼎之扃，當用小扃也。注釋曰：云特豚，一豚也者，此特若《郊特牲》之特，皆以特爲一也。云凡牲皆用左胖者。案：《特牲》少牢皆用右胖。《少儀》云：大牢則以牛左肩折九個，爲歸胙用左，則用右而祭之。鄉飲酒，鄉射，主人用右體，主人亦與祭同。用右者，皆據周而言也。此云用左，鄭據夏殷之法，與周異也，但士虞喪祭用左，反吉故也。云煮於鑊曰亨者。案：特牲云，亨於門外東方西面北上。注云亨，煮也，煮豕魚腊，以鑊各一鼏。詩云：誰能亨魚，溉之釜鬵。是鑊爲亨也。云在鼎曰升，在俎曰載者。案：昏禮云：特豚合升，又云側載，特牲亦云卒載加匕於鼎。少牢云：司爲升羊實於一鼎，皆是在鼎曰升，在俎曰載之文。但在鼎直有升名，在俎則升載兩稱也，故少牢云升羊載右胖，升豕其載如羊，有司徹亦云乃升。注云：升牲體於俎也者，是在俎，升載二名也。云載合升者，明亨與載皆合。左右胖者，以升載竝陳，又合在二者之間，故知從鑊至俎，皆合左右胖也。云離，割也，割肺者，使可祭也，可嚌也者。凡肺有二種，一者舉肺，一者祭肺。就舉肺之中，復有三稱，一名舉肺爲食而舉。二名離肺，少儀云：牛羊之肺，離而不提心也。三名嚌肺，以齒嚌之。此三者皆據生人爲食而有也。就祭肺之中，亦復有三稱，一者謂之祭肺爲祭，先而有之。二者謂之刊肺，刊切之使斷。三者謂之切肺，名雖與刊肺異，切肺則刊肺也。三者皆爲祭而有若然。切肺離肺指其形，餘皆舉其義稱也。云今文扃爲鉉，古文鼏爲密者，一部之內皆然不從，今文故雜之也。

鄭玄《儀禮注疏》卷二 大羹涪在爨。注：大羹涪，煮肉汁也。大古之羹，無鹽菜。爨，火上。《周禮》曰：羹齊視夏時。今文涪皆作汁。音義：大如字，又音太。羹，劉音户庚反。涪，去急反。爨，七亂反。疏：注釋曰：涪與汁一也，知大古之羹無鹽菜者。《左傳》桓二年，臧哀伯云：大羹不致。《禮記・郊特牲》云：大羹不和，謂不致五味，故知不和鹽菜。唐虞以上曰：大古有此羹，三王以來更有鉶羹，則致有五味，雖有鉶羹，猶存大羹，不忘古也。引《周禮》證大羹須熱，故在爨，臨食乃取也。

鄭玄《儀禮注疏》卷六《燕禮第六》 ○膳宰具官饌於寢東。注：膳宰，天子曰：膳夫掌君飲食膳羞者也。具官饌，具其官之所饌，謂酒也，牲也，脯醢也。寢，路寢。疏：釋曰：以其燕在寢，故膳宰具官饌於寢東，擬燕時設之。注釋曰：云膳宰，天子曰：膳夫掌君飲食膳羞者也者，以其天子有宰夫兼有膳夫，掌君飲食。諸侯亦有宰夫，復有膳宰，掌君飲食，與天子膳夫同，故引天子膳夫竝之。云具官饌，具官之所饌者，謂卿大夫士之饌，總饌之。大射亦用燕禮，直云官饌，不言膳宰，與此同。不言者，文不具。云謂酒也，牲也，脯醢也者。案：下所設亦有此三者，牲即其牲狗也。云寢路寢者，以其饗在廟服朝服下記。云燕朝服於寢正處，在路寢不在燕寢可知，故云路寢也。案：公食大夫云：凡宰夫之具饌於東房不使膳宰者，彼食異國之大夫敬之，故使宰夫具饌，此燕已臣子，故使膳宰。卑者具饌，必知膳宰卑於宰夫者。案：天子宰夫下，大夫膳夫上士，天子膳夫卑於宰夫，則知諸侯膳宰，亦卑於宰夫者也。

鄭玄《儀禮注疏》卷九《公食大夫禮第九》 臑以柬臐膮牛炙。注：臑，臂也。今時臛也。牛曰臑，羊曰臐，豕曰膮，皆香美之名也。古文臑作香，臐作薰。音

義：膾音香。膾，許云反。膾，呼堯反。炙，章夜反。膾，火各反，又火沃反。炙南醢，以西牛胾醢、牛鮨。注：先設醢緼之以次也。《內則》謂鮨爲膾。然則膾用鮨。今文鮨作鰭。音義：鮨，巨之反。注：鰭音同。疏：注釋曰：此云先設醢緼之以次，而特牲注云：以有醢不得緼也，與此先設醢緼之以次違者。大凡醢配胾是其正，而醢卑於胾。今牛羊豕胾皆在醢下者，直是緼之次，非尊卑之列。特牲以有一醢若緼之，當醢在胾上不成錯，故不得緼。少牢四豆羊胾醢，故得緼而錯與此同也。鮨南羊炙以東羊胾醢豕炙炙南醢以西豕胾芥醬魚膾。注：芥醬，芥實醬也。《內則》曰：膾春用葱，秋用芥，衆人腾羞者，盡階不升堂，授以蓋降出。注：腾當作媵，媵，送也。授，授先者一人。音義：媵，以證反，又繩證反。贊者，負東房告備於公。注：復告庶羞具者，以其異祭之事。饌。疏：釋曰：自此盡兼一祭之論，贊告饌具竟祭之事。

鄭玄《儀禮注疏》卷一三《既夕禮》

醢。注：脾讀爲雞脾，胇之脾。脾析，百葉也。蜱，蜂也。今文贏爲蝸。音義：脾，劉音毗，注同一音，婢支反。析，思狄及蜱皮佳反。贏，力禾反。胇，尺之反。蜂，步講反。蝸，力木反，又古華反。疏：釋曰：陳鼎既訖，又陳東方之饌於主人之南，前輅之東。其豆有四，脾析一，蜱醢二，葵菹三，贏醢四。案：《周禮》鄭注：醢人云細切爲齏，全物若膞爲菹，又云齏菹之稱菜肉通。又經不云菹者類皆是齏。則此經云脾析者，即齏也。注釋上文概鼎時，鄭云羊豕魚腊皆有鼏，令陳鼎宜各當其鼏。此三鼎在羊鼏之西，二鼎在豕鼏之西，故云魚腊從羊，膚從豕也。其實羊豕魚腊各有鼏也。此直有羊豕。前注言皆有鼏，可知魚腊皆有鼏。案：《士虞禮》云：側亨於廟門外之右東面，魚腊爨亞之，北上士之魚腊皆有爨，則大夫魚腊皆有鼏可知，故羊豕魚腊皆有鼏也。

鄭玄《儀禮注疏》卷一四《士虞禮》

古文腚爲挺，有乾肉折俎，二尹縮祭，半尹在西塾。注：乾肉，牲體之脯也，如今涼州烏翅矣。折以爲俎，實優尸也。尹，正也，雖其折之，必使正。縮，從也，古文縮爲蹙。音義：腚，徒頂反，又他頂反。翅，申豉反。疏：注釋曰：云涼州烏翅者，經云乾肉折俎，則漢時乾脯似之，故鄭以今曉古也。

鄭玄《儀禮注疏》卷一五《特牲饋食禮》

祝命爾，敦佐食爾，黍稷於席上。注：爾，近也，近之便尸之食也。設大羹涪於醢北。注：大羹涪，煮肉汁也。不和，貴其質，設之所以敬尸也。不祭不嚌，大羹不爲神，非盛者也。《士虞禮》曰：大羹涪，自門入。今文涪皆爲汁。音義：涪，去及反。疏：釋曰：云醢北者，謂薦左。案：公食大夫昏禮，大羹涪皆在鉶右，此在左者，神禮變於生人。士虞禮泰羹涪設於鋗南，在右與生人同，有不忍，異於生故也。注釋曰：云不和，貴其質者。案：桓二年，左氏傳云：大羹不和以鹽菜，是貴其質也。云不爲神者，陰厭時未設尸，來始設爲尸，故《士虞記》云：無尸則禮，及燕饗皆如初不接，祭無大羹涪，祭統云：獻熟有尸，即有大羹涪。祭不嚌，是不爲神，爲尸非盛者也。引《士虞禮》曰：大羹涪自門入者，證迎尸後，乃從獻來也。

鄭玄《儀禮注疏》卷一六《少牢饋食禮》

東南北上。注：雍人掌割烹之事者。爨，竈也，在門東南，統於主人。北上羊豕魚腊，皆有竈。竈西有鼏，凡概者，皆陳之而後告絜。音義：概，古愛反。疏：注釋曰：云雍人掌割烹之事者。《周禮》甕人職文云：凡概者皆陳之而後告絜者。案：特牲視濯時，皆陳之，視訖告絜。此亦當然。

鄭玄《儀禮注疏》卷一六《少牢饋食禮》

奚定，雍人陳鼏五，三鼏在羊鼏之西，二鼏在豕鼏之西。注：魚腊從羊，膚從豕，統於牲。音義：定，多佞反。疏：注釋曰：自此盡管巾於西階東，論鼏及豆籩盤匜等之事。注釋曰：云魚腊從羊，膚從豕，統於牲者。案：公食大夫云：饪人陳鼏。鄭注云：饪人，亨人，故使雍人與亨人聯職。故亨人云：職外內饔之爨亨，故使饔也。云魚腊從羊，膚從豕者。上文概鼏時，鄭云羊豕魚腊皆有鼏，令陳鼏宜各當其鼏。故云魚腊從羊，膚從豕也。其實羊豕魚腊各有鼏也。此三鼏在羊鼏之西，二鼏在豕鼏之腊皆有鼏。案：《士虞禮》云：側亨於廟門外之右東面，魚腊爨亞之，北上士之魚腊皆有爨，則大夫魚腊皆有鼏可知，故羊豕魚腊皆有鼏也。

鄭玄《儀禮注疏》卷一六《少牢饋食禮》

雍人倫膚九，實於一鼏。注：倫，擇也。膚，脅革肉，擇之取美者。疏：注釋曰：知脅革肉者。下文云膚九而俎，亦橫截革順，故知膚是脅革肉也。

鄭玄《儀禮注疏》卷一七《有司徹》

尸坐執爵以興，次賓羞羊燔縮，執俎縮，一燔於俎上，鹽在右，尸左執爵，受燔擩於鹽，坐振祭嚌之，興，加於羊俎，賓縮執俎以降。注：燔，炙。疏：注釋曰：案《詩》云：載燔載烈。注云：傅火曰燔，貫之加於火曰烈，烈則炙也，彼以燔相對則異。此云燔炙者，燔之傅火，亦是炙類，故曰燔炙。

劉邵《人物志》卷中《材能第五》

材能大小，其準不同，量力而任，所任乃濟。或曰人材有能大而不能小，猶函牛之鼎，不可以烹雞。愚以爲此非名也。夫人材猶器大小異，或者以大鼎不能烹雞，喻大材不能治小，失其名也。【略】若夫雞之與牛，亦異體之小大也，鼎能烹牛，亦能烹雞，銚能烹雞，不能烹犢。故鼎亦宜有大小，若以烹犢，

則豈不能烹雞乎。但有宜與不宜，豈有能與不能。故能治大郡，則亦能治小郡。

郭璞《爾雅注疏》卷四《釋器第六》 肉謂之羹。注：肉臛也。《廣雅》曰：涪。見《左傳》。魚謂之鮨。注：鮨，鮭屬也。見公食大夫禮。肉謂之醢。注：肉醬。有骨者謂之臡。注：雜骨醬。見《周禮》。音義：羹又作膷，同古衡、下庚二反。醢，火各、火沃二反。《字林》云：肉羹也。涪，丘及反，汁也。鮨，巨伊反。《字林》止尸反。鮭，側下反。食音嗣，又作飤，音同。醢，虎改反。臡本又作膋，同奴黎反。《字林》作膚，音人兮反，謂有骨醢也。疏此辨魚肉所作食味之名也。肉之所作醢，名羹。魚所作鮭，名鮨。以肉作醬名醢，有骨相雜者名臡。云肉臛也者，《儀禮》所謂臐膮是也。云《廣雅》曰涪者，則彼云羹，謂之涪是也。云見《左傳》者。案：隱元年，鄭伯賓其母姜氏於城潁，而誓之曰：不及黃泉無相見也。既而悔之。潁考叔爲潁谷封人，聞之有獻於公。公賜之食，食舍肉。公問之。對曰：小人有母皆嘗小人之食矣，未嘗君之羹，請以遺之。是謂肉爲羹也。云鮨，鮭屬也。案：公食大夫禮云：牛炙南醢，以西牛胾醢牛鮨。鄭注云：《內則》謂鮨爲膾。然則膾用鮨是也。云雜骨醬，見《周禮》。案：醢人職云：掌四豆之實，朝事之豆，其實韭菹醃醢，昌本麋臡。鄭注云：作醢及臡者，必先脾乾其肉，乃後莖之，雜以粱麴及鹽漬，以美酒塗置甄中，百日則成矣是也。

郭璞《爾雅注疏》卷九《釋木第一四》 杭，魚毒。注：杭，大木，子似栗，生南方。皮厚汁赤，中藏卵果。音義：杭音元，又作芫。卵，力管反。疏：杭一名魚毒。

陶潛《搜神後記》卷一《桃花源》 晉太元中，武林人捕魚爲業【略】，見漁人大驚，問所從來，具答之，便要還家，爲設酒殺雞作食。

陶潛《陶淵明集》卷五《桃花源記》 【略】見漁人，乃大驚，問所從來，具答之。便要還家設酒殺雞作食。

曾慥《類說》卷二九《雞趾集》 食猪。

宋明帝能食猪肉，炙至二百臠。

沈約《宋書》卷二一《樂志三》 何嘗快獨無憂？但當飲醇酒，炙肥牛。

虞世南《北堂書鈔》卷一四四《酒食部・肉一五》 狄山視肉。《山海經》：狄山有視肉。注曰：聚肉形如牛肝，有兩目也。食之無盡，尋復更生如故，補。臨海肉炙。《臨海志》云：有肉大如小兒臂表五寸，中有腹無口，堪作炙食。猩脣傷翠。《呂氏春秋》云：肉之美者，猩猩之脣，獾獾之炙，鴆燕之翠，述湯之挈，旄象之約。補。錦采霜媚。庾闡賦云：肉則錦采霜媚。羊膀豕脇。束晳《湯餅賦》云：肉則羊膀豕脇。斑鱗錦文。桓彥林《七設》有肉如坻。《左傳》云齊侯與晉侯投壺，晉侯先。穆子曰：有酒如淮，有肉如坻。寡君中此爲諸侯師中之。齊侯舉矢曰：有酒如澠，有肉如陵，寡君中此與君代興亦中之。

補。有肉如陵。見上。有肉如岑。應瑗詩云：有酒流如川，有肉積如岑。【略】五肉七菜，勝掩腥膠。《玄中記》煎熬膻炙。《淮南子》云：今屠牛而烹其肉，或以酸，或以甘，煎熬膻炙有萬方，其本一牛之體。肉曰脫之。《爾雅》注曰：脫，剥其皮也。

虞世南《北堂書鈔》卷一四四《酒食部・脯一六》 束脩之肉。《穀梁傳》云：束脩之肉不行境中。注曰：束脩，脯也。乾肉爲脯。《東方朔傳》云：溫肉爲膾，乾肉爲脯。脯之屋上。《說文》云：脯，乾肉也。脩，脯也。搏，薄。脯搏之屋上也。補。乾燥相脾。《釋名》云：脯，搏也，乾燥相搏著也。分脅通幹。杜育《荈賦》云：脯則分脅通幹，粗鹿肥麋。左胸右末。《禮記》云：以脯脩置者，左胸右末。注云：屈中曰胸。箠脯。《論衡》云：堯庖廚中自生肉脯如箠形，擂鼓生涼。補。膊脯。《風俗通俗》說膊，大脯也。案：太山博縣，每歲十月祠太山，脯圍一尺長五分。蒲脯。《古今注》云：秦二世時，丞相趙高用事，乃先獻蒲脯。瓠脯。程季明詩云：厥味伊何，玄酒瓠脯。脯山。《洛陽記》云：乾脯山在洛陽北去三十里，於上曝脯，因以爲名。脯林。《六韜》云：紂以脯肉爲林。已熱《神異經》云：北方有層冰萬里厚，百丈有鼠在冰下，肉重萬斤，可以作脯，食之已熱。注曰：除熱病也。生涼。《論衡》見上追復《神異經》云：西北荒有遺酒，追復脯焉其味如鹿獐，食一斤復一斤。爾肴伊脯。《詩》云：爾酒既清，爾肴伊脯。所以飲燕。《孔叢子》云：子思居貧，其友有餽之粟者，受二車焉，或獻尊酒束脩。子思弗爲嘗也。或曰：子取人粟而辭吾酒脯，是辭少而取多也，於義則無名，於分則不全，而子行之何也。子思曰：然伋不幸，而貧於財，至而困乏，將恐絕先人之祀，夫以受粟爲周之也。酒脯則所以飲宴也。方之於食而乃飲宴，非義也。吾豈以爲分哉，度義而行也。或者擔其酒脯以歸。補。以供臘祀。崔寔《四民月令》云：十月作脯，以供臘祀。屠牛作脯。《英雄記》云：公孫瓚與諸屬郡縣，每至節會，屠牛作脯，每酒一觴，致脯一豆。補。瓊枝爲羞。《楚辭》云：折瓊枝以爲羞。注云：羞，脯也。桑皮爲脯。《搜神記》云：徐登趙炳貴尚清儉，禮神以東流水，削桑皮以爲脯。瓦石爲脯。《神仙傳》曰：葛玄每逢友，輒坐樹下，斫樹汁而飲之，皆好酒。取瓦石草木爲脯以下酒。蠻夷噉丘蝝脯。《博物志》云：閩越江北山間，蠻夷噉丘蝝脯。今本不載。設脯一束。《國語》云：楚成王聞子文之朝不及夕也，於是每朝設脯一束，糗一筐。【略】

虞世南《北堂書鈔》卷一四四《酒食部・腊一七》 田獸之腊。《周禮》云：腊人掌田獸之腊，賓客喪紀，共其脯。腊，凡乾肉之事。鷹烏可腊。《異物志》云：鷹烏大如雉，其肉香美，可以作炙及腊。冬祀用腊。虞諶《祭法》噬腊遇毒《易》云噬腊肉遇毒，小吝无咎。堯如腊，舜如脤。《傳子》

虞世南《北堂書鈔》卷一四四《酒食部・炙一八》 黃帝燔肉爲炙。《易》注

云：黃帝始燔肉爲炙。專諸太湖學炙魚。貔貅之炙。《吕氏春秋》見前肉篇。薄嗜之炙。鮮鯉之膾。鷹鳥。《異物志》見前腊篇。黄雀。孝子云：王祥後母病，欲黄雀炙，乃有黄雀數十飛入幕内，因以供母。母嚼炙。《禮》鄭注云：爲其貪食甚也。曝謂一舉盡臠。馬行炙。《帝王世紀》云：紂宫九市，車行酒，馬行炙。龍肝。傅玄《七謨》云：蠡鳳凰之炙，飛龍之肝。丸炙。《食經》云：交趾丸炙法丸如彈丸，作腊乃下丸，炙煮之。案：腊音郝，肉窶也。附。綦炙束脩《近遊賦》云：綦炙不過兩豆。長跪前割。《東觀漢記》，見前肉篇。挾箸以嚼。《陳留耆舊傳》云：李充在鄧將軍坐，鄧設炙肉充挾箸以嚼，炙冷，復命温之，及温而後食。補【略】

鄧禹進炙魚。《東觀記》云：上率鄧禹等擊王郎，横野將軍劉奉大破之。上過禹營，禹進炙魚，上餐啗勞勉吏士。咸嚴其厲，衆皆竊言劉公真天人也。補徐稚裹雞炙。謝承《後漢書》云：徐稚諸公所辟雖不就。有死喪，負笈赴弔。常於家豫炙雞一隻，以一兩綿絮漬酒中，暴乾以裹雞，徑到所起冢隧外，以水漬綿，使有酒氣。斗米飯白茅爲藉，以雞置前，釃酒畢遂去，不見喪主。補【略】食鵝炙，知黑白處。《三秦記》云：符朗食鵝炙，知黑白處。案：《晉書・符朗傳》云：朗善識味鹹酢及肉皆别所，由會稽王司馬道子爲設盛饌，極江左精餚。食訖問曰：關中之食孰若此。答曰：皆好，惟鹽味小生耳。既問宰夫，皆如其言。或人殺雞以食之。既進，朗曰：此鷄栖恒半露。檢之皆驗。又食鵝肉，知黑白之處。人不信，記而試之，無毫釐之差。補。

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・鮓二二》 案：鮓音征，本作胝，亦作餔，煮魚煎肉曰鮓。附

煮食。《説文》云：鮓，煮肉也。雜肴《字林》云：鮓，雜肴也。五侯《西京雜記》云：五侯不相能，賓客不得來往。婁護豐辯，傳食五侯間，各得其懽心，競致奇膳。護乃合以爲鮓，世稱五侯鮓，以爲奇味焉。補獻鮓。《齊書》云：武帝就虞悰求諸飲食方，悰秘不出。上醉後，體不快。悰乃獻醒酒鮓鮓一方而已。續補

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・寒食二三》 本韓國所爲。《釋名》云：韓羊、韓兔、韓鷄，本法出韓國所爲也。搴芳蓮之巢龜。曹植《七啓》，見前膾篇。寒雞寒狗。崔駰《七依》。寒鶴蒸麑。曹植詩

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・胾二四》 大臠。《説文》云：胾，大臠也。窶胾。《曲禮》云：大夫燕食，有膾無脯，有脯無膾，不貳窶胾。庶人耆老不徒食。補置大胾無切肉，又不置箸。亞夫心不平，顧謂尚席取箸。上視而笑曰：此非不足君所乎。亞夫免冠謝上。上曰：起。亞夫因趨出，上目送之曰：此鞅，鞅非少主臣也。補

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・膞二五》 案：膞，直葉切。薄，細切肉也。附

薄切之肉。《説文》云：膞，薄切之肉也。一元之膞。桓麟《七説》，見前膾篇。胡子進狗膞。《東觀漢記》云：光武至河北，胡子進狗膞馬醢。春祀用大膞。盧諶《祭法》。

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・懸熟二六》 屑膾懸熟。《廣雅》調和而蒸。《食經》云：作懸熟以豬肉，和米五升，豉三升，調和而蒸之。云：糝腔法，羊肉二斤，煮令熟，用生薑雞子調之，春用蓼，秋用蘇，著其上。和膾。《釋名》云：生腔以一分，膾二分，細切合和，挺攪之也。續補生肉《説文》云：腔，生肉醬也。續補

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・血二七》 祠用胎血。盧諶《祭法》云：春夏秋祠皆用胎血也。案：胎，本作飪，音勘，羊凝血也。補苦以消酒。《釋名》云：血胎，以血作之，增其酢豉之味，使甚苦以消酒也。案：盧諶《祭法》曰：春夏秋祠，皆用幗血。補

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《服食部・肺膞二八》 如膏饘。《釋名》云：肺膞，膞，饘也，米糝之如膏饘也。代葅消。荀氏《夏初制》云：以肺膞代葅消。内血中。《説文》云：膞切熟肉，内於血中和也。案：膞一作腞，音損，肉也。續補祠用膞。盧諶《祭法》云：四時祠，皆用膞。續補。

歐陽詢等《藝文類聚》卷七二《食物部・脯》 《吕氏春秋》曰：趙宣孟之絳，見骫桑之下，有卧餓人。宣孟與脯二胸，拜受而不敢食。問其故曰：臣有母，持以遺之。宣孟吏賜之脯二束而去。

《尚書大傳》曰：散宜生閎夭，南宫括三子俱學乎太公。太公見三子之爲賢人，遂酌酒切脯，約爲朋友。

《漢書》：蜀氏以賣脯而連騎，張里以馬醫而擊鍾。

《論衡》曰：儒者言泰平時，箑莆生於廚中。廚中自生肉脯，薄如箑形。

《神仙傳》曰：王遠至蔡經家，與麻姑共設肴饌，擘脯而行，云是麟脯。又曰左慈詣，劉表云有薄禮，願以犒軍。表使取之，有酒一器，有脯一盤，千餘人共舉不能勝。慈自取之，引入求書。刀削脯投地，百人接。酒及脯賜兵人，人酒三杯，酒如故，脯亦不減。

孔穎達《春秋左傳注疏》卷四九《昭公二十年》 傳：二十年春，【略】齊侯至，自田晏子侍於遄臺，子猶馳而造焉。注：子猶，梁丘據。音義：田本亦作伷，

音同。造，市專反。造，七報反。公曰：唯據與我和夫。晏子對曰：據亦同也，焉得爲和。公曰：和與同異乎。對曰：異和如羹焉，水火醯醢鹽梅，以烹魚肉，燀之以薪。注：燀，炊也。音義：夫音扶焉，於虔反。羹音庚，佐音衡。醢，呼兮反。醢音海。烹，普庚反，煮也。燀，章善反，燃也。炊，昌垂反。醯：《正義》曰：醯，酢也。醢，肉醬也。梅，果實似杏而酢。《禮記・內則》：炮豚之法，云調之以醯醢。《尚書・說命》云：若作和羹，爾惟鹽梅。是古人調鼎用梅醯也。此說和羹而不言豉，古人未有豉也。《禮記・內則》：《楚辭・招魂》備論飲食，而言不及豉。史游《急就篇》乃有蕪荑鹽豉。蓋秦漢以來，始爲之耳。宰夫和之，齊之以味，濟其不及，以洩其過。注：濟，益也。洩，減也。音義：齊，才細反，又如字。洩，息列反。醯：《正義》曰：齊之者，使酸鹹適中。濟，益其味不足者。泄，減其味太過者。

徐堅《初學記》卷二六《服食部・肉第一四》

《說文》曰：肴，雜肉也。膾，漬肉也。臐，宗廟熟肉也。《穀梁》曰：脤者俎，實祭肉也。生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。《爾雅》曰：肉曰脫之。剝其皮也。揚雄《方言》曰：朝鮮洌水之間，凡暴肉及牛羊五臟，謂之膊。《家語》曰：夫食肉者勇悍。《禮記》曰：濡肉齒決，乾肉不齒決。又曰：熬捶之去，其皺音展編萑，布牛肉焉。屑桂與薑以灑諸上而鹽之，乾而食之。欲濡肉則釋而煎之以醢，欲乾肉則捶而食之。魚豢《典略》曰：凡宗廟三歲大祫，每太牢分之，左辨上帝，右辨上后，俎餘委肉積於前數千斤，名堆俎。事對：鵝鵝　猩猩王充《論衡》曰：仲子兄祿萬鍾，以兄之祿，爲不義之祿而不食之，以兄之室，爲不義之室而不居也。避兄離母處於陵，他日歸有饋，其兄生鵝者，曰惡用是鵝鵝者。他日其母殺是鵝與之食，其兄自外來，至曰是鵝鵝者之肉，而仲子吐負前言，即吐而出之。《呂氏春秋》曰：肉之美者，猩猩之脣。烏銜　鼠盜《漢書》曰：烏孫王昆莫父難兜靡，小國也。大月氏殺，奪其地而就。翎侯抱置草中，遠見獸乳之，又有烏銜肉翔其傍，以爲神，持向匈奴。又曰張湯父爲長安丞，出湯守舍，鼠盜肉還，怒笞湯。湯掘得鼠及餘肉，劾鼠，傳爰書訊鞫論報，并取鼠與肉，具獄磔於堂下。賓客　持蒲《國語》曰：驪姬以君命命申生，曰：今君夢見齊姜必速祠之。申生祭於曲沃，歸胙於絳公田。驪姬乃賓鴆於酒，賓客於肉。賈逵注曰：鴆，鳥頭也。臧榮緒《晉書》曰：趙高爲丞相，指鹿爲馬，持蒲作肉。熊蹯　雞跖《左傳》晉靈公使宰夫煮熊蹯，不熟殺之，寘諸畚，載以過朝。又曰：楚太子商臣以宮甲圍成王，請熟熊蹯而死。不聽。《呂氏春秋》曰：善學者若齊王食雞，必食其跖數千而後足也。殷冏　夏山公孫尼子曰：殷紂爲肉圃。《帝王世紀》夏桀爲肉山脯林。登俎　賓羣《左傳》曰：公將如棠觀魚。臧僖伯曰：烏獸之肉，不登於俎，則公不射，古之制也。又曰：趙宣子田於首山舍翳桑，見靈輒餓食之，舍其半曰，宦三年矣，未知母之存否，請以遺之，使盡之節食與肉，寘諸橐以與之。屠門嚼　里社均《桓譚新論》曰：人間長安槃，出門西向笑。人知肉味美，即對屠門而嚼。《漢書》曰：陳平爲里中社，分肉甚均。里父老曰：善哉，陳孺子之爲宰。平曰：使平得宰天下，亦如此肉。象白　鷰翠張協《七命》曰：封熊之蹯，翰音之跡，鴟脾猩脣，毳殘象白。《呂氏春秋》曰：肉之美者，鴟鷰之翠，遂蕩之腕。龍肝　鷰脾傅玄《七謨》曰：嫗鳳皇之胎，掩飛龍之肝鷰脾。事見象白注。牛脾　豬肝劉敬叔《異苑》曰：山陰有人常食牛肉左脾，便作牛鳴。每勞輒劇食乃止。《東觀漢記》曰：岡仲叔客居安邑，老病家貧，不能置肉，日買一片豬肝。無損　追復《神異經》曰：南方有獸，名曰無損。其肉唯可作鮓。又《十洲記》曰：崑崙銅柱下有回屋焉，壁方丈，上有鳥，名曰希。左翼覆東王公，右翼覆西王母。其肉若醢，仙人甘之，追復與天消息。不仙者食之，其肉若如醢。

徐堅《初學記》卷四《歲時部下・伏曰第八》

勞酒　蔫瓜　《漢書》曰：楊惲《報孫會宗書》曰：田家作苦，歲時伏臘，烹羊炮羔，斗酒自勞。崔寔《四民月令》曰：初伏，薦麥瓜於祖禰。

徐堅《初學記》卷二六《服食部・脯第一六》

《釋名》曰：脯，搏也，乾燥相搏著也。又曰：脩脩，縮也，乾燥而縮也。《說文》曰：脯，乾肉也。脩，脯也。搏，補莫反薄脯，搏之屋上也。腕，骨脯也。《周禮》曰：腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膳胖之事。夫物解肆乾之，謂之乾肉。薄切曰脯，捶之而施薑桂曰腶脩，腊小物而乾者。祭祀共豆脯、薦脯、膳呼胖。盧諶《祭法》：春祠用脯，夏用鬳惠逼反脯。《儀禮》曰：鄉飲酒，主人立於西階，東薦脯使行出。祖釋載祭脯，士冠資東面薦脯。《禮記》又曰：婦人之贄，棗栗腶脩，大夫燕禮有脯無膾，有膾無脯。《穀梁》曰：束脩之肉，不行境中，有至尊者，不貳。

李匡乂《資暇集》卷下

熊白　貞元初，穆寧爲和州刺史，其子故宛陵尚書及給事已下，尚未分官，列侍寧前。時穆氏家法切峻，寧命諸子直饌，愁不如意則杖之。諸子將至直日，必探求珍異羅於鼎俎之前，競新其味，計無不爲，然而未嘗免笞叱之過者。一日，給事直饌鼎前，有熊白及鹿脩。忽曰白肥而脩瘠，相滋其宜乎。遂同試曰：甚異常品。即以白裹脩改之而進。寧果再飽。宛陵與諸季望給事盛形羨色，曰：非唯免笞，兼當受賞，給事頗亦自得。寧飯訖，戒使令曰：誰直可與杖俱來。於是罰如常數。給事將拜杖，遽命前曰：有此味奚進之晚耶。於是聞者笑而傳之。

生肝鏤膾　今縷生肝肚爲飯食之一味，曰生肝鏤。膾，言細切如雕鏤之義。

一說名生肝虜胖，言似胡虜祭之餘。胖聲謁，故云鏤剔也。凡諸飯食名號字。余撰變王子泉《僮約》并雜字在集中，言之詳矣。所未該者，今之五味罌爚瓜茄及豬肉，俗謂之丑甲音者。而臆臃膞脥字，反是字書肉燊字。音丑獵者，謁呼丑甲反，爾此字火旁。云下木別有火旁，世世下木。音士甲，反是沸湯漯菜字。其音丑獵者，義由暗爚也。

曾慥《類説》卷一六《明皇雜録》 牛炙白酒

杜甫客於耒陽，爲令所厭，甫因投詩，令以牛炙白酒遺之，飲啖過度而卒。

白居易《白孔六帖》卷一六《肉五》 白：有肉如坻。如陵傳。濡肉齒決。乾肉不齒決。鳥獸之肉不登於俎則公不射。宴董於肉。董，烏頭，毒藥也。拔劒割肉。東方朔伏日。霍肉。董賢客飲酒霍肉。六十非肉不飽。宿肉。鼠盜。張湯爲兒守舍，鼠盜肉。烏攫。黃霸使吏食於道旁，烏攫其肉。吏還，霸迎勞曰：乃爲烏攫肉。吏大驚，以爲霸知，其起居不敢有隱也。一肉。公孫弘食不過一肉。束蘊。嗣通曰：里婦夜亡肉，姑以爲盜，逐之，諸母束蘊請火於亡肉家，曰：犬暮得肉。遽呼婦還。肉林漢武。兼肉。漢劉虞爲上公，食無兼肉。舉太山以爲肉。曹植與吳質書，願舉太山以爲肉。持蒲作肉。秦趙高爲丞相，指鹿爲馬，以蒲作肉。對屠門而嚼。《桓譚新論》：人間長安樂，出門西向拜博士，每獵詔賜博士羊。羊有大小肥瘦，博士笑。如聞肉味美，則對屠門而嚼。分羊甄宇拜博士，每獵詔賜博士羊。羊有大小肥瘦，博士祭酒，議殺羊，秤分其肉。又欲投鉤宇恥之。云傷儒因取瘦者，不復爭。肉敗不食。語孔：可割以啖。秦叔寶破尉遲敬德功多，帝勞曰：使朕肉可食可割以啖爾，況子女玉帛乎。不喜食肉。賈建德性約素，不喜食肉，飯脫粟加蔬具。自幼不食。楊收字藏之，以母奉浮圖法，自幼不食肉。母約曰：爾得進士第，乃可食。一飯十斤。張興一飯肉十斤。割肉。宇文士及字仁，人嘗割肉以餅拭手，帝屢目，陽若不省，徐啗之。其機悟率類此。餲敗肉腐。王翊字宏胘，拜京兆尹。會涇源兵討李希烈，次滻水。京兆主供饌餲敗肉腐。衆怒曰：食是而討賊乎。遂叛。肉食君之禄。五代劉贇父玭爲縣令，贇始就學，衣以青布衫襦，每食則玭自肉食，而別以蔬食食贇。於牀下謂之曰：肉食，君之禄也，爾欲之，則勤學問以干禄。吾肉非爾之食也。由是贇益力學。帝詔食肉李泌字長源，初泌不食肉，帝以椒薑也。野蒲變而爲脯。潘岳《西征賦》。失脯。桑虞宿寄，客失脯，虞解衣償之也。婦人之贄。脯脩棗栗禮。衽受。《穀梁》魯昭公奔齊，齊使高子以脯遺公，公衽受。藥脯以毒。驪姬。削脯犒師。劉表出軍，左慈曰：有薄禮。即以刀削脯以犒師。投地百人接脯，脯亦不減。麟肉脯。《神仙傳》王遠至蔡經家，設麟肉脯。孔削脯傷指。代宗睿真皇后沈氏，河南爲史思明所没，遂失后所在。德宗即位，令州縣物色咨訪，高力士女頗能言禁中事，與女官李真一嘗從后游。年狀差似后，嘗削脯啗帝傷左指，高以剖瓜傷指。以供滋膳。於封處割食，登大怒，其肉由是没身不食肉。《比夢鎮言》肥肉大酒。徒相邀。杜甫詩。食必梁肉。《唐舊史》：隴西王博義有妓妾數百人，皆衣羅綺食，必梁肉。食兼數人。江左王元祥食兼數人。

白居易《白孔六帖》卷一六《炙六》 白：噉炙。禮無噉炙，謂一舉盡臠近貪。牛心。王羲之年十二，周顗異之。時重牛心炙，座客來未嚼，先割啖，義之乃知名。行爵食炙。傅燮寧。處外。《禮》鰪炙處外。未熟。欲炙之色。顧榮與同僚宴飲，見執炙者狀貌不凡，有欲炙之色。榮割炙啖之曰：豈有終日執之不知其味。及趙王倫敗，榮被執。其人爲督率，救榮得免。馬行炙《帝王記》曰：紂宮九市，車行酒，馬行炙。魚炙。《國語》屈建曰：祭典庶人，有魚炙之薦。爭食而死。《風土記》吳王闔閭女嬌恣，嘗與王爭食魚炙，怨恚而死。孔：鱗盤炙酒。韓愈《祭張署文》：避風大湖七日，鹿角鈎登大鮎怒。頰豕豹，鱗盤炙酒，羣奴餘啄。牛炙杜甫字子美，客耒陽，游岳祠。大水遽至，涉旬不得食。縣令具舟迎之，令嘗餽牛炙、白酒。冷炙。杜甫詩：殘杯與冷炙。燔鮞截炙。柳宗元《嶺南節度謝軍堂記》：燔鮞截炙之物，均飫於卒士。驢騾駝峰。炙唐《酉陽雜俎》：將軍曲良翰能爲驢騾駝峰炙。絲竹羅酒肉。縣齋詩，韓愈。熏林塘。《文粹》張説《宴薛王山池序》：炮炙熏林塘。啖朱亥。李白《俠客行》將炙啖朱亥。蛤蜊炙。杜突承璀嗜蛤蜊炙。《傳芳略記》杏炙慤炙。《酉陽雜俎》飲食有杏炙、慤炙。

白居易《白孔六帖》卷一六《脯修》 白：乾肉。脯腊。《周禮》腊人掌乾肉，凡脯腊膳胖之事。注：乾肉，大腊也。小腊，小者也。脯，斤也。捶而施薑桂，曰腶脩。膳胖皆謂夾脊肉也。腒臘。腒，乾雉。臘，乾魚。不食子曰：沽酒市脯不食。束脩。孔子自行束脩已上，吾未嘗無誨焉。左胸右脇。《禮記》以脯脩置左胸右脇。注：取便也。屈中曰胸，音衢。乾肉不齒決尹祭。祭宗廟之禮脯曰尹祭。腶脩。禮。鬼侯。紂脯鬼侯，以享諸侯。捶而食之。乾肉，則捶而食之。噬腊肉遇毒噬乾肉。《易》。束。《國語》楚成王聞子文朝不及夕，每朝設脯一束。濁氏。《貨殖志》濁氏以胃脯而連騎。注：以湯煑羊胃以椒薑也。野蒲變而爲脯。潘岳《西征賦》。失脯。桑虞宿寄，客失脯，虞解衣償之也。婦人之贄。脯脩棗栗禮。衽受。《穀梁》魯昭公奔齊，齊使高子以脯遺公，公衽受。藥脯以毒。驪姬。削脯犒師。劉表出軍，左慈曰：有薄禮。即以刀削脯以犒師。投地百人接脯，脯亦不減。麟肉脯。《神仙傳》王遠至蔡經家，設麟肉脯。孔削脯傷指。代宗睿真皇后沈氏，河南爲史思明所没，遂失后所在。德宗即位，令州縣物色咨訪，高力士女頗能言禁中事，與女官李真一嘗從后游。年狀差似后，嘗削脯啗帝傷左指，高以剖瓜傷指。以供滋膳。一日，登妻悞

元行沖，狄仁傑器之，嘗謂仁傑曰：下之事上，譬富家儲積以自資也，脯腊腥胰，以供滋膳。贈王績性嗜酒，杜之松歲時贈脯。紅虬脯。唐《杜陽編》同昌公主，上贈御饌，有紅虬脯。非虬也，但貯於盤中，則虬健知虬絲高一尺。迎涼脯。洛陽人家重陽則製迎涼脯。脯芼糞。董謹《續豫章記》陳蕃待客，拌飯以鹿脯，芼羹以牛脯，未嘗別爲異饌。薦脯酒。韓文《衡嶽廟詩》：升階偃僂薦脯酒，欲以菲薄明其衷。佳節脩脯。禮元稹詩。

曾慥《類説》卷四二《酉陽雜俎》 駝蜂肉

將軍曲良翰作駝峰肉，甚美。

樊綽《蠻書》卷七《雲南管内物産第七》 猪、羊、貓、犬、騾、驢、豹、兔、鵝、鴨，諸山及人家悉有之，但食之與中土稍異。蠻不待烹熟，皆半生而喫之。

段成式《酉陽雜俎》卷四《境異》 阿薩部多獵蟲鹿，剖其肉重疊之，以石壓瀝汁。鼎，曰老姥初不加意，而殊美如此。嘗令庖人具此品，因呼無心炙。

馮贄《雲仙雜記》卷三《羔羊揮淚》 程皓以鐵牀燔肉，肥膏見火則油焰淋漓。皓戲言曰：羔羊揮淚矣。又云：我以三十萬錢償鐵匠，而得此奉養，豈不太過。方德遠《金陵記》

馮贄《雲仙雜記》卷三《過廳羊》 熊醜每會客至酒半，堦前旋殺羊，令衆客自割，隨所好者，綵綿繫之記號，畢烝之，各自認取，以剛竹刀切食。一時盛行，號過廳羊。《青州雜記》

馮贄《雲仙雜記》卷三《享鹿肉》 黄昇日享鹿肉三斤，自晨煮至日影下門西，則喜曰：火候足矣。如是四十年。《安成記》

馮贄《雲仙雜記》卷四《鵝烝》 蘭先生上隱亭望九里山，七日不能下，但食鵝烝二十段。《琴莊美事》

馮贄《雲仙雜記》卷七《陳蕃待客》 陳蕃待客，拌飯以鹿脯，芼羹以牛脯，未嘗別爲異饌。董慎《續豫章記》

馮贄《雲仙雜記》卷七《桂人好食蝦蟆》 桂人好食蝦蟆，仍重乾菌爲糝，赴食者至以餘俎包歸遺兒女，雖污衫不恥。張洞林《桂林志》

劉恂《嶺表録異》卷上 蜈蚣，《南越志》云，大者其皮可以鞔鼓，取其肉曝爲脯，美於牛肉。又云長數丈，能噉牛，里人或遇之，則鳴鼓，燃火炬以驅逐之。

司馬貞《史記索隱》卷二七《滑稽列傳》 齋以薑棗。按：古者食肉用薑棗。《禮・内則》云：實棗於其腹中，屑桂與薑以灑諸其上而食之是也。

曾慥《類説》卷四五《南楚新聞》 抱羊羹

百越人以蝦蟇爲上味，先於釜中置小羊，候湯沸，蝦蟇皆抱羊而熟，謂之抱羊羹。又云疥者皮最佳，故人云切不可脱去，此乃錦襖子。

曾慥《類説》卷一三《樹萱録》 五月五日作鶉羹。

鶉大如鳩，惡聲，烏入人屋，凶。肉甚美，可以爲炙。《説文》曰：梟不孝，烏至日，捕梟磔之。漢五月五日，梟羹賜百官。古人尚鶉炙，是意欲滅其族，非爲其美也。又淮南萬畢術見瓦上梟鳴，取破甑向梟抵之，自止。

陶穀《清異録》卷上《脯掾》 何敬洙帥武昌時，司倉彭湘傑習知膳味，就中脯脂尤殊，敬洙檄掌公廚，郡中號爲脯掾。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 無心炙

段成式馳獵饑甚，叩村家。主人老姥出麞臛，五味不具。成式食之有餘五紅浮脆，後世莫及。

陶穀《清異録》卷下《赤明香》 赤明香，世傳仇士良家脯名也，輕薄甘香，殷予偶以農幹至莊墅，適秋社，莊丁皆戲社零星，蓋用猪羊雞鴨粉麪蔬米爲羹。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 社零星

辣驕羊

和魯公嘗以春社遺節饌，用奩惟一新樣，大方碗覆，以剪鏤蠟春羅椀内，品物不知其幾種也，物十而飯二焉，禁庭社日爲之，名辣驕羊。

玉尖麪

趙宗儒在翰林時，聞中使言今日早饌玉尖麪，用消熊棧鹿爲内餡。上甚嗜之。問其形製，蓋人間出尖饅頭也。又問消之説，曰熊之極肥者曰消鹿，以倍料精養者曰棧。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 王羹亥卯未，相粥白玄黄。

魏王繼岌每薦羹，以羊兔猪臠而參之。時盧澄爲平章事，趨朝待漏堂廚具小饌，澄惟進粥，其品曰粟粥、乳粥、豆沙加糖粥三種並供。澄各取少許併和而食，廚官遂有王羹亥卯，未相粥白玄黄之語。

玉杵羹金綿鮓

吴淑《冬日招客詩》云：曉羹沉玉杵，寒鮓疊金綿。杵謂小截，山蕷綿乃黄雀脂膏。

于闐法全蒸羊

于闐法全蒸羊，廣順中尚食取法爲之。西施捧心，學者愈醜。

李昉《太平廣記》卷二三四《熱洛河》 玄宗命射生官射鮮鹿，取血煎明鈔本煎作鮮。鹿腸，腸原作賜。據明鈔本改。食之，謂之熱洛河。賜安禄山及哥舒翰。出《盧氏雜説》

李昉《太平廣記》卷四八三《蜜啣》 嶺南獠民好爲蜜啣，即鼠胎未瞬，通身赤蠕者，飼之以蜜，釘之筵上，嚅嚅而行，以筯挾取，咬之啣啣作聲，故曰蜜啣。出《朝野僉載》

李昉《太平廣記》卷四八三《芋羹》 百越人好食蝦蟆，凡有筵會，斯爲上味。先於釜中置冰，次下小芋烹之，候湯沸如魚眼，即下其蛙，乃一一捧芋而熟，如此呼爲抱芋羹。又或先於湯内安笋笴，後投蛙，及進於筵上，皆執笋笴，瞪目張口。而座客有戲之曰賣燈心者。又云介皮者最佳，擲於沸湯即躍出，其皮自脱矣。皮既脱，乃可以修饌。時有一叟聞絃語，大以爲不可，云切不得除此錦襖子，其味絶珍。聞之者莫不大笑。出《南楚新聞》

李昉《太平廣記》卷四八三《南州》 王蜀有劉隱者，善於篇章。嘗説少年貧益部監軍使書案，於黔巫之南，謂之南州。州多山險路細，不通乘騎，貴賤皆策杖而行。【略】於是烹一犢兒，乃先取犢兒結腸中細糞，置在盤筵，以筯和調在醯中，方餐犢肉，彼人謂細糞爲聖鹽，若無此一味者，即不成局筵矣。諸味將半，然後下麻蟲裹蒸。裹蒸乃取麻蕨蔓上蟲，如今之刺猱者是也，以荷葉裹而蒸之。隱勉强餐之，明日所遺甚多。出《玉堂閒話》

錢易《南部新書》卷九 御府進饌，凡器用有少府監進者九飣食，以牙盤九枚裝食味其間。置上前，亦謂之看食見。京都人説兩軍每行，從進食及有宴設，多食雞鵝，每隻價直二三十千。每有設，據人數取鵝，煺去毛及五臟，饘以肉及粳米飯，五味調和。先取羊一口，亦煺剥去腸胃置鵝於其中，縫合炙之。肉熟便撤去却羊，取鵝渾食之，謂之渾羊没忽。翰林學士每遇食賜，食有物若罣羅形絶大，滋味香美，號爲諸王修事。

王闢之《澠水燕談録·事誌》 契丹國産毘貍，形類大鼠而足短，極肥，其國以爲殊味，穴地取之，以供國主之膳，自公、相下，不可得而嘗。常以羊乳飼之。頃年虜使嘗攜至京，烹以進御。今朝臣奉使其國者皆得食之，然中國人亦不嗜其味也。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《肉膳》 公膳曰雙雞，饔人竊更之以鶩。《左傳》十八云：齊盧蒲葵玉何之謀殺慶封，御者知之，則去其肉，而以其泊饋子雅，子尾怒。

食品烹飪總部・肉食部・綜述

注曰：雙雞，卿大夫之膳食，蓋饔人御者欲使諸大夫怨慶氏。膳鹿膘羊。蘇源明小洞庭五太守讌蒲曰，其盤何有，有其俎何有，孀兔膾肪。差庶。合毛燒。膾。生肉。炙。之亦切。以御嘉客。牧乘《七發》訹獵曰旨酒嘉肴。牌。業以筍蒲，肥狗之和。冒以山膚。腰腹下肉山。膚雄曰。肥肫。《詩・小雅》伐木曰既有速詛父。注：肫，未成羊者。春宜羔豚。《禮・内則》曰膳膏臊。秋宜犢麑。膳膾腥。冬宜鮮羽。膳膾羶。肥牛之腱。宋玉《招魂》鱓。膳膏臊。秋宜犢麑。膳膾腥。冬宜鮮羽。膳膾羶。肥牛之腱。宋玉《招魂》曰臑若芳。注腱，純言切。筋肉也。臑音而，爛熟。也。陽，大鼈。以規切。駝蜂炙。《酉陽雜俎》曰：今衣冠家名食食有將軍曲良翰作肫。駿。視肉。《海外南經》曰：狄山爰有熊，又虎雛未。注叙肉形如牛肝，有兩目食之勿盡。尋復便生。如故也。羌煮貊炙。《御覽》八百五十九《搜神記》曰：翟之食也。自大始以來，中國尚之，戎翟復中國之前兆也。熱洛河。又大《唐書》安禄山思順，舒翰並未朝而不協。玄宗使高力士反中貫人供奉官於京城東，駙馬崔惠童也，享宴會使射生官射鮮鹿，取血煮其腸，謂之以賜之爲翰，如故也。此翰必奇舒翰。當考唐書。羊淹雞寒。《七啓》曰：寒芳苓之，巢龜季善曰寒，今肌肉也。《鹽鐵論》曰：煎魚切肝。腒鱐。蟬翼之割。剖纖析微。山鷄。斥鴈珠翠之珍。注：鷄，丁刮切。珠翠謂捧及翠鳥羽。【略】夏宜腒鱐。《禮・内則》曰：膳膏臊。注：腒，乾雉。鱐，乾魚。農云：膳乾燋鱓乾魚。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《陸膳》 玄熊素膚。曹植《七啓》曰：肥豢膿肌。美豐肌，登俎見用。

右獲。出邛蜀間，與猿猱無異，但性不躁動，肌質豐腴，蜀人烝蒸以爲美味。

高承《事物紀原》卷九《酒醴飲食部四六》 食卵。

《瑞應圖》曰：有虞氏馴百禽，夏后之世民始食卵。鳳凰乃去。此蓋食卵之始也。

吕希哲《吕氏雜記》卷下 八珍者，淳熬也，淳母也，炮也，擣珍也，漬也，熬也，糁也，肝膏也，先儒不數糁也，分炮豚炮牂爲二，皆非也。

蘇子瞻一日稱熟猪肉之美，淳夫曰：其奈發風何。子瞻笑謂予曰：淳夫誣告猪肉。

陶宗儀《説郛》卷二十四下吕希哲《傳講雜記》 八珍者，淳熬也，淳母也，擣珍也，漬也，熬也，糁也，肝膏也，先儒不數糁而分炮豚羔爲二，皆非也。

王讜《唐語林》卷二《文學》 曹植《樂府》云：寒體炙熊蹯。李氏云：今之脂肉，謂之寒，蓋韓國事饌尚此法。復引《鹽鐵論》羊淹雞寒。劉熙《釋名》韓雞爲證寒與韓同。又李以上句云膾鯉騰胎鰕，因注云：《詩》曰魚鼈膾鯉。五臣兼見上句有膾，遂改寒鼈爲魚鼈，以就《毛詩》之句。

金撰之《新編醉翁談録》卷三《京城風俗記・二月》 寒食節，冬至後一百五日。【略】都民不論貧富，隔歲以豕肉先糟熟，挂竈側，名曰腊月肉。至是日，特取浄洗而食之，蓋預備禁火之意也。今人皆不知其義。

葉紹翁《四朝聞見録》乙集《田雞》 杭人嗜田雞如炙，即蛙也。舊以其能食害稼者，有禁。憲聖渡南，以其酷似人形，力贊高宗申嚴禁止之。今都人習此味不能止，售者至剉冬瓜以實之，實諸食蛙者之門，謂之「送冬瓜」。黄公度帥閩，以閩號爲多進士，未必諳貫宿，戒庖兵市坐魚三斤。庖兵不曉所名，遍問諸生，莫能喻。時林執善爲州學録，或語庖人以執善多記，庖人拜而問焉。執善語以可供田雞三斤，庖人如教納入。黄公度笑而進庖人曰：「誰教汝？」庖以執善告。黄公遂館林於賓閣云。執善記博而瓌奇，爲南宫第一。試《聖人備道全美論》，至今舉子誦之。有《林省元文衡事鑑》行於世。驪塘危先生稹弟蟾塘和與之同年，視其手如龍爪而毛。蓋林氏之家與廟相直，其母誕執善之夕嘗與神遇，終爲閩名儒云。惜乎强售人婦以爲妾，其夫怨言執善，爲有司杖之，此句有訛。抑鬱以死，執善其後亦亟死云。吁，士之不可不自愛也久矣。

曾慥《類説》卷五《燕北雜記》 打圇門射虎。

九月九日，打圇門射虎，少者輸重九一筵席。射罷，於地高處卓帳，飲菊花酒，出兔肝切生，以鹿舌醬拌食之，呼此節爲博羅哩烏楚哩，時也。《遼史》訛必里遲離，此又訛一十賽，今並改。烏楚哩，時也。《遼史》訛必里遲離，此又訛一十賽，今並改。

惠洪《冷齋夜話》卷一〇《禪師知羊肉》 毗陵承天珍禪師，蜀人也，巴音夷面真，率不事事，郡守忘其名。初至不知其佳士，未嘗與語。偶攜客來遊，珍亦坐於旁，守謂客曰：魚稻宜江淮，羊麵宜京洛。客未及對，珍輒對曰：世味無如羊肉大美且性極暖，宜人食。守色變，瞋視之，徐曰：禪師何故知羊肉性暖。珍應曰：常卧氈知之其毛尚爾暖，其肉不言可知矣，如明公治郡政美，則立朝當更佳也。

張邦基《墨莊漫録》卷四《范堯夫永州寄人書》 范忠宣公堯夫謫居永州，以書寄人云：「此中羊麵，無異北方，每日閉門餐餬飥，不知身之在遠也。」

洪皓《松漠紀聞》卷二 關西羊出同州沙苑，大角虬上，盤至耳。最佳者爲卧沙細肋北羊，皆長面多髯，有角者百無二三。大僅如指長，不過四寸，皆目爲白羊，其實亦多渾黑。亦有肋細如箸者，味極珍。【略】凡宰羊，但食其肉。

邵博《邵氏聞見後録》卷二九 廣西人喜食巨蟒，每見之，即誦「紅娘子」三字，蟒輒不動，且行且誦，以藤蔓繫其首於木，刺殺之。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 羊種

羊有二種不可食：毛長而黑壯者曰骨羸，白而有角者曰古羊，皆羶臭發病。羊之大者不過五十斤，奚中所産者百餘斤。

吴曾《能改齋漫録》卷六《臘日賜口脂》 《景龍文館記》：「三年臘日，帝於苑中，召近臣賜臘。晚自北門入，於内殿賜食，加口脂。腊脂盛以翠碧鏤牙筩。」故杜子美《臘日》詩云：「口脂面藥隨恩澤，翠管銀罂下九霄。」王建《宫辭》云：「月冷天寒近臘時，玉街金瓦雪漓漓。浴堂門外抄名入，公主家人謝口脂。」皆言臘日賜口脂也。

吴曾《能改齋漫録》卷六《永樂大典殘卷所引逸文》 今市中所賣姜豉，以細抹猪肉凍而爲之，自唐以來有也。朝野僉載：「姜侮爲吏部侍郎，眼不識字，手不解書。濫掌銓衡，曾無分別。選人歌曰：『今年選數恰相當，抑由坐主無文章。案後一腔凍猪肉，所以名爲姜豉郎。』」（七千三百二十八引）

鄭樵《爾雅註》卷中《釋器第六》 餃謂之餕食，餘謂之餵，搏者謂之糲，米者謂之糗，肉謂之敗，魚謂之餧。此别食物臭敗之名也。餃，呼蓋反，餕，然也，謂其自烝敗也。食，飯也。餘，敗臭也。搏，謂飯已涎黏成搏。糲音爛。糗，飯半腥半熟也。音壁。肉曰脱之，魚曰斷之。脱謂脱皮毛。斷，削也，謂削鱗鬣。肉謂之羹，魚謂之鮨。肉謂之醢，有骨者謂之臡。此别以魚肉食爲之異也。羹，肉臛也。據公食大夫禮，鮨則鮓也，音祁。觀此文勢，上下相敵，則鮨又類於涪醢。醢皆醬也。臡音泥。康謂之蠯，澱謂之蜃。康今作糠。澱即澄泔之滓，音殿。蜃，魚蚔反。

李燾《續資治通鑑長編》卷三〇五 元豐三年六月甲辰

詳定禮文所言：「今儀注，親享太廟但有三牲骨體俎，而無腸胃膚俎，不應古義。伏請於三牲骨體俎之外，加以牛羊腸胃，羊胃俎一、豕膚俎一。所有牛羊腸胃，其數各三，其長皆及俎距。離肺各一，小而長，牛割之，不絶中央少許；刲肺各

三、與腸胃共爲一俎。其載之次序，以離肺在上端，刲肺次之，腸胃在下端。豕膚爲一俎，橫載，令其皮革相順。」從之。禮文所三年二月十六日依奏，今附六月十三日。

又言：「古者祭祀用牲，薦腥則解爲七體，薦熟爲十一體。今親祠南郊，正配位之俎，用牛羊豕之足各一，用肉各一；太廟每室，用羊豕之足各一，用牛肉各一，至饋熟，又臑三牲之肉各一，不殊左右胖，不分貴賤，無豚解、體解之別。伏請自今郊廟薦腥，解其牲兩髀、兩肩、兩脇，并脊爲七體。左右胖俱用，其載於俎，則以兩髀在端，兩肩次之，兩脇次之，脊居中，皆進。未至薦熟，沈肉於湯，止用右胖，髀不升。其十一體在俎之序，則肩也，臂也，臑也，正脊也，脡脊也，橫脊也，代脇也，長脇也，短脇也，膊也，胳也。依此設之。肩、臂、臑在上端，膊、胳在下端，脊、脇在中央，仍各以半爲腥俎，半爲熟俎，腸胃膚俎亦然。」從之。

又言：「凡視滌濯祭器及烹飪之具，有司皆當就視。今親饗太廟，每室前惟設一籩一豆，而南郊則於神位前亦先設一籩一豆，引視滌濯，並不陳器洗、簠簋、登鉶及巾蓋之屬而視之，是徒爲文具而無潔清之實也，伏請改正。」從之。詳定所三年二月十六日依奏，今附六月十三日。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 熱洛河。唐明皇命射生官射鹿取血，煎鹿腸食之，謂之熱洛河。《盧氏雜記》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 駝峰炙。《酉陽雜俎》云：將軍曲良翰作駝峰炙，甚美。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 足以一笑。爛蒸桐州羔，灌以杏酪，食以匕不以筯，南都撥心麵，作槐芽溫淘，糝以裹邑抹猪炊。共成香稻蔗蒸鵝，吳興廚人砑松江鱸魚鱠，繼以康王谷水烹，增坑門品茶焉。解衣少卧，使誦東坡赤壁賦，足以一笑也。志林

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 匹製貔貍。刁約使契丹，有詩云：餞行三匹，製密賜十。貔貍匹製以小大罷，爲之如黃漆。貔貍形如鼠而大，北狄以爲珍膳。《古今詩話》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《魚蟹》 蛇。蛇音凝嫁反。常有數十蝦寄腹下，咂食其涎，以五辣肉醋食之，補暖。《嶺表録》

佚名《錦繡萬花谷》後集卷三五《食饌》 鴨肝豬肚，王晉飯酒，非鴨肝豬肚筋輒不舉。出《醉仙圖》

佚名《錦繡萬花谷》後集卷三五《食饌》 野豬鮓。安禄山恩寵莫比，其所賜品目有野豬鮓，有馬酪。出《酉陽雜俎》

零肉。南蠻室利佛寺有獸類野豕，角如山羊，名曰零肉，味美以餉膳。

佚名《錦繡萬花谷》後集卷三五《食饌》 麟肉脯。王遠至蔡經家，設麟肉脯。出《神仙傳》

周去非《嶺外代答》卷六《食用門·異味》 深廣及溪峒人，不問鳥獸蛇蟲，無不食之。其間異味，有好有醜。山有麅名麂，竹有鼠名鼬，鶴鸛之足，腊而煮之。鰣魚之脣，活而臠之，謂之魚魂。此其至珍者也。至於遇蛇必捕，不問短長；遇鼠必執，不別小大；蝙蝠之可惡；蛤蚧之可畏；蝗蟲之微生，悉取而燎食之。蜂房之毒，麻蟲之穢，悉炒而食之。蝗蟲之卵，天蝦之翼，悉鮓而食之。此與甘帶嗜薦何異哉！甚者則煮羊胃，混不潔以爲羹，名曰青羹，以試賓客之心。客能忍食則大喜，不食則以爲多猜，抑不知賓主之間，果誰猜耶？顧乃鮓罵哥而腊孔雀矣！

章如愚《群書考索》卷三七《大飲蒸類》 大飲蒸。《月令》：孟冬之月大飲蒸。注云：十月農工畢，天子諸侯與其羣臣飲酒於大學，以正齒位，謂之大飲。《黨正職》曰：國索鬼神而祭祀則以祀，屬民而飲酒於序以正齒位，亦謂此時也。《詩》云：十月滌場，朋酒斯饗。曰殺羔羊，躋彼公堂。稱彼兕觥，萬壽無疆。是頌大飲之詩也。《正義》云：案此大飲蒸，是天子之禮。《詩》豳風躋彼公堂，是諸侯之事，是諸侯之禮，故云天子諸侯與羣臣也。蒸謂有牲體爲俎者。案：《國語》云，王公大飲則有房蒸，此既大飲饗禮，當用房蒸半體之俎也。黨正云：國索鬼神謂蜡祭也，與此同月。

朱熹《詩經集傳》卷五《楚茨》 【略】濟濟上聲。蹌蹌，音槍。絜爾牛羊。以往烝嘗，或剝或亨。音烹，叶鋪郎反。或肆或將，祝祭於祊。音彭，叶補光反。祀事孔明，先祖是皇。神保是饗，叶虛良反。孝孫有慶。叶祛羊反報以介福，萬壽無疆。賦也。濟濟蹌蹌，言有容也。冬祭曰烝，秋祭曰嘗。剥，解剥其皮也。亨，煮熟之也。肆，陳之也。將，奉持而進之也。祊，廟門內也。孝子不知神之所在，故使祝博求之於門內，待賓客之處也。孔，甚也。明，猶備也。嘗也，皇大也。君也，保安也。神保，蓋尸之嘉號，《楚辭》所謂靈保，亦以巫降，神之稱也。孝孫，主祭之人也，慶猶福也。○執爨音竄。踖踖，音積，叶七略反。爲俎孔碩。叶常約反。或燔或炙，音隻，叶陟略反。君婦莫莫。音麥，叶木各反。爲豆孔庶，叶陟略反。爲賓爲客。叶克各反。獻酬交錯，

禮儀卒度。叶徒洛反。笑語卒獲，叶黃郭反。神保是格。叶剛鶴反。報以介福，萬壽攸酢。賦也。爨，竈也。踖踖，敬也。俎，所以載牲體也。碩，大也。燔，燒肉也。炙，炙肝也。皆所以從獻也。特牲：主人獻尸，賓長以肝從。主婦獻尸，兄弟以燔從是也。君婦，主婦也。莫莫，清靜而敬至也。豆所以盛內羞庶羞，主婦薦之也。庶，多也。賓客莫而戒之，使助祭者。既獻尸，而遂與之相獻酬也。主人酌賓曰：獻賓飲。主人曰：酢主人，又自飲而復飲。賓曰：酬賓受之，奠於席前，而不舉至旅，而後少長相勸，而交錯以徧也。卒，盡也。度，法度也，獲得其宜也，格來酢報也。【略】

朱熹《詩經集傳》卷五《無羊》 【略】爾牧來思，以薪以蒸，以雌以雄。葉於陵反。爾羊來思，矜矜兢兢，不騫不崩。騫，虧也。崩，羣疾也。矜矜兢兢，堅強也。麾之以肱，畢來既升。賦也。蠶曰薪，細曰蒸。雌雄，禽獸也。矜矜兢兢，堅強也。騫，虧也。崩，羣疾也。肱，臂也。既，盡也。升，入牢也。○言牧人有餘力，則出取薪，蒸搏禽獸，其羊亦馴擾從人，不假棰楚，但以手麾之，使來則畢來，使升則既升也。【略】

朱熹《詩經集傳》卷六《公劉》 【略】篤公劉於京，斯依叶於豈反。蹌蹌音搶。濟濟，上聲。俾筵俾几。既登乃依，同上。乃造音糙。其曹。執豕於牢，酌之用匏。音庖。食音嗣。之飲之，君之宗之。賦也。依，安也。蹌蹌濟濟，羣臣有威儀貌，俾使也。使人爲之設筵。几也登。登，筵也。依，依几也。曹，羣牧之處也。以豕爲殽，用匏爲爵，儉以質也。宗，尊也。主也。嫡子孫主祭祀，而族人尊之以爲主也。○此章言宮室既成而落之，既以飲食勞其羣臣，而又爲之，君爲之宗焉。東萊呂氏曰：既饗燕而定經制，以整屬其民，上則皆統於君，下則各統於宗。蓋古者建國立宗，其事相須。楚執戎蠻子而致邑，立宗以誘其遺民，即其事也。

周必大《文忠集》卷一五四《經筵講議》 周禮乾道七年九月二十五日

庖人掌共六畜六獸六禽，辨其名物。

臣聞馬牛羊豕鷄犬是謂六畜，以其可畜而養也。麋鹿狼麕兔野豕是謂六獸，以其可狩而獲也。羔豚犢麝雉雁是謂六禽，以其可擒而制也。或謂《爾雅》以四足而毛曰獸，兩足而羽曰禽，今乃列羔豚犢麝於六禽者何也。臣按：《易》稱即鹿無虞以從禽也，大宗伯以禽作六摯而曰卿執羔，大司馬亦云大獸公之小禽矣。辨其名，則六畜六獸六禽之名，固不一也。辨其物，則六畜六獸六禽之色固有異也，又況《禮記・內則》所謂狼去腸，豚去腦，魚去乙，與夫雛尾不盈握弗食之類，若不辨焉，非所以致謹也。雖然禹菲飲食，孟軻遠庖廚，而周官獨詳於此何也，蓋節儉者，帝王之德，備物者，國家之體。夫惟聖人力行王道，使鷄豚狗彘之畜無失其時，七十者可以食肉，然後坐享天下之奉，而人不以爲泰，書所謂惟辟玉食是也。

烹者十二三，臠而先食，然後食人。

霆住草地一月餘，不曾見韃人殺牛以食。

魏了翁《鶴山集》卷一〇五《周禮折衷》 庖人掌共六畜六獸六禽，辨其名物。

鄭始養之曰畜，將用之曰牲。《春秋傳》曰：卜日曰牲。鄭司農云：六獸，麋鹿熊麑野豕兔。六禽，鴈鶉鷃鴿鳩鴿。玄謂獸人冬獻狼，夏獻麋。又《內則》無熊，則六獸當有狼，而熊不屬。六禽於禽獸及六摯，宜爲羔豚犢麛雉鴈。凡鳥獸未孕曰禽。司馬職曰：大獸公之，小禽私之，賈六畜者，馬牛羊犬雞。謂夏官校人，地官牛人，春官雞人，秋官犬人，冬官豕人。總送六畜與此庖人始養之曰畜，將用之曰牲，禽中有羔雄狐綏綏牝雞無晨禽獸通稱。

古注：取包肉之義謂之庖，庖字從包，恐非包肉。蓋火化始於宓犧氏，厥初茹毛飲血，宓犧始取物墐塗而炮之，所以謂之庖犧氏，犧亦取牛旁。

魏了翁《鶴山集》卷一〇五《周禮折衷》 凡用禽獸，春行羔豚膳膏香，夏行腒鱐膳膏臊，秋行犢麛膳膏腥，冬行鱐羽膳膏羶。

鄭用禽獸謂煎和之以獻王。

雉。鱐，乾魚。膏臊，豕膏也。杜子春云：膏臊，犬膏。膏腥，豕膏。鮮，魚也。羽，鴈也。膏羶，羊脂也。玄謂膏腥，雞膏也。羔豚物生而肥，犢與麛物成而充腒鱐，曝熱而乾魚鴈，水涸而性定。此八物者，得四時之氣尤盛，爲人食之弗勝，是以用休廢之脂膏煎和膳之。牛屬司徒，土也。雞屬宗伯，木也。犬屬司寇，金也。羊屬司馬，火也。賈此經四時所膳者，皆取所賊死之脂膏。火賊金即膏臊，犬膏也，不得云北方豕膏，杜子春膏臊，犬膏者是也。膏腥，豕膏也者，非也。以其秋行犢麛，秋時金王，金剋木，雞屬東方，木則膏腥，雞膏也，不得爲豕膏，用休廢之脂膏者。五行王相相剋，春水王火相土死，金囚水爲休廢。夏火王土相金死，水囚木爲休廢。已下推之可知，王所勝者死，相所勝者囚。新謝者爲休廢言。然向來之所膳膏者，皆是死之脂膏，鄭以休廢言之也。荊公膳用牛膏，牛，土畜也。膳用犬膏，犬，金畜也。夏火用事則養肺也。膳用雞膏，雞，木畜也。秋金用事，宜助養肝也。膳用羊膏，羊，火畜也。冬水用事，宜助養心也。

魏了翁《鶴山集》卷一〇五《周禮折衷》 內饔掌王及后世子膳羞之割烹煎和之事，辨體名肉物，辨百品味之物。

鄭割肆，解肉也。烹，煮也。煎和齊以五味。體名脊脅肩臂臑之屬，肉物臧婦，釋文作□之屬，百品味庶饈之屬，言百舉成數賈體名。案：少牢，解羊豕前體肩臂臑，後體脾胳。又有正脊、脡脊、橫脊，又有短脅、正脅、代脅，是其體二十一體肉物。案：公食大夫禮十六豆有胾。胾謂切肉。少牢，主婦獻尸以燔，從傳火曰燔，百品庶羞之屬。

肆，託歷反。取剔義，然只從本字，亦有肆陳於鼎俎之意。享字本作亯，音香，音享，音烹，只用一字。並同《楚茨》，絜爾牛羊，以往烝嘗，或割或亨，作香字韻。或肆或將，祝祭於祊。音方。

魏了翁《鶴山集》卷一〇五《周禮折衷》 凡宗廟之祭祀，掌割烹之事，凡燕飲食亦如之，凡掌共羞脩刑撫胖骨鱐，以待共膳。

鄭共當爲具羞，庶羞也。脩，鍛脯也。胖，如脯而腥者。鄭司農云：刑膴謂夾脊肉，或曰膺肉也。骨鱐，謂骨有肉者。玄謂刑鉶，羹也。膴膎，肉大臠所以祭者骨牲體也。鱐，乾魚。賈肉饔不掌外神，故云宗廟之祭祀，言凡者謂四時及祫禘并月祭等，皆在其中，掌其割烹之事，上王后言煎和，此不言煎和者，鬼神尚質，不貴褻味。薑桂鍛治之謂之脩，不鍛治者謂之脯。乾則爲脯，不乾而腥，則謂之胖。刑膴有明文，先鄭以刑膴爲夾脊肉，故後鄭不從。或曰膺肉，無所出亦不從骨鱐，謂骨有肉者。玄謂刑鉶，羹也。膴膎，肉大臠所以祭者。骨，牲體。鱐，乾魚。先鄭合爲一後，鄭不從特牲，有鉶羹，謂鉶器盛豕臐，設於薦南，膴魚肉總有也。膴又詁爲大。

魏了翁《鶴山集》卷一〇五《周禮折衷》 外饔掌外祭祀之割烹，共其脯脩刑膴，陳其鼎俎，實之牲體魚腊，凡賓客之殽饔餼食之事，亦如之。

鄭殽客始至之禮，饔既將幣之禮，致禮於客，莫盛於饔，賈致禮於賓客，莫盛於饔者，以其饔之中有飪、有腥、有牽、又有酒、有米，兼燕與食，其中芻薪米禾又多，故朝聘之日致之，是以鄭云急歸大禮，故云莫盛於饔也。

魏了翁《鶴山集》卷一〇五《周禮折衷》 烹人掌共鼎鑊，以給水火之齊，職外內饔之，饔烹煮辨膳羞之物，祭祀共大羹、鉶羹，實客亦如之。

鄭鑊所以煮肉及魚腊之器既熟，乃胥於鼎齊多少之量職主也。饔，今之竈主於其竈煮物。賈案：少牢禮饔在廟門外之東，大夫五鼎，羊豕腸胃魚腊各異鑊，鑊別有一鼎，鑊中肉熟各升一鼎，故鄭云既熟乃胥於鼎。《周禮》、《儀禮》皆言饔。《論語》王孫賈寧媚於竈。《禮記》祭法，天子七祀之中亦言竈；若然自孔

子已後皆言竈，故鄭云饗今之竈。

七祀非古禮竈也者，老婦之祭也。涪，先儒以大羹不致五味也。鉶羹，加鹽菜矣。肉涪，盛於登。肉汁一名涪汁，字當從肉從泣作涪只有張參能辨。若只從水旁，字書中無。蓋涪字以注爲聲，以肉爲形，若是汁却無聲。又云王者典禮齊桓公出來一壞，晉文公出來一壞，道路之政不脩，賓客之政不舉。然而子產說晉文之時，車馬有數，以至客至如歸一段，猶見晉文之時，尚餘些典禮，只如秦山之下明堂之祭，則齊宣時猶在。又云鄭康成五經皆有傳注，又注五經緯，今乾坤鑿度之類猶在，皆以三字爲名。如參同契元命包，亦是康成自五六十時注到八十歲，今左氏正義內間引鄭注。

魏了翁《鶴山集》卷一〇五《周禮折衷》 腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膴胖之事，凡祭祀共豆脯薦脯膴胖，凡獵物賓客喪紀共其脯腊，凡乾肉之事。

鄭大物解肆，乾之謂之乾肉，若今涼州烏翅矣。薄析曰脯，捶而施薑桂曰鍛，脩腊小物全乾脯非豆實，豆當爲羞聲之誤也。賈趙商問腊人掌凡乾肉而有膴胖何。鄭答雖鮮亦屬腊人知脯非豆實者。案：邊人職有栗脯，則脯是邊實，知豆當爲羞者。案邊人職，凡祭祀共其邊薦羞之實。鄭云未飲未食曰薦，已飲已食曰羞，羞薦相對，下既言薦脯明，上當言羞脯也。鄭司農云：膴，膚肉。鄭大夫胖讀爲判，杜子春讀胖爲版，又云膴胖，皆謂夾脊肉。又云禮家以胖爲半體者，文無所出，皆非也。祭祀之禮，肫解而腥之，又有體解而爓之，又有薦孰之禮。三者皆當先制爲胖，此證胖與脯不同，賓客喪紀所共者，內外之饗也。

《禮器》，晏平仲豚肩不掩豆，當在俎不在豆，謂平仲儉不中禮，對文假豆而言以形，言豚肩之小也。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・食物嗜好》 《羣書要語》：餚，雜肉也。膴，漬肉也。《說文》脤者俎實，祭肉也。生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。《穀梁》熟肉有骨曰殽，大臠曰胾。《釋文》肉腥細者爲膾，大者爲軒。《內則》珍用八物。注謂淳熬、淳母、炮豚、炮牂、擣珍、漬熬肝膏也。《周禮・膳夫》觴酒豆肉。《坊記》窮口腹之欲，不能反躬，天理滅矣。《禮》魚鱐鮑鮨。《六月》飲酒之飾，籩豆有楚，殽核維旅。《吕氏春秋》封熊之掌，嚾音之跖，燕髀、猩脣、鼯鼠殘、鼯，獸名，所食之殘。象口，張協《七命》又紫駝之蜂。見駾注。【略】

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・肉》 事類：濡肉。濡肉齒決。乾肉。乾肉不齒決。記雜肉。肴雜肉也。漬肉。腌漬肉也。熟肉。孺宗廟熟肉也。並說社肉。脤者俎實祭肉也，生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。殽胾。熟肉有骨曰殽，大臠曰胾。釋文膾軒。肉腥細者爲膾，大者爲軒。肉則豆肉。觴酒豆肉。坊記。葅肉。醬酒葅肉。《鮑宣傳》肉美。肉之美者，猩猩之脣。《吕氏春秋》又封熊之掌，嚾音之跖，燕髀、猩脣、鼯鼠殘、鼯，獸名，所食之殘。象口，張協《七命》又紫駝之蜂。見駾注。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・脯脩》 脯噬腊肉乾肉。脯噬腊，脩脯也。《說文》又腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膴胖之。搏縮。脯，搏也，乾燥相搏着也。脩，縮也，乾燥縮也。《釋名》脯鋪。脯，乾雉。鯑，乾魚。《禮注》

葉隆禮《契丹國志》卷二六《室韋國》 室或爲「失」，蓋契丹之類，其南者爲

契丹，在北者號爲室韋。路出和龍北千餘里，入契丹國。與奚、契丹同。夏則城居，冬逐水草，有南室韋、北室韋。其俗，丈夫皆披髮，婦人皆盤髮，衣服與契丹同，乘牛車，以蓬蔂爲屋，如氈車狀。度水，則束薪爲栰，或有以皮爲舟者。馬則織草爲鞚，結繩爲轡。氣候多寒，田收甚薄。惟靡鹿射獵爲務，食肉衣皮，鑿冰沒水中，而網取魚鼈。地多積雪，懼陷阬穽，騎木而行。太祖併諸番三十六國，室韋在其中。

徐岳《見聞録》卷四《滋味》 某尚書愛食鵝，有巨瑠餽之生鵝二，烹食味肥甘異常，而骨髓甚香，以爲固鵝光鴨之類。他日晤巨瑠，問爲何處土産。瑠云從脱殼時，以人參湯煮飯，加松子白糖餵之耳。未幾，巨瑠以不法伏辟。又河南某大司馬好食驢肉，以蒸羊肉拌料豆餵之，驢至極肥始宰。有子十人爲流寇，殺其九，長子以恩蔭弘光年。至今陵謁選，又死於亂軍而絶。昔晉武帝幸王武子第，廚婢數百人，各持琉璃器供膳食，蒸豚有異於常，問以人乳飲之。齊武帝幸芳林園，就虞悰求味獻棚及雜肴數十輿，大官不及。後皆不獲有終。雲間一姓，累世巨富，從無發者，惟納粟爲國學生耳，其姻婭必極貴顯，一房與某相國子結姻。偶有喪，相國之子公車北上，家已如禮吊奠。及下第歸，突如往唁，禮畢，少頃肆筵列，凡即請登席，大肴三百，每肴必兼味調和，添案如之，俱用白定窑盛膳，以有喪也。次日族房筵歎，肴亦如之，惟盛膳以五色定窑，而酬酢用犀玉之器耳。余於順治初年，猶見其峻宇，雕墻延亘數里，不數年凋落殆盡，連甍第宅不惟變爲瓦礫，旋皆爲膏腴矣。甚矣，奢之不可不戒哉。嘗讀《尸子》曰：桀紂必南海之姜，北海之鹽，西海之菁，東海之鯨，謂其以口腹之奉，而羅列滋味也。貴爲天子惡且歸之，況下焉者乎。彼何曾食日萬錢，李德裕杯羹費及數萬，韋陟廚中遺棄亦直萬錢，蔡京廚婢數百，庖人數十，他如蕭家餛飩、庾家粽子、韓約櫻桃餜餛、胡突繪、麈皮索餅之類，實爲作孽，豈享福者所爲。

吴自牧《夢粱録》卷一六《肉鋪》 杭城内外，肉鋪不知其幾，皆裝飾肉案，動器新麗。每日各鋪懸挂成邊猪，不下十餘邊。如冬年兩節，各鋪日賣數十邊。案前操刀者五七人，主顧從便索喚劊切。且如猪肉名件，或細抹落索兒精、鈍刀丁頭肉、條撮精、窩燥子肉、燒猪前肝肉，齊肉、盦蔗肉。骨頭亦有數名件，曰雙條骨、三層骨、浮筋骨、脊龜骨、球杖骨、蘇骨、寸金骨、棒子、蹄子、腦頭大骨等。肉市上紛紛，賣者聽其分寸，略無錯誤。至飯前，所挂之肉骨已盡矣。蓋人烟稠密，食之者衆故也。更待日午，各鋪又市熬臊熟食：頭、蹄、肝、肺四件，雜熬蹄爪事件，紅白熬肉等。亦有盤街貨賣，更有犯鮓鋪，兼貨生熟肉。且如犯鮓，名件最多，姑言一。其犯鮓者：算條、影戲、鹽豉、皂角、鋌松、脯界、方條、綫條、糟豬頭肉、瑪瑙肉、鵝鮓、旋鮓、寸金鮓、魚頭醬、三和鮓、切鮓、桃花鮓、骨鮓、飯鮓、槌脯、紅羊犯、大魚鮓、鱘鰉魚鮓等類。冬閑添賣凍姜豉蹄子、姜豉鷄、凍白魚、凍波斯薑豉等。壩北修義坊，名曰「肉市」，巷内兩街，皆是屠宰之家，每日不下宰數百口，皆成邊及頭蹄等肉，俱系城内外諸面店、分茶店、酒店、犯鮓店及盤街賣熬肉等人，自三更開行上市，至曉方罷市。其街坊肉鋪，各自作坊，屠宰貨賣矣。或遇婚姻日，及府第富家大席，華筵數十處，欲收市腰肚，頃刻并皆辦集，從不勞力。蓋杭州廣闊可見矣。

陶宗儀《説郛》卷六〇下潛夫《南宋市肆記》 犯鮓

算條，界方條，線條，魚肉影戲，羊犯，削脯，槌脯，鬆脯，兔犯，麋犯鹿脯，糟豬頭，乾鹹豉，皂角鋌，臘肉，炙骨頭，旋炙荷包，荔枝皮，鵝鮓，荷包旋鮓，三和鮓，切鮓，骨鮓，桃花鮓，雪團鮓，玉板鮓，鱘鰉鮓，春子鮓，黄雀鮓，銀魚鮓，蝦鮓。

朱輔《溪蠻叢笑》 不乃羹，牛羊腸臟略擺洗，羹以饗客，臭不可近，食之既則大喜。《嶺表録異》曰：交趾重不乃羹，先鼻引其汁。不乃者反切擺也。

周密《齊東野語》卷一六《北令邦》 《滹水燕談》載契丹國産大鼠曰毗狸，形類大鼠而足短極肥。其國以爲殊味，穴地取之，以供國王之膳，自公相以下，皆不得嘗，常以羊乳飼之。頃北使嘗携至京，烹以進御，本朝使其國者，亦皆得食之，蓋極珍重之也。

浮休《使遼録》亦謂有令邦者，以其肉一臠，置之食物之鼎，則立糜爛，是以愛重。陸氏《舊聞》云：「狀類大鼠，極肥腯，甚畏日，爲隙光所射輒死。」《續揮犀》載刁約使契丹，戲爲詩云：「押燕移離畢，看房賀跋支。餞行三匹裂，密賜十毗狸。」如鼠而大，穴居食果穀，味若豘而脆，契丹以爲珍膳。數説皆微有異同，要之即此一物，亦竹猄、獾狸之類耳。近世乃不聞有此，扣之北客，亦多不知，何耶？

周密《武林舊事》卷六《犯鮓》 算條。界方條。線條。魚肉影戲。胡羊犯。削脯。槌脯。松脯。兔犯。麋犯鹿脯。糟猪頭。乾鹹豉。皂角鋌。腊肉。炙骨頭。旋炙荷包旋鮓。三和鮓。切鮓。骨鮓。桃花鮓。雪團鮓。玉板鮓。鱘鰉魚鮓。蝦鮓。

周密《癸辛雜識》後集下《駝峰》 駝峰之薦，列於八珍。然駝之壯者兩峰堅

聳，其味甘脆，如熊白嫩房而尤勝；若駝之老者兩峰偏癟，其味淡韌，如嚼敗絮。然所烹者皆老而不任負重者，而壯有力者未始以爲饌也。子昂

方回《續古今攷》卷三一《膳用六牲》 膳。鄭注：用六牲馬牛羊豕犬雞也。

附攷庖人六畜六獸六禽

庖人六畜六牲之別，始養之曰畜，將用之曰牲。《春秋傳》曰：卜日曰牲。鄭司農曰：六獸，麋鹿熊麅野豕兔。六禽，鴈鶉鷃雉鳩鴿。玄謂獸人冬獻狼，夏獻麋。又《內則》無熊，則六獸當有狼，而熊不屬六禽於禽獸，及六摯宜爲羔豚犢麛雉鴈。凡鳥獸未孕曰禽。司馬職曰：大獸公之，小禽私之。干注：熊作貆。

方回《續古今攷》卷三一《羞用百有二十品》 鄭注：羞出於牲及禽獸，以備滋味，謂之庶羞。公食大夫，《禮・內則》：下大夫十六，上大夫二十，其物數備焉。天子諸侯有其數，而物未得盡聞。

方回《續古今攷》卷三一《上大夫庶羞二十品》 紫陽方氏曰：今以《儀禮・公食大夫》、《禮記・內則》參互攷之，書於後。膮牛曰膮，今時臛也，古文作香。臐羊曰臐，古文作薰。膷豕曰膷，皆香美之名也，許堯反。牛炙，此二字上多一醢字，康成曰衍。牛胾《儀禮》曰醢，以西牛胾。醢，與上牛胾相連，當是牛胾之醢。牛膾，《禮記》作膾，《儀禮》作牛鮪，又作鰼，又曰肉膾。羊炙《儀禮》曰：鮪南羊炙。羊胾《儀禮》以東羊胾，下連醢字。醢當是羔炙之醢。豕胾《儀禮》以西豕胾。芥醬芥實醬也。魚膾此十六品，下大夫之庶羞，上大夫加四品。雉兔鶉鴽《禮記》作鶉。鄭注：鴽無母。不言如何烹治。

方回《續古今攷》卷三四《珍用八物　禮記八珍》 鄭注：珍謂淳熬、淳母。淳，之純反。母，莫胡反。炮豚、炮牂、擣珍、漬熬肝膏也。《禮記》：淳熬，煎醢加於陸稻上，沃之以膏，曰淳熬。注：淳，沃也。熬，亦煎沃、煎成之以爲名。淳母，煎醢加於黍食上，沃之以膏，曰淳母。注：母讀曰模，模，象也，作此象。淳熬炮取，豚若將當作牂刲之刳之，實棗於其腹中，編荏以苴之，塗之以謹塗。謹本作墐，音斤。炮之塗，皆乾擘之，濯手以摩之，去其皺，爲稻粉糔溲之以爲酏，以付豚。皺，章善反。糔，息酒反。溲，所九反。煎諸膏，膏必滅之鉅鐏，湯以小鼎鬲脯於其中，使其湯，毋滅鼎三日三夜，毋絶火而後調之以醯醢。注：炮者以塗，燒之爲名也。將當作牂，牂，牡羊也。刲刳博異語也。謹當作墐，聲之誤也。墐塗，塗有穰草也。皺，皮肉之上魄膜也。糔溲亦博異語也。糔讀淅，瀡之淅同。薤之脂裹脂燒而割亦佳，稻果狼膈膏，恐別是一物。鄭注：《周禮》：餰食、上文糝，取牛羊豕之肉，三如一，小切之，與稻米二、肉一合以爲餌，煎之。鄭注：此《周禮》糝食。附攷在後，具醢人羞豆之實。

使薄如爲脯。然惟豚全耳，豚羊入鼎三日，乃內醯醢，可食也。紫陽方氏曰：淳熬、淳母、炮豚、炮牂、八珍之四，其厚於味如此。淳熬、淳母，一則煎稻飯，一則煎黍飯，皆醯醢，肉醬也。漢筍醬，今人海味稱魚子醬、蛤蜊醬、鰕醬、皆鹽以成之。單稻醬，則麥豆和麵，蒸煮和鹽成醬黃，調水下鹽，曝以赫日。凡羹味煎熬，無不用之。古或全或析，三日三夜，而後和以今之醋醬而後食之，不亦勞乎。不過棗肉與豬肉、羊肉相入，先炮後煮耳。

擣珍，取牛羊麋鹿麅之肉必腴，每物與牛若一捶，反側之去其餌，熟出之，去其皺，柔其肉腴，音每。注：腴，脊側肉也，捶擣之也。餌，筋腱也。柔之爲汁，和也汁，和亦醯醢，歈腱其言。其，偃二反，筋之大者。紫陽方氏：八珍之五曰擣珍，以牛羊麋鹿麅脊側肉捶以柔之，此乃今杭人巴鮓鋪所謂紅羊巴也，今但用豬脊脅肉，柔醢而風之臘乾爲上。吕兩府判閩時，爲回言買諸秔，以豬臟裹而煮之，彌潤且佳。凡今巴鋪有鹿脯、獐巴脯、鹿條及此紅羊也，削而生食謂之削脯，煨而捶之，謂之捶脯、鬆脯。此云牛羊麋鹿麅之脊側肉，却似易辨。

漬取牛肉必新殺者，薄切之，必絶其理，湛諸美酒，期朝而食之以醢。若醢醷爲熬捶之去其皺，編萑布牛肉焉，屑桂與薑以灑諸上而鹽之，乾而食之。施羊亦如之。施麋、施鹿、施麅，皆如牛羊。欲濡肉則釋而煎之以醢，欲乾肉則捶而食之。肝膋，取狗肝一，幪之以其膋濡，炙之舉燋，其膋不蓼。注：膋，腸間脂。取稻米舉糔溲之，小切狼臅膏，以與稻米爲酏。膋音遼。蒙音幪。酏讀爲餈，之然反。

方回《續古今攷》卷三四《珍用八物禮記八珍》 臐音憶。注：狼臅膏，臐中膏也。以煎稻米，則似今膏餈矣。此周禮酏食也。餈與餈同，又音賛。紫陽方氏曰：以新殺牛肉薄切，漬諸美酒，朝而食之，今旋鮓鵝鮓。取牛肉爲之，此一珍不難牛羊麋鹿麅之肉，屑以薑桂，或濡，或乾而食之，或今之肉旋鮮，笋條巴卓角脡影戲巴椒醋炙巴，以牛羊麋鹿麅肉爲之，何不可。狗膋幪肝燒食，今北人羊脂裹脂燒而割亦佳，稻果狼臅膏，恐別是一物。鄭注：《周禮》糝食、上文糝，取牛羊豕之肉，三如一，小切之，與稻米二、肉一合以爲餌，煎之。鄭注：此《周禮》糝食。附攷在後，具醢人羞豆之實。

牲》　六獸，麋鹿熊麅野豕兔，玄謂當有狼而熊不屬。六禽雁鶩雉鳩鴿，玄謂於禽獸，及六摯宜爲羔豚犢麑雉雁。恐不然，鳥獸未孕曰禽。凡其計數之有一、其孰不解之。蠯與鮮同，謂生肉羹，謂乾肉，苦老反。備品物曰薦，致滋味乃爲羞。祭祀好羞，荆州鱣魚，青州鱉胥。喪紀庶羞謂虞祔。禽獸，春夏秋冬行，行用也。羔豚膳膏，腥乾雉鰪乾。魚，蠯魚也，羽，雁也。香牛脂，臊犬膏，腥雞膏，羶羊脂。乾，魚雁水涸而性定。牛屬司徒土也，雞屬宗伯木也，犬屬司寇金也，羊屬司馬火也。八物得四時之氣尤盛，用休廢之脂膏煎和之膳羞，是正王及后不會禽獻，是加世子會王后，世子皆可以禽獻於賓，惟會世子恐未然。乃注之妄云。

內饗，割亨煎和，割肆，解肉也。亨，煮也。煎，熬也。和齊以五味，肆，託歷反。齊，才細反。辨體名脊脅肩臂臑之屬，前臑周人所貴。《淮南子》：周公前臑不絶於前，辨肉物胾膊之屬。膊音孱，或亦作孱。《詩》：或燔或炙，注：燔是肉炙，是肝附嘉殽脾臛。脾，今腰子也。臛口上曰臛，口下曰函。毛氏曰：臛，函也。《説文》云：函，舌也。又曰裹肉也。此殆牲唇如猩唇者。辨百品味庶羞之屬取於籩，以實鼎取於鼎，以實俎實鼎曰脅，實俎曰載脅，亦升俎。選百羞珍物，恒選擇其中御者，牛臐羊羶犬臊，鳥貍於弗反冢腥。馬蝬前已備書。

內饗不掌外神，故云宗廟之祭祀，禘祫月祭等，共羞脩刑膴胖骨鰪。脩，鍛脯也，加薑桂鍛治之爲鍛脩，亦曰鍛脯。不加薑桂，不鍛治，直謂脯。此修脯之異者。胖如脯而腥者乾，則爲脯，不乾而腥，謂之胖。普半反。師仲刑膴夾脊肉非，或曰膂肉無所出，骨鰪謂骨有肉，非骨，自是牲體，鰪自是魚乾。膴，火吳反，凶武反。玄謂刑鉶羹特牲，有鉶羹，盛豕臐膴膮肉大臠。牒直輒反、之涉反。所以祭者魚肉總有公食。大夫禮庶脩皆有。大謂大臠，據肉而言。如此，則魚有膴，謂之大骨牲體，若體解十一，雖據骨而言，骨有肉鰪，夏行脤鰪，同義。

外饗掌外祭祀，割亨殽，客始至之禮。饗既，將幣之禮，致禮於客，莫盛於饗。聘曰致饔急歸大禮。康成語將幣者，聘享也，諸侯來朝，亦朝日致之，有飪、有腥、有牽，又有酒米兼燕與食，又多芻薪米禾，饗者老孤子、士庶子、耆老、死事者之父祖、兼有國老、庶老、孤子、死事者之子、士庶子、衛王宮者，若今時之饗衛士。喪事陳鼎俎，殷祭虞祔，皆有鼎俎士。喪禮，小斂一鼎，大斂三鼎，朔日祭如之月半，不殷奠薦新如之。

烹人主爲內外饗，煮肉共鼎鑊，鑊所以煮肉及魚腊之器，既熟，乃齊於鼎，齊多少之量，少牢饗在廟門之東。大夫、五鼎羊豕腸胃魚腊何不言膚，各異鑊。鑊別有一鼎，鑊中肉熟，各升一鼎，王十二鼎，六牲六鼎，腸胃魚腊膚三鼎，或謂天子魚入庶羞。膷臐膮三鼎，曰陪鼎。正鼎九，有九俎，天子所享，廣衆當用鑊，不可數計。饗，今之亹。《周禮》《儀禮》皆言饗。《論語》：王孫賈始言媚亹。《禮記》：祭法，天子七祀有亹。《月令》：孟夏其祀亹。皆孔子後書大奠肉湆，不致五味。鉶羹加鹽菜，牛用藿，羊用苦，豕用薇，即膷臐膮也。盛於鉶器爲鉶羹，盛於豆爲庶羞。

甸師，郊外曰甸師，猶長也，主共野物，官之長，率屬耕耨，王藉耨耘芧也。芸音雲，或音運。芧音子，亦音兹。王以孟春躬耕，帝藉天子三推三公，五推諸侯，九推庶人，終千畝謂徒三百人。藉之言借也。王一耕之，使庶人芸芧終之以共齍盛。齍音資，以時入之謂。麥夏熟，禾黍秋熟。穫之送入地官神倉，籍田之穀，衆神皆用，獨言帝籍舉尊，言之上帝之帝也。粢即盛穀者，稷爲長。《月令》：中央土食稷與牛。五行土爲尊，始知稷爲五穀長。《爾雅》以穀爲粢，通言六穀皆是粢。《小宗伯》云：辨六齍之名。物在器曰盛，祭祀共蕭茅。鄭大夫衆云：蕭字或爲茜，讀爲茜，非是。《詩》取蕭祭脂。蕭，香蒿也。《郊特牲》：蕭合黍稷，臭陽達於墻屋。既奠，然後焫蕭合羶香。鶴山先生曰：合羶香是也。鄭衆以蕭茅爲一物，非杜子春讀爲蕭，是饋獻之後，陰厭取蕭與脂黍稷，共焫之，茅以共祭之，苴亦以縮酒。齊桓責楚包茅不入，束茅立之，祭前沃酒其上，酒滲下，若神飲之。鄭大夫之説茅是也，以蕭字爲茜，則非是共祭之苴。《士虞禮》：束茅長五寸，立於几東，謂之苴。苴以藉祭，亦指士虞禮也。縮酒，左氏管仲辭是也。康成又云：縮酒，沛酒也。醴齊縮酌，此司尊彝職文，司巫祭祀共萩館。茅以爲萩，萩即苴。兩官共供茅，謂甸師共茅與司巫。司巫爲苴，以供宗廟是也。鄉師大祭祀，供茅萩謂祭天時也，共野果蓏之薦。甸在遠郊之外，郊外曰野果桃李之屬，蓏瓜瓞之屬。蓏，力果反。瓞，大結反。喪事代王受箴哉，前已詳書。同姓有罪則死，刑公族，無宮刑，前已詳書。率其徒以薪蒸役外，內饗之事，徒人三百之徒，給內外饗之役，大曰薪，小曰蒸。

方回《續古今攷》卷三六《備品物爲薦，致滋味爲羞。生肉爲鮮，乾肉爲薨》

庖人死生鮮薨之物，薦羞之物。注：薦，亦進也。備品物曰薦。致滋味爲羞。

王言：薦者味以不褻爲尊。鮮謂生肉，薧謂乾肉。紫陽方氏曰：后世子言膳羞。故注特別言王之薦羞，以所進不同。

方回《續古今攷》卷三六《羔豚膳膏香腒鱐膏膷　犢廱膳膏腥蠙羽膳膏羶》　庖人凡用禽獸，春行羔豚膳膏香，夏行腒鱐膏膷，秋行犢廱膳膏腥，冬行蠙羽膳膏羶。注：用禽獸，謂煎和之以獻。王腒乾雉鱐乾魚蠙鮮同魚也，羽雁也。鄭司農云：膏香，牛脂也，以牛脂和之。膏膷，豕膏也。杜子春云：膏膷，羊脂也。玄謂膏腥，雞膏也。

方回《續古今攷》卷三六《乾魚雁水涸而性定》　康成曰：羔豚物生而肥犢，與廱物成而充腒鱐，暵熱，而乾魚雁水涸而性定，此八物者得四時之氣尤盛，爲人食之弗勝，是以用休廢之脂膏煎和膳之。牛屬司徒，土也。雞屬宗伯，木也。犬屬司寇，金也。羊屬司馬，火也。鶴山先生曰：此説未然。紫陽方氏曰：《内則》此四句，康成注：此八物四時肥美也，爲其太盛，煎以休廢之膏，節其氣也。《禮記》香作薌，牛膏薌，犬膏臊，雞膏膷，羊膏羶。如康成之説，古人於王獻之禽，春夏秋冬煎膏不同，以休廢之味，節王氣，何其拘也。此所以不可無食醫歟。乾雉乾魚此二物，於夏食之何謂肥，蓋豚羔犢廱皆未孕，四足之禽，宜有益於人，又何必節其氣。鶴山以爲未然是矣。

馬端臨《文獻通考》卷三二五《四裔考二・高句麗》　高句麗。【略】，其禮性柔仁，惡殺，不屠宰。飲食羊豕，則包以蒿而燔之。

馬端臨《文獻通考》卷三二七《四裔考四・女真》　無尊卑，皆自馭馬，粟粥燔肉爲食，上下無異品。

馬端臨《文獻通考》卷三三五《四裔考一二・泥婆羅》　事五天神，鐫石爲像，每日清水俗神，烹羊而祭。

魯明善《農桑衣食撮要》卷上　八月，【略】收鵝鴨彈。

水鄉居者宜養之。雌鴨無雄，若足其豆麥，肥飽則生卵，可以供廚，甚濟食用，又可以醃藏。

忽思慧《飲膳正要》卷三《獸品》　塔剌不花，一名土撥鼠。味甘無毒。主野鷄瘻瘡。煮食之宜人。生山後草澤中，北人掘取以食。雖肥，煮則無油，湯無味。多食難克化，微動氣。

忽思慧《飲膳正要》卷三《禽品》　水札味甘平，無毒，補中益氣。宜炙食之，甚美。

忽思慧《飲膳正要》卷三《禽品》　鷓鴣味甘温無毒，補中益氣，食之甚有益。人炙食之，味尤美。【略】

汪大淵《島夷志略・加里那》　加里那國近具山，其地磽确，田瘠穀少。王國之亞波，下有石穴深邃。有白牛種，每歲逢春産白牛，仍有雌雄，酋長畜之，名官牛，聽其自然孳育於國，酋長因其繁衍，以之互市他國，得金十兩，厥後牛遂不産。氣候稍熱，風俗淳厚，男女髡髮，穿長衫。煮井爲鹽，釀椰漿爲酒。地産綿羊，高大者二百餘斤，逢春則割其尾，用番藥搽之，次年其尾復生如故。貿易之貨，用青白花碗、細絹、鐵條、蘇木、水銀之屬。

案：《保羅紀行》波斯Robarles州（今Rudbar環近平川）條云：獸畜亦異，其牛極大，紙白如雪，皮毛極短且軟，因氣熱也。角短且粗，尖端不鋭，兩肩之間有一圓峰，約二掌高，世無較美之獸。中略。此地亦有羊，大如驢，其尾大且肥，重約三十磅，肉亦肥厚，可爲良脯。與此書所言大略相似。

孔齊《静齋至正直記》卷三《不食糟辣》　先人平日不食糟薑、胡椒及炙煿之味，以其動痔血也。不食蒜，以其葷心損目，且穢氣也。不食鹽物，以其傷肺動咳嗽也。日惟猪肉腎腸臟蹄肺等，肉必爛熟而進，或鯽鮹白鱖以爲常饌，羊牛雞鵝，則間進之，然止於一味而已。各月則鷹野鳧和蘿蔔及蒸鴨子和鱘鮓常進。天寒飲雞子，和葱絲酒三杯。野味惟鹿獐、玉面貍、山雞之雄者，鵪鶉、班鳩之類，餘不多食，及未成物者亦不食。年及五十，齒及灶脱，肉食必細銼。常時喜食糖蜜，及時果剩貯小奩，置之左右，日不可闕。暮夜必以炒芝麻和乾餅，橘作糊茗以進，蓋欲潤腸肺也。

孔齊《静齋至正直記》卷四《雞卵熟果》　雞卵熟果在午前食則佳，過午後則閉氣。

陶宗儀《説郛》卷三一下《嘉蓮燕語》　吴俗遷居，預作飯米，下置猪臟共煮之。及進宅，使婢以箸掘之，名曰掘藏。閤門上下俱與酒飯及臟，謂之散藏。歡會竟日後，人復命婢臨掘向竈祝曰：自入是宅，大小維康，掘藏致富，福禄無疆。掘藏先祭竈神，然後食。

江南婚娶新婦，初至合巹後，即用牛蹄筋作羹，以豕肉切作骰子大，和作飯送新婦食，謂之金羹玉食。筋誦金，肉誦玉也，吴音肉玉，俱作濃字入聲。

陶宗儀《輟耕録》卷二《減御膳》　國朝日進御膳，例用五羊，而上自即位以

來，日減一羊，以歲計之，爲數多矣。

陶宗儀《輟耕録》卷七《鹹杭子》 今人以米湯和入鹽草灰以團鴨卵，謂四鹹杭子。

按：《齊民要術》用杭木皮淹漬，故名之。若作圓字寫，則誤矣。

瞿佑《四時宜忌·四月事宜》 《千金月令》曰：四月節内宜服暖，宜食羊腎粥。其法，先以兔絲子一兩研煮，取汁一兩，濾浄和麪，切煮。將羊腎一具切條，葱炒作臛食之補腎，療眼暗赤腫一切疾。

朱權《原始秘書》卷九《飲饌食門》 食卵。《瑞應圖》曰：有虞氏馴擾禽，夏后之世，民始食卵，鳳凰乃去。此蓋食卵之始也。

戴冠《濯纓亭筆記》卷一〇 豚拍，俗呼豚白。按：《周禮》：醢人饋食之豆有豚拍。注以拍爲膊，謂脅也。釋文云：拍，音博。

朱權《原始秘書》卷九《飲饌食門》 八珍，淳熬也，淳母也，炮也，擣珍也，漬也，熬也，糝也，肝膋也。先儒不數糝，而分炮豚臐爲二。非也。又迤北八珍，醍酮也，麆沆也，野駝蹄也，鹿唇也，駝乳麋也，天鵝炙也，紫玉漿也，玄玉漿也。

田藝衡《留青日札》卷二六《羊背皮》 今酒席中之羊背皮，所謂薦體。在元謂之挈設，上賓用之，或用馬背皮，餘賓用前手後手。鵝則敬胸，今俗敬首。在北人則否也，若貴戚之家，有名曰割牲者，以數十金駿馬，奚人當堂呈過，一庖丁持利刀，飛取其臀肉一臠而獻之，以誇豪奢也。嗚呼，暴殄至此，其視食前方丈，日食萬錢者，又何如耶。

田藝衡《留青日札》卷二六《養生妙法》 軟飯、爛肉、少酒、獨宿，此古人養生妙法也。余嘗解而書之座右曰：軟飯以養胃，爛肉以養人，少酒以養血，獨宿以養神。此日用之妙法，乃在家之全真。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類·食物》 殽胾。《釋文》云：熟肉有骨曰殽，《禮記》曰：古者未有火化，食草木之實，鳥獸之肉。又曰：後聖有作修火之利，以炮以燔，以爲酪醴。《左傳》曰：秦醫和對晉侯曰：天有六氣，降生五大臠曰胾。八物《周禮》膳夫云，珍用八物。注謂淳熬淳母炮豚炮牂擣珍清熬肝膋也。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類·饌食》 脯腊。《周禮》云：腊人掌乾肉，凡脯腊膴胖之事。注：乾肉，大腊也。小腊，小者也。脯，斤也。捶而施薑桂曰腶修。膴胖皆謂夾脊肉也。腒鱐乾魚。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類·饌食》 龍鮓又云陸機遺張華鮓，華曰：此龍肉也。遂以苦酒沃鮓，鮓中有五色光。十斛《陶侃故事》云：蘇峻上成帝十斛鮓。蚊鮓漢昭帝時，釣得蚊長三丈，帝曰此魚鱘之類，命太官爲鮓。骨青肉紫，食之甚美，帝更求之不獲。鱘鮓《地里志》云：潤州土貢鱘鮓。後池《韓全誨傳》云：昭宗至鳳翔，帝輟所御膳賜全誨等。李茂貞食鮓美，帝曰此後池魚。茂貞曰：臣養魚以候天子。聞者皆駭。

詹景鳳《詹氏性理小辨》卷四二《食法》 聖人之不厭精細與不多食，最是養生良法。凡肉類調五味，貴在適中，不宜太厚膿。與其膿也，寧淡煮，宜熟爛，熟爛則不但消化，易膏液流注，亦罔滯塞，此上善也。煎熬則入腹成火，五臟爲燒灼矣。友人黄姬、水志淳最精饪飪，嘗謂予凡肉入鍍煮，令湯滾十沸後去此湯，更易明水煮爛，不但腥氣盡去，亦令稍淡，入腹不生火也。

楊淙《群書考索古今事文玉屑》卷二一《飲食門·羹》 骨董羹。東坡以雜色肉爲羹，謂之骨董羹。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二·脯二初學記》 劉熙《釋名》曰：脯，搏也，乾燥相搏著也。又曰：脩，脩縮也，乾燥而縮也。《説文》曰：脯，乾肉也。脩，脯也。搏，補莫反。薄脯，搏之屋上也。腕，骨脯也。胸，衘脯脡也。《周禮》曰：腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膴胖判之事，夫物解肆乾之，謂之乾肉，薄切曰脯，捶之而施薑桂曰腶脩。腊，小物而乾者。膴胖皆爲夾脊肉也。祭祀共豆脯薦脯膴胖。盧諶《祭法》：春祠用脯，夏用鬳遍反脯。《儀禮》曰：鄉飲酒，主人立於西，階東薦脯，使行出祖，釋載祭脯，士冠賓東面薦脯。《禮記》曰：婦人之贄脯脩，大夫燕禮有脯無膾，有膾無脯。《穀梁》曰：東脩之肉，不行境中。注曰：東脩脯也。有至尊者不貳。

俞安期《唐類函》卷一七六《食物部一·食總載一》 周禮曰【略】又曰：庖人掌共六獸六禽。注曰：六獸，麋鹿熊麑野豕兔。六禽，鴈鶉鴽雉鳩鴿。《禮記》曰：古者未有火化，食草木之實，鳥獸之肉。又曰：後聖有作修火之利，以炮以燔，以爲酪醴。《左傳》曰：秦醫和對晉侯曰：天有六氣，降生五味。又曰：公膳日雙雞，饔人更之以鶩，御者知之而以洎餽子雅子尾怒也。

【略】

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部·炙》 膰炙。或燔或炙，燔用肉，炙用肝。詩經嗞炙。無嗞炙，注：謂一舉盡，臠近貪。虞處外。膾炙處外。《禮記》啖朱亥《俠客行》：將炙啖朱亥。李白冷炙殘杯與冷炙。杜蛤蜊突承璀嗜蛤蜊炙。《傳芳略》炮炙。炮炙蕭林塘。張説《山池序》胾炙。燔炙之物，均飫於卒士。柳宗元《醫軍堂記》杏酪炙。

飲食有杏炙、雷炙。駝峰炙。將軍曲良翰能爲驢駿駝峰炙。《酉陽雜俎》魚炙。屈建曰：祭典庶人，有魚炙之薦。《國語》馬行炙。紂宮九市車行酒，馬行炙。《帝王世紀》吳女爭。吳王闔閭女驕恣，嘗與王爭食魚炙，怨恚而死。《風土記》顧榮錫。顧榮與同僚宴飲，見執炙狀貌不凡，有欲炙之色，榮割炙啖之曰，豈有終日執炙而不知其味者乎。及趙王倫敗，榮被執。其人爲督率，救榮得免。饋牛炙杜甫客素陽，游岳祠，大水遽至涉旬不得食。縣令具舟迎之，令嘗饋牛炙白酒。類雋牛心炙。王羲之年十二，周顗異之曰重牛心炙，坐客來未嚼先割啖羲之乃知名。《世說》

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部・異味》

嘗異味。詳羹類染指。熊蹯。熊掌也，宰夫胹熊蹯不熟。《左傳》胹鼈煎鴻。膉，熟爛。魚，燒也。臐膍，少汁也。煎，熬也。封熊。封熊之蹯，翰音之跖。《七發》薄耆之家，秋黃之蘇，白露之茹，蘭英之酒，凝脂之飯。秋時蘇黃露下葵滑，皆可食茹。菜之總名。丹穴雛。鳳雛美味，丹穴之雛。玄豹胎。六禽。珍味也，鳧鴈雉鴈，鶉鷃也。熊掌。旋糟熊掌削瓊膚。楊免羓。楊誠齋有《謝陳思顏賜免羓詩》。禽殼。盤肴饋禽殼。韓貍首。首如貍，尾如牛。臛城玉貍。磨刀切玉貍。坡貜炙，鵪羓，鵪羓，麋腱，熊白。肉之美者，猩唇熊白。《呂氏春秋》煮飴。歸來煮豹胎，曆飫不能飴。杜甫異味。數杯資好事，異味煩縣尹。贈鄭十八遐方異味。至於遐方異味，則有嗜者，有不嗜者。韓愈《與崔羣書》雪肉南蠻室利佛逝有獸類野豕，角如山羊，名曰雪。肉味美，以饋膳。麟脂螭髓。謝玄卿遇神仙，設素麟脂班螭髓。《續神仙傳》不能名。裴冕每廣會賓客，不能名其饌。《類聚》

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部・脯》

脯。《釋名》曰：脯。搏也，乾燥相搏着也。脩，縮也，乾燥而縮也。《說文》曰：脯，乾肉也。脩，脯也。搏，薄脯，搏之屋上也。腕骨脯也，胸脯脡也。《周禮》曰：腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膴胖之事。注：乾肉，大腊也，小腊，小者也。有骨曰腊，無骨曰薄，曰脯。脯，斤也，捶而施薑桂曰暇脩膴胖，皆謂夾脊肉也。祭祀共豆脯薦脯膴胖。盧諶《祭法》：春祠用脯，夏用鬳脯。《禮記》曰：祭宗廟之禮，脯曰尹祭。《儀禮》曰：卿飲酒，主人立於西階，東薦脯脩，使行出祖。釋輓祭脯，士冠賓東面薦脯。

束脩。束脩之肉不行境中，有至尊者不貳。脯資餼。牽資，糧也，腫物曰餼，牛羊豕曰牽，唯是脯資餼牽竭矣。衽受。魯昭公奔齊，齊使高子以脯遺公，公衽受之。《公羊傳》贊脯。婦人之贄脯脩棗栗。左朐右脡。以脯脩置者，左朐右脡。注：屈中曰，朐伸曰脡，置左，以燥爲陽也。脡在右，便於食也。暇脩。暇脩蚳醢，脯羹兔醢。燕禮。大夫燕禮有脡無膾，有膾無脯。《禮記》變脯。野蒲變而爲脯。潘岳《西征賦》脯醢。《禮》膳夫掌王之稍事，薦脯醢。稍事謂非事中大舉，持而問食，謂之脯醢。《周禮》瓊枝。折瓊枝以爲羞。

紅虬脯

同昌公主上贈紅虬脯，薄如蟬翼形，鼓則風生，使食物寒而不臭，名曰蟬脯。出

王濟《君子堂日詢手鏡》 余暇日與馴象殷指揮，左州李太守，欽承候舉人嘉祥間談，偶及諸土官風俗，飲食燕遊起居，甚爲可鄙各處者皆同，其飲食烹餌與華人不類，蛇鼠山百脚蚯蚓蜻蜓，皆以登饌，更喜木蠹白大者爲上品，又以牛羊脾上黑膜焙研細，雜以椒鹽醯食諸肉。

王濟《君子堂日詢手鏡》 橫州雖爲殊方僻邑，華夷雜處之地，【略】其地人家多畜牛，巨家有數百頭，有至千頭者，雖數口之家，亦不下十數。時出野外，一望瀰漫坡嶺間如蟻，故市中牛肉四時不輟，一車百餘斤，銀五六錢。馬亦多產，絶無大而駿者，上產一匹價不滿五金。又有海馬，云雷廉所產，大如小驢，銀七八錢可得一匹，亦有力載負，不減常馬，家畜一匹或數匹。漢厩中有果下騮，高三尺即此。至如驢騾，地素不產，人皆不識。其地猪甚肥而美，足短頭小，腹大垂地，雖新生十餘日，即肥圓如匏，重六七斤可烹，味極甘腴，人甚珍重。延客鼎俎間，無此不爲敬。余初不甚信，鄉士夫烹以見餉，食之果然。吳浙人愛食犬，呼爲地羊，小猪之味過於地羊遠甚。又所畜羊皆黑色，若蒼色者，人亦異之。余嘗於坐中談及吾地白羊，人以爲駭，若吾地異黑羊也。

徐獻忠《吳興掌故集》卷一二《風土類》 吳興往時善斫鱠，縷切如絲，簇成人物花草，雜以薑桂。故東坡云：運肘如飛看斫鱠，隨刀雪落驚飛縷。山谷云：爛蒸同州羔，灌以杏酪，食之以乂不以筋。南都撥心麪，作槐芽温淘，摻以襄邑抹豬，炊共城香稻，薦以蒸子鵝。吳興庖人斫松江鱸鱠，繼以廬山康王谷水，烹曾阮門品，少焉解衣仰卧，使人誦東坡赤壁前後賦，亦足以一笑也。觀此，則吳興斫鱠名遠矣，而今皆不一見。

黄省曾《西洋朝貢典録》卷中《榜葛剌國第一六》 【略】以牛羊爲燔炙。【略】

陸楫《古今説海》卷九《溪蠻叢笑》 不乃羹。牛羊腸臟略擺洗，羹以饗客，臭不可近。食之，既則大喜。《嶺表録異》曰：交趾重不乃羹，先鼻引其汁。不乃者，反切擺也。

陸楫《古今説海》卷一一四《霏雪録》 玉面貍謂之風貍，止食山果，而乘風過枝甚捷，味獨勝他貍，宜糟食尤佳。

胡侍《真珠船》卷五《毗狸》 《澠水燕談》：契丹産毗狸，形類大鼠而足短，極肥。其國以爲殊味，穴地取之，以供國王之膳。自公相以下，皆不得嘗，常以羊乳飼之。頃北使携至京，烹以進御。本朝使其國者，亦得食之。《浮休使遼録》：有令邦者，以其肉一臠，置之食鼎，則立糜爛。《陸氏舊聞》：狀類大鼠，極肥腯。甚畏日，爲隙光所射輒死。《墨客揮犀》：才約使契丹，有密賜十貔貍之句。沈存中云：貔貍形如鼠而大，穴居，食果穀。嗜肉狄人以爲珍膳，味如豘子而肥。《齊東野語》云：數説微有異同，要之即一物，亦竹鼠、獾狸之類。近世乃不聞有此，北客亦多不知。余意即今西北邊所謂塔剌不花者也，一名大黄鼠。《飲膳正要》：塔剌不花一名土撥鼠，味甘無毒，煮食之宜人。生山後草澤中，北人掘取以食。雖肥，煮則無油，湯無味。

楊慎《丹鉛總録》卷一六《飲食類·脯腊》 《周禮》：腊人掌乾肉脯腊膴胖之事。脯之爲言脯也，脯時而成也。腊之爲言夕也，經夕而成也。《周易》：噬嗑有乾肉之文。古注云：朝曝而夕乾。又曰睽於陽，而煬於日曰乾，非如今人之臘肉，經臘而成也。《論語》：祭肉不出三日。又服食家陳臭醃藏，皆禁不食。則古人脯腊之制，亦養生之法也。

楊慎《秇林伐山》卷一五《煮羊》 《燕山録》曰：煮羊以鼎，煮鼈以蚊，省火。

劉鳳《劉子威雜俎》卷一〇《詞令篇三》 《説文》曰：膞，切熟肉，内於血中和也。又曰羊並曰醢。《釋名》曰：血醢，以血作之，增其酸豉之味，使甚苦，以消膏而加菹其中，亦以消酒也。

劉鳳《劉子威雜俎》卷一〇《詞令篇三》 《蒼頡解詁》曰：瞗，少汁臛也。臛，臛多澤。膞房大切。

《説文》曰：臛，肉煮。《楚詞》腩鼈炮羔。鵠酸臐臇鳧煎鵠鶉露鷄臛蠵《釋名》曰：脯，博也，乾燥相博看也。修，縮也。乾燥，縮也。《説文》曰：脯，乾肉也。修，脯也。膊，補莫切薄脯，膊之室上也。

《通俗文》曰：脂在脊曰肪，在骨曰肭，獸脂聚曰膞，音窘又曰羶羹、鷄羹、兔羹、羔羹、羖羹、羹羹、羹羹、羹

又肉曰脱之，魚曰作之，棗曰新之，栗曰撰之，桃曰膾之，柤梨曰攢之。注：脱者，剥除其筋膜。作者，搖動之以觀其鮮鯵。一説作，散也，謂削其鱗。棗則拭治之而使之新潔。撰猶選也，栗多蟲蠹，宜選擇之。桃多毛，拭治令青滑如膾。攢之者鑽，治其蠹處也。撰，須兗反。柤，側加反。攢，咨官反。散，七略反。

又肉腥細者爲膾，大者爲軒。或曰麋鹿魚爲菹，麕，爲辟。鷄野豕爲軒，兔爲宛。脾切葱若薤，實諸醯以柔之。注：緦縷切者爲膾，大片切者爲軒。軒音憲。宛音苑。制多未詳。

淳母

又淳母煎醢加於黍食上，沃之以膏，曰淳母。注：母是禁辭，非膳羞之體，故讀爲模，象也。

菫桃荋

玉藻膳於君，有菫桃荋。於大夫去荋。於士去菫。注：菫，艱及辛藥也。荋，苔韭也。膳必用此者，防不祥之物，或干之也。桃以其性菫，以其氣荋以其形，形不如氣，氣不如性，故貴賤多少之數異。

徐常吉《新纂事詞類奇》卷一九《飲食類》 肉

經翼：《左傳》云：齊伐我，曹劌請見。其鄉人曰：肉食者謀之。劌曰：肉食者鄙，未能遠謀。子：《吕氏春秋》云：肉之美者，猩猩之唇，獾獾之炙，爲燕之髀，迷蕩之腕，旄象之白。又云肥肉厚酒，務以相强，命之曰爛腸之食。史《戰國策》云：晚食以當肉。【略】

埤史：《帝王世紀》云：夏桀爲肉山脯林，殷紂爲肉圃，武帝爲酒池肉林，令外國客遍觀。雜論《桓譚新論》云：關東鄙語曰，人聞長安樂，出門向西笑。不知肉味美，則對屠門嚼。雜記《萬花谷》云：南蠻釋利佛逝處，有獸類野豕，角如山羊，名曰雩。肉味美以饋膳。詩賦劉孝綽云：味過瀹風，珍越屠龍。杜甫云：肥肉大酒徒相邀。

徐常吉《新纂事詞類奇》卷一九《飲食類》 《萬花谷》云：唐明皇命射上林鹿，取血和鹿腸煎獎，謂之熱洛河。

徐常吉《新纂事詞類奇》卷一九《飲食類》 雜饌附醢 脯鮓 膾炙

雜記：《西京雜記》云：虞悰善爲雜饌，和劑滋味皆有方法。豫章王嶷盛饌饗賓，王問今日看羞，寧有所遺否。虞曰恨無黄頷脽。何曾《食傳》所載。《清異録》云：金陵踵六朝之故，習競侈雜饌家事鼎鐺，世稱七妙。鞏可照面。餛飩湯可注研。餅可映字。飯可打擦。擦臺濕麵可穿結，帶寒具。餅可作勸盞，嚼着驚動十里人。蘇東坡《志林》云：僧家嗜饌者，謂酒爲般若湯，魚爲水梭花，鷄爲鑽籬菜。人有爲不義而文之以美名者，與此何異。陸伯元曰：蘇文忠公服文以美名，今則不文矣。不徒自饌而代人饌矣，傷生害物，無異庖下清浄之壇，改爲宴戲之所。遊客不到之刹，或爲牙儈，或專貨殖，此無他廟堂售度，黎庶偷安，此輩夥耳。朱子謂：凡州邑士人夥處，其俗不美，言其不力也。□此輩夥乎。

醢

經翼：《禮記外傳》云：醢有六産，有水物天地陰陽之氣所生。史：《漢書》云：掌醢署令一人丞二人掌供醢醢之物，一曰鹿醢，二曰兔醢，三曰羊醢，四曰魚醢。雜記：弘君舉《食檄》云：東里獨姥之醢。

脯

經：《禮記》云：宗廟之脯曰尹祭。又云婦人之贄脯修棗栗。《周禮》云：腊人掌乾肉，凡脯腊膴胖之事。乾肉薄切曰脯，捶而施薑桂曰假腊小物，而乾者膴胖，皆夾脊肉。經翼：《穀梁傳》云：東修之肉不行境中，有至尊者不二。《釋名》云：脯，搏也，乾燥相搏着也。史《漢書》云：蜀氏以賣脯而連騎，張里以馬醫而擊鍾。又云文帝賜脯三日。賜民得聚會飲酒。雜論：《論衡》云：儒者言太平時，筐脯於廚中。雜記：《林陽編》云：同昌公主上賜御饌，有紅虬脯。《雞跖集》云：武夷君食河祇脯。乾魚。《洛陽記》云：洛陽人家，重陽則製迎涼脯。仙釋《神仙感遇録》云：劉晨阮肇入天臺山，有女仙人爲設胡麻飯、山羊脯。《神仙傳》云：王遠至蔡經家，設麟肉脯。

鮓

史：《漢書》云：昭帝釣得蛟長三丈，帝曰：此魚膳之類，命大官爲鮓。骨青肉紫，食之甚美。帝更求之不獲。埤史：《世説》云：有客遺張華鮓。華謂客曰：於積茅下得白魚所作。雜記：《地理志》云：潤州土貢鱘鮓。《蠻甌志》云：白樂天方齋，劉禹錫饋蔗蘆菔酢。《萬花谷》云：房壽六月調羊酪，造含風酢。《酉陽雜俎》云：安禄山恩寵莫比，其賜膳品目有野猪酢。幽怪：《列異傳》云：費長房能縮地脈，坐客在家，至市買酢，一日之間，人見之千里之外者數處。

膾

經翼：《禮》少儀云：牛羊與魚之腥，聶而切之爲膾。《禮・内則》云：膾春

用葱，秋用豚，春用韭，秋用蓼。肉腥細者爲膾，大者爲軒。綽：《春秋》佐助期云：八月雨夜，菰菜生於洿下地，作羹臛甚美。埤史：《世説》云：張季鷹辟齊王東曹掾在洛，見秋風起，因思吴中菰菜蓴鱸魚膾，曰：人生貴適志，何得羈宦千里以要名爵。雜記：《詩話》云：飲御諸友，魚鱉膾鯉。《南部烟花記》云：吴中以鱸魚作膾，一名郎官膾。菰菜爲鱉，以細縷金橙拌之。魚白如玉，菜黄若金，以獻煬帝。帝稱爲金鑾玉膾，東南佳味，一時珍美。《博物志》云：吴王行江中食膾，有餘棄之中流，化爲異魚，今呼爲王餘魚。長數寸，大如筋，有膾形。今江陰人呼爲膾殘。《酉陽雜俎》云：南孝廉善斫鱠，穀薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷，若合節奏。會客衒技，先起魚架之。忽暴風雨，雷震一聲，鱠悉化爲蝴蝶飛去。南齊懼，遂折刀，誓不復作。《雲仙散録》云：洛陽人家，七夕裝同心鱠。仙釋《神仙傳》云：仙人介象，吴王迎至武昌，敬貴之，稱爲介君。與吴王共論膾，何者最美。象曰：鯔魚爲上。吴王曰：論近魚耳，此海中安可得。象曰：可乃令人於庭前作方坎，汲水滿之。象垂綸坎中，食頃，得鯔魚作膾。此與左慈事略同。詩賦枚乘《七發》云：累如疊穀雜若散雪，輕隨風飛，刃不轉切。《雲仙散録》云：南詔膾寸魚，以胡瓜椒蘘和之，號鵝鬬。《金門歲節

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・獸食品類》 象鼻炙。象白。熊掌熊白。麪包烝。白消熊。烝熟。分裝烝臘熊。存白。猩脣。炙熟。豹胎。炙熟。紫駝峰炙。鹿脯。鹿肝尾炙。鹿醢。獾炙。麋腱。乾建二音，筋本。清涼脆碎。腎封狸身肉夾脂。貍首。髦殘。兔醢。兔鮓。腎兔。韓兔。得韓國法製。兔羹。水扎兔。膾燒兔。以骨。牛心炙。房烝。破肚豬羊。渾羊設。置鬲于羊中，內實梗肉、五味，全熟之。通花輓牛腸。胎用羊膏髓。牛脯。羊肋。生燒。羊膊。熟燒。羊背皮。元謂挈設上賓用之，即古半體牲遺意。督打皮。生燒。搭剌不花。生燒。碗烝羊。白沙龍。羊膏嫩名。生紅。羊肉細切，薑菜絲和。韓羊。辣驕羊。碗粧春饌，烝之。鑒虛湯羊，僧鑒虛制，因名。羊紅肝羊皮花絲，長及尺。紅羊枝杖裁羊四蹄上一截。于闐法全烝羊。齊武威王生羊膾。修羊寶卷。拖刀羊皮雅膾。露漿山子羊烝。高細浮動羊。天真羊膾。酒骨糟。以紅麴煮羊肉緊卷，石鎮，入酒骨淹透，切如脯薄食，又曰賜緋羊。烝豚。無心炙。煮豬臛不加五味。同心生結脯。生結風乾。逡巡燒肉。先用鹽淹一二時，復洗淨，入油燒。燒肉。肉醬。獐兔羊豕肉和藥，皆可作。乳烝豚。蒜酪肉。肉鮓。肉絲。肉松。熟豬腈肉焙乾，澆酒醬揉成。松黃肉絲。以松子、黃瓜絲拌肉絲。骨炙。紅爐腊。以紅麴大料爐肉。聚八仙。聚肉絲、百菜絲、醋酪、鹽拌。水晶冷淘膾。豬皮煮化，澆作薄餅，候凝，切，如冷淘麪。水晶膾。豬皮去淨脂，熬稠濾過，凝成膾，切食。或鯉皮洗淨熬粘，濾滓，入鱖、少許，再熬濾，候凝縷切，用菜絲芥醋澆食。肝肚。用腈羊肉、牛百葉縷切，薑菜和。酥油肺。用獐兔。琉璃肺。用羊肺作。膽灌脾。生燒。荔枝肉。灌肺。燥子肉。灌腸。細切豬肉料，拌，納腸中，風乾。火燎肝。猪羊肝皆可作。牌析。細切牛百葉，調和熟湯作。含風鮓。六月，調羊酪作。乳餅。酥膏。瓊膏。唐懿宗以酪造。太玄酪。仙酪。紅羅飣。脅血。赤明香。仗士良家脯名，輕薄甘香，殷紅浮脆，後世莫及。冷脩羊腸。西江料。烝麅肩屑。小天酥。烝。驢駿炙。驢脯。馬炙及脯。驢腸臃。獐羓。獐醢及脯。麃脯。火煉犢炙。五生盤。羊兔牛熊鹿並細切。格食。羊肉腸臟纏豆莢各別。纏花雲夢肉。卷製。過門香。薄治群物，入鮮魚烹。醬體間縷寶相肝。湯浴纏丸。肉糜治，隱卵花。連珠起肉。鍛脩。插腊而施薑桂。貴妃紅。加味紅酥。蹄骨雙脆整。荷蓮兜子。灌漿細餡。剪花生餡。盒生。豬肉縷切，料酒拌。對燒。生燒。河西燒肉。斯彌。骨未鳥醢。紅絲煠骨。頭頭瓣。酥皮餛子。相割羊。小酥生肺。一把蓮。水滑縐邊。紅消。豬肉爲炙。絲肚。槌脯。膘皮。玉面貍炙。竹豚脯。羊舌簽。萌芽肚。肚胘膾。死央煠肚。鮮鰕蹄子膾。豬腊假江蝸。烝黃鼠，烝沙鼠。二者先醃，烝熟去皮。冰鼠脯。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・蟲食品類》 龍醢。晉陸士衡餉張華鮓。華曰此龍肉也，以苦酒灌之，有五色光起。蛇腊。糟虬。蚺肉。雪嬰兒。蛙肉，豆莢製。蛙炙。桂蠹。青桂中蠹，紫色，蜜漬，味香，可去陰痰疾。蟻子鹽醢。交州人收蟻卵爲醬，即《周禮》蚔子醢。蜈蚣脯。海山中蜈蚣大者丈餘，肉可食。蜜唧唧。蠻人取初生鼠，和蜜食，聲猶唧唧也。水姑水上黑蟲，大如指，鹽漬炒。龍蝨。生山溪中，黑黃色，大如指，鹽乾。禾蟲。秋成時，隨海潮浮田上，如蚕，味甘。海燕窩。石雞炙。蝎炙。炒蛹。紅虬脯。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・國朝御膳湯畧》 牡丹頭湯，雞脆餅湯，蘑菇燈龍湯，猪肉龍松湯，猪肉竹節湯，瑪瑙糕子湯，肉釀金錢湯，錦絲糕子湯，珍珠糕子湯，木樨糕子湯，錦繡水龍湯，月兒羹。○酸甜湯，蒲萄湯，柿餅湯，棗湯，豆湯，蜜湯，炒米湯，漿水，牛妳。九者涼進。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・國朝御膳肉食畧》 鳳天鵝，鳳鵝，鳳鴨，夙雞，鳳魚，棒子骨，已上燒煠全體進。燒天鵝，燒鵝，白煠鵝，錦纏鵝，清烝鵝，暴腌鵝，熗鵝，錦繡雞，清烝雞，暴腌雞，川炒雞，白煠雞，燒肉，白煮肉，清烝肉，猪屑骨，暴腌肉，荔枝猪肉，燥子肉，麥餅鮓，菱角鮓，鱘鰉鮓，鱘鰉魚，釀魚，烝魚，猪耳豌，暴腌肫肝，煮鮮肫肝，玉絲肚肺，烝羊，熗羊。

穆希文《説原》卷九《附原飲食説》 肉食：殺，裸肉也。膾，肉腥之細者。脯，乾肉也。修，脯也。有骨曰殺，曰腊。無骨曰肉，曰脯。釀魚肉爲葅，曰鮓。醢，肉醬也。祭祀肉生曰脹，熟曰膰。炙，膰肉，鵝肉，鵝炙。雀炙，味之美者。八珍謂龍肝、鳳髓、豹胎、熊掌、鴞炙、酥酪、蟬肝、猩唇、鯉魚尾。大羹，滋味之調和，是質素之食，人所不嗜者，然中有不盡之味存焉。五味和調曰羹。

閔文振《異物彙苑》卷一一《飲饌部》 七寶羹。

陳思王製馳啼爲羹，一甌值千金。杜詩注

閔文振《異物彙苑》卷一一《飲饌部》

翼脯

堯時厨中有白肉脯，薄如翼形，鼓則風生，使食物寒而不臭。○《帝王世紀》

紅虬脯

同昌公主上贈紅虬脯，非虹也。但貯於盤中，則虬健如虬，絲高一尺。

○《杜陽雜編》

龍鮓

有人遺張華以鮓，華曰此龍肉也。以苦酒沃之，其鮓有五色光耀。○《世說新語》

蛟鮓

漢昭帝時，釣得蛟長三丈。帝曰此魚鱔之類。命作鮓，骨青肉紫，食之甚美。○《白孔六帖》

彭儼《五侯鯖》卷一二《飲食門・肉》 肉之美者，有猩猩之唇，獾獾之炙，鴈之腜，熊之白。熟肉有骨曰殽，大臠曰截。特味、牢味，皆牛肉也。脾析、脆胲、音皮該。二味皆牛百葉。豳腴豕，大腸豳。音豪

彭儼《五侯鯖》卷一二《飲食門・羹》 羅浮顛老。凡取飲食雜烹之類，名谷董羹。陳思王製駝蹄爲七寶羹，一甌千金。明皇取鹿和腸作羹，謂熱洛河。

彭儼《五侯鯖》卷一二《飲食門・炙》 符朗食鵝炙，知黑白處。

象鼻炙。廣之屬城循州雷州皆産里象，牙小而紅，土人捕之爭食其鼻，云肥將軍曲良翰能爲驢駿駝峯炙。

陳耀文《天中記》卷五《端午》 賜臬羹。漢令郡國賜臬，五月五日爲臬羹，脆偏堪爲羹。《北户録》

和羹齊。公曰：和與同異乎。晏子曰：異，和如羹焉。水火醯醢鹽梅，以烹肉魚，燀炊也之以薪。宰夫和之，齊之以味。濟其不及，以洩其過。君子食之，以平其心。君臣亦然，故《詩》曰：亦有和羹，既戒既平。先王之濟，五味和五聲也。以乎其心成其政也，以水濟水誰能食之。昭二十

陳耀文《天中記》卷五《伏》 伏臘。楊惲《報孫會宗書》曰：田家作苦，歲時伏臘，烹羊炮羔，斗酒自勞。潘安仁《閒居賦》牧羊酤酪，以俟伏臘之費。《書儀》

陳耀文《天中記》卷五《臘》 臘取瘦羊。甄宇，北海人。建武中，青州從事，徵拜博士。每臘，詔賜博士羊人一頭。羊有大小肥瘦。時博士祭酒議欲殺羊稱分其肉。宇曰：不可。又欲投鈎。宇復恥之。宇因先自取其最瘦者。後召問瘦羊博士所在，京師因以爲號。《東觀記》

陳耀文《天中記》卷四六《羹》 羹。《爾雅》曰：肉謂之羹。《説文》曰：羹，五味和粥也。

五味和合。五味者，各稱一族之名，和合一鼎，名曰羹。猶威重廉平恩，合而爲信也。《秦子》

雉羹。彭鏗斟雉，帝何饗受。壽永多夫，何長鏗好。和滋味進雉羹于堯，堯饗之而錫，以壽考至八百歲。莊子以爲上及有虞，下及五伯是也。《天問》

鵠羹緣鵠餔玉。后帝是饗，言伊尹始仕，因緣烹鵠鳥之曰：此味故爲南北所推。侍中沈文季曰：羹膾吴食，非祖思所解。祖思曰：魚鼈膾鯉，似非勾吴之詩。文季曰：千里蓴羹，豈關魯衛之説。王甚悦，曰：蓴羹故應還沈。《齊書》

母羹食盡。朱緒無行，母病積年，忽思菰羹。緒妻到市買菰爲羹，欲奉母。緒曰：病後安能食。先嘗之，遂併食盡。母怒曰：我病欲此羹，如何必併啖盡。天若有知，當令汝哽怨。緒開心中芥介然，即吐血，明日而死。上

須肉爲羹。魏元忠前後三坐弃市，偶得不死復舊官，因寧自負人千石之票，不願負人猴頭羹膟。《臨海水物志》

不録羹。《嶺表録異》曰：交趾之人，重不録羹，羹以羊鹿鷄猪肉和骨，同一釜煑之，令極肥濃，漉去肉，進之葱薑，調以五味，貯以盆器，置之盤中。羹中有骨，即滿掬一杓，内觜入鼻，仰首徐傾之。飲盡傳杓，如酒巡行之喫。羹了然續以諸饌，謂之不録會。亦呼爲先惱也。交趾人或經營事務彌，纔縫推要，但備此者會，無不諧者。《安南録異圖》鑿穿心飛頭鼻飲者，皆遺風也。

象鼻炙。廣之屬城循州雷州皆産里象，牙小而紅，土人捕之爭食其鼻，云肥脆偏堪爲羹。《北户録》

和羹齊。公曰：和與同異乎。晏子曰：異，和如羹焉。水火醯醢鹽梅，以烹肉魚，燀炊也之以薪。宰夫和之，齊之以味。濟其不及，以洩其過。君子食之，以平其心。君臣亦然，故《詩》曰：亦有和羹，既戒既平。先王之濟，五味和五聲也。以乎其心成其政也，以水濟水誰能食之。昭二十

陳耀文《天中記》卷四六《臛》 臛臛肉羹。《説文》臛者，嵩也。香氣嵩高也。《釋名》

黄頷臛。虞悰家富於財，而善爲滋味。豫章王嶷盛饌享賓，謂悰曰：餚羞有所遺否。悰曰：何曾食疏有黄頷臛，恨無之。嶷即命駕送之。《齊書》

土肉爲臛。九真太守陶璜立郡，築城於土穴中，得一白色，形似蚕蛹無頭，長數十丈大，餘圍軟軟，動莫能名。割腹有肉如猪豚，遂以爲臛，甚香美璜。啖一杯，三軍盡食。劉欣期《交州記》

陳耀文《天中記》卷四六《膾》 膾。牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。《少儀》

膾春葱，秋用芥，豚春用韭，秋用蓼。肉腥細者爲膾者，大爲軒。《内則》

切散會和。膾，細切肉也。《説文》膾，會也，會和之也。《釋名》

陳耀文《天中記》卷四六《脯》 乾燥相搏。脯，搏也，乾燥相搏着也。修，縮也，乾燥縮也。釋名鬼侯紂脯，鬼侯以享諸侯。

切脯約友。散宜生閎夭南宮，適三子者學乎。太公見三子，知三子之爲賢，遂酌酒切脯，約爲朋友。《尚書大傳》【略】

胃脯。濁氏以胃脯而連騎。《貨殖傳》晉灼曰：今太官常以十月作沸湯，熇羊胃，以末椒薑坋之，暴使燥是也。

束脯餉軍。左慈詣劉表請餉，軍有酒一斗，器盛脯一束，而十人共舉不勝。慈乃自出，取之以刀，削脯投地，請百人奉酒，及脯以賜兵士酒三盃脯一片，食之如常脯味。凡萬餘人皆周足，而器中酒如故，脯亦不盡。坐上又有賓客，千人皆得大醉。葛洪《神仙傳》

麒麟脯。王遠至蔡經家，與麻姑共設餚膳，擘脯而行去，是麒麟脯。上粮雜人脯。初太祖乏食，程昱掠其本縣，供三旬粮，頗雜以人脯，由是失朝望，故位不至公也。《世說》

紅虬脯。同昌公主，上贈御饌，有紅虬脯，非虬也，但貯於盤中，則虬健如紅絲高一尺，以筋抑之，無三數分，撤即復其故。《杜陽編》

贈：王績性嗜酒，杜之松歲時贈脯。

供滋膳。元行沖，狄仁傑器之，嘗謂仁傑曰：下之事上，譬富家儲積以自資也。脯腊膜胰，以供滋膳。

陳耀文《天中記》卷四六《炙》 炙。炙也，炙於火上也。脯炙，以餳蜜豉汁淹之，脯脯然也。釜炙，於釜汁中和熟之也。胎，銜也。銜炙，細蜜肉和以薑椒鹽豉，已乃以肉銜裡，其表而炙之也。貊炙，全體炙之。各自以刀割出，於胡貊之爲也。《釋名》【略】

黃雀炙。王祥後母病，欲黃雀炙。乃有黃雀數枚飛入其幕，因以供母。《孝子傳》

牛心炙。王羲之年十三，謁周顗，顗異之。時重牛心炙，座客未嘗顗割，羲之於是始知名。《晉書》

啖鵝炙。陽桂之役，詔檄久之未就。齊高帝引江淹入中書省，先賜酒食。淹素能飲，啖食鵝炙，垂盡進酒數升，訖文誥亦辨。《齊書》

馳峯炙。將軍曲良翰能爲驢鬃馳峯炙，甚美。《酉陽雜俎》

牛炙。杜甫字子美，客來陽游岳祠，大水遽至，涉旬不得食。縣令具舟迎之，令嘗饋牛炙白酒送。杜甫後漂寓湘潭間，羈旅鵯鴒於衡州來陽縣，頗爲令長所厭。甫投詩於宰，宰遂致牛炙白酒以遺甫。甫飲過多，一夕而卒。集中猶有贈聶來陽詩也。《明皇雜録》

消靈炙。同昌公主上賜饌，則有消靈炙。消靈炙者，一羊之肉取之四兩，雖經暑毒，終不臭敗。《杜陽編》

杏炙龍炙。飲食有杏炙龍炙。

陳耀文《天中記》卷四六《八珍》 八珍。食醫掌王之八珍。《周禮・天官》八珍者，淳熬也，淳母也，炮豚，擣珍也，漬也，熬也，糝也，肝脊也，炮牂也。先儒不敷糝而分炮豚、炮牂爲二，皆非也。后世八珍則曰：龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鸮炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬，以羊脂爲之。吕希哲《雜記》張悦詩云：玉榮飛千日，瓊筵麗八珍。雞集

北八珍。醍醐、麈沆、野駝蹄、鹿唇、駝、乳糜、天鵝炙。紫玉漿，玄玉漿也，玄玉漿即馬妳子。《輟耕録》

三群之蟲。伊尹對湯曰：天子然後可具。夫三群之蟲，水居者腥，獲食者臊，草食者羶。《吕氏春秋》

肉物。肉之美者，猩猩之唇，鑵鑵鳥之炙，鵕鸃之翠，述蕩獸之掌，音椀旅象之約。旄牛也沃鳳之丸，沃西方國九古卯字。魚之美者，洞庭之鱄，東海之鯸，醴水朱鼈。霍水之魚名曰鰩，其狀若鯉而有翼，常從西海夜飛游于東海。【略】

珍食。宋景公待善星文者，設以珍食，施以寶衣。其食則有渠瀆之鼈，前以桂髓叢庭之鷄，蒸以密沫淇漳之鱧，脯以青茄九江珠毚，爨以蘭蘇華清。夏潔灑，以纖縞華清井之澄華也。《拾遺記》

寒。李善選注云：寒，今腌肉也。寒與韓同。劉熙《什名》曰：韓羊、韓兔、韓鷄，本出于韓國所爲。《鹽鉄論》曰：煎魚切肝，羊淹鷄寒。《崔駰傳》亦有鷄寒。曹植文：寒鴿蒸麑。《名都篇》：膾鯉臇胎，鰕寒、鼈炙、熊蟠。《資暇録》：合之涪肉，謂之寒。《廣韻》曰：煑肉熟食曰腌。

嘉物。江皋緑施之筍，洞庭紫鬣之魚，昆山龍胎之脯，玄圃鳳足之葅，千里蓴羹，萬丈名膾。梁吴筠移安定噎鳩之麥，洛陽董德之糜，河東長若之葱，隴西舐背之犢，抱罕赤髓之羊，張掖北門之豉，洞庭負霜之橘，仇池連蔕之椒，調以濟北之鹽，鉝以新豐之鷄。《餅説》犎牛之腴，肥狗之和，熊蟠之腸，芍藥之醬，薄者之炙，鮮鯉之膾，秋黄之蘇，白露之茹，山梁之粢，豢豹之胎，楚苗之食，安胡之飯。土發芳菰精粺，霜蕾露葵，玄熊素膚，肥豢濃肌，山鷄斤鶉，珠翠之珍。寒芳苓之巢穴，膾西海之飛鱗。膃江東之潜替，瞻漢南之鳴鶉。《七啓》晨鳧露鵠，霜鷄黄雀，封熊之蟠，翰音之跖。鵷髀猩唇，髦殘象白，靈淵之蓬，菜黄之鮐，丹穴之鷄，

玄豹之胎。《七命》犉牛之股，凝脂之飯。

調和。久而不弊，熟而不爛，甘而不噥，酸而不酷，鹹而不滅，辛而不烈，澹而不薄，肥而不膩。

和之。羹和之美者，陽樸之薑，招搖之桂，越駱之菌，鱣鮪之醢，大夏之鹽，宰樹之露，其色如玉，長澤之卵。

飯之美。飯之美者，玄山之禾，不周之稻，陽山之穄，南海之秬。以上并《呂氏春秋·本味篇》冀野之粱，會稽之菰。《雜俎》大梁之黍。《七命》遠味。粢紃欲長樂，以苦酒浸之，令人不饑，未能遠謀。《左傳》

九飣食。唐御厨進食用九飣，食以牙盤九杖裝食，味干其間。置上前，亦謂之呑食。《盧氏雜說》

腹腴。魚腹下肥肉也。《禮記·少儀》云：冬右腴，夏右鰭。注：冬氣在上。腴腹，下也，夏氣在下，鰭春也。

匹製貔貍。刀約使契丹，有詩云：餞行三匹製，密賜十貔貍。匹製以小大罷爲之，如黃漆。貔貍形如鼠而大，北狄以爲珍膳。《古今詩話》

雪肉。南蠻室利佛逝有獸，類野豕，角如山羊，名曰雪肉，味美以饋膳。

顯知食物。曹元理明筭術，嘗過其友人陳廣漢。廣漢爲之取酒鹿脯數片，元理筭曰：諸蔗二十五區，應收一千五百三十六枚。蹲鴟三十七畝，應收六百七十三石。以牛產二百，犢，萬鷄將五萬雛。羊豕鵝鴨皆道其數，果旅肴蔌悉知其所。乃曰：此資業之廣，何供饋之偏耶。廣漢慙曰：有倉卒客，無倉卒主。元理曰：俎上蒸豚一頭，厨中荔枝一柈，皆可爲設。廣漢再拜謝，睪自入取之，盡日爲歡。《西京雜記》又趙達嘗過故知家，故知具酒食紿曰：倉卒乏酒肴，如何達取。盤中雙箸，再三從橫之。乃言：卿東壁下有美酒一斛，又有鹿肉三斤，何以辭無。主人慙曰：知卿善射有無，特欲相試耳。《吳志》【略】

熱洛河。唐明皇命射生官射鹿，取血煎鹿腸食之，謂之熱洛河。《廣氏雜記》

食在火候。貞元中，有一將軍家出餺食，每說物無不堪喫，唯在火候，善均五味。嘗取敗障泥，胡祿修理食之，其味極佳。《酉陽雜俎》

食料前定。韓晉公滉在中書，嘗召一吏不時至。怒將撻之，吏曰：某有所屬不得遽至，乞寬其罪。晉公曰：宰相之吏，吏屬何人。吏曰：某不幸兼屬陰司。晉公以爲不誠，怒曰：既屬陰司，有所何主。吏曰：某主二品以上食料。晉公曰：若然，某明日當以何食。吏曰：此非細事，不可顯之，請疏于紙過後爲驗。乃恕之而繫其吏。明日遽有詔命，既對。適遇太官進食，有糕糜一器，上以一半賜晉公，食之美，又賜之。既退而腹脹，歸私第，召醫者視之曰：食物所擁，宜服少橘皮湯，至夜可啖漿水粥，明旦疾愈。思前夕吏言召之，視其書皆如其說。因復問人間之食，皆有籍耶。荅曰：三品以上日支，五品以上而有權位者旬支，凡六品至九品者季支，其有不食祿者歲支。《前定錄》、《逸史》，李栖筠事相同【略】

啫鷄。合肥人劉最好食鷄，每刖雙足置木櫚中，膏肉瀝盡乃烹之，謂之去腥後，最病瘍既愈後嗣

鵝毛迋。恩州出鵝毛脡，乃鹽藏。其味絶美，其細如針。義恭云：小魚一斤千頭，未之過也

肉食者鄙。齊師伐我，曹劌請見。其鄉人曰：肉食者謀之。劌曰：肉食者鄙，未能遠謀。《左傳》

古今好尚不同。梁賀季曰：青州蠏黃，乃爲鄭氏所記，此物不書，未解所以。蔡曰：鄭亦稱益州鹿臕，但未是尾耳。鮆議何胤侈于味，食必方丈，後稍欲去其甚者，猶食白魚鮆腊糖蟹，使門人議之。學士鍾屹議曰：鮆之就腊，驟于屈伸。蠏之將糖，躁擾彌甚。仁人用意，深懷惻怛。【略】

于慎行《穀山筆麈》卷一四《雜解》 熊白，熊脂也。熊山居冬蟄，當心有脂，甚美。雞臕，雞羹也。

趙世顯《芝圃叢談》卷二 嶺南俗以未睜小鼠，蜜漬而食之，聲啷啷然。不問而其味之惡可知。【略】

陳懋學《事言要玄事集》卷四《八珍》 《周禮》：食醫掌王之八珍。見前後世八珍則龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鶉炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬。羊脂爲之。

《七發》：安定噎鳩之麥，洛陽童德之麋，河東長若之蔥，隴西菰背之犢，抱罕赤髓之羊，張掖北門之鼓，洞庭負霜之橘，仇池連蒂之椒，調以濟北之鹽，鉗以新豐之鷄。《七啓》：犎牛之腴，肥狗之和，熊蟠之膽，芍藥之醬，薄者之炙，鮮鯉之膾，秋黄之蘇，白露之茹，山梁之粢，豢豹之胎，楚苗之食，安胡之飯。芳蓀精粺，霜蓄露葵，玄熊素膚，肥豢濃肌，山鷄斥鷄，珠翠之珍。寒芳苓之巢龜，膾西海之飛鱗，臛江東之潛鼉，膳漢南之鳴鶉。七發晨鳧露，鵠霜鷄黄雀，封熊之蟠，翰音之跖，燕髀徨脣，鼈殘象白，靈淵之龜，菜黄之鮐，丹穴之鷄，玄豹之胎。

《吕覽》：肉之美者，猩猩之唇，獾獾之炙，鴆鱓之翠，述蕩之擊，旄象之約，沃鳳之丸。魚之美者，洞庭之鱄，東海之鯧，醴水朱鱉，雀水之魚，名曰鰩，其狀若鯉而有翼，常從西海夜飛，游于東海。

《山海經》：狄山之間，地生視肉。注：聚肉形如牛肝，有兩目，食之盡，更生如故。《臨海志》有肉大如小見臂，長五寸，中有腹無口，堪作炙食。

《李善注》：寒，今胹肉也。寒與韓同。劉熙《釋名》曰：韓羊、韓兔、韓鷄，本出韓國所爲。《鹽鐵論》曰：煎魚、切肝、羊淹、鷄寒。《崔駰傳》亦有鷄寒。曹植文亦有寒鴞、蒸麛。《名都篇》：膾鯉、臑胎、鰕寒、鱉炙。《資暇録》：今之溍肉。《廣韻》曰：煑肉熟食曰胹。

《前定録》：韓晉公滉在中書嘗召一吏，不時至，怒將撻之。吏曰：某有所屬，不得遽至，乞寬其罪。晉公曰：宰相之吏，更屬何人。吏曰：某不幸兼屬陰司。晉公以爲不誠，怒曰：既屬陰司，有何所主。吏曰：某主三品以上食料。晉公曰：若然，某明日當以何食。吏曰：此非細事，不可顯之，請疏于紙，過後爲驗。乃恕之而繫其吏。明日遽有詔命。既對適，遇大官進食，有糕糜一器，上以一半賜公食之。食，又賜之。既退而腹脹，歸私第，召醫者視之，曰：食物所擁，宜服少橘皮湯，至夜可啖漿水粥。明旦，疾愈，思前夕吏言之，視其書，皆如其説。因復問人間之食，皆有籍耶。答曰三品以上日支，五品以上而有權位者旬支，凡六品至九品者季支，其有不食禄者歲支。

《盧氏雜説》：唐御厨進食用九飣食，以牙盤几皮裝食，味于其間，置上前，亦謂之香食。唐明皇命射生宫射鹿取血，煎鹿腸食之，謂之熱洛河。

腹腴，魚腹下肥肉也。《禮記》：少儀云，冬右腴，夏右鰭。注：冬氣在上，腴腹下也，夏氣在下，鰭脊也。

《諸山記》：武夷山仙人，八月十五日會村人，酒行命食，或云葩即水苔也，或云緘雞即荇也，或云石蚓臛即小蟹也，或云沙虹鮓即蝦也，或云河祇脯即乾魚也，味皆甘美。

《釋名》：炙，炙也，炙於火上也。脯炙以餳蜜豉汁淹之，脯脯然也。釜炙於釜汁中和熟之也，膮衙也。衙炙細密，内和以薑椒鹽豉，已乃以肉衙裡，其表而炙之也。貊炙，全體炙之，各自以刀割出，於胡貊之爲也。

《國語》：屈到嗜芰，有疾曰：祭我必以芰。及祥宗老將薦芰，屈建命去之曰：其祭典士，有豚犬之奠，庶人有魚炙之薦。

《雜俎》：將軍曲良翰能爲驢駿驄率炙，甚美。杜甫投詩於來陽，宰宰致牛炙白酒。甫飲過多，一日而卒。《交州記》南方作鱉炙啖之。

《杜陽編》：同昌公主上賜饌則有消靈炙者，一羊之肉取之四兩，雖經暑毒，終不臭敗。

吴之俊《獅山掌録》卷三《挈壺部》

殺羊磔鷄

土氣上升，草木萌動，羊嚙百草，鷄啄五穀。故正朝縣官殺羊懸其頭，又磔鷄以禳之，助生氣也。

梟羹

武帝嘗以正月殺梟爲羹，以賜群臣食之，曰：欲天下人絶其惡類也。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

龍鮓

陸機餉張華鮓，謂是龍肉，以苦酒灑之，五色光起。

龍獐

漢元和時，大雨墮一青龍於宮中，帝命烹之爲羹，群臣人賜一杯。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

雙暈羹

寶儼病目幾喪明，得良醫療之，勸令頻食羊眼，儼遂終身食之。其家名雙暈羹。

不祿羹

交趾人重不祿羹，以羊鹿鷄豬肉和骨同釜煮之，令極肥釀，漉去肉，進之葱薑，調以五味，貯盤而飲，如酒巡行。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

猴頭羹象鼻炙

臨海人喜啖猴頭羹，循雷人喜食象鼻炙。

黄頷腊

豫章王盛饌賓從，謂虞悰餘羞有遺否。悰曰：何曾食疏，有黄頷腊，恨無之。

土肉腊

陶璜於土穴中得一物，似蚕蛹而無頭，割腹有肉如猪豚，遂以爲腊，甚香美。

麒麟脯

王遠至蔡經家，與麻姑共設餚膳，擘脯行酒，云是麒麟脯。

驢駿馳峯炙

將軍曲良翰能爲驢駿馳峯炙，甚美。

熱洛河

明皇尚射生官射鹿取魚，煎鹿腸食之，謂之熱洛河。

鶖毛脡

恩州進鶖毛脡，乃鹽藏者，其味絶美，其細如鍼。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

蜜啷鼠

嶺南獠取鼠胎赤蠕者，以蜜飼之，飣之於筵，以爲佳品。人以筯夾，啷啷作聲，名曰蜜啷鼠。

毗狸

毗狸如大鼠，穴居而食果穀，味若狍而加脆，常取以羊乳飼之，供國王之饍。以其肉一臠，置食物之與，則立糜爛，是以契丹極珍重之，然其性畏日，爲隙光所射輒死。

土肉

土肉純黑，如小兒臂大，長五寸，有腹無口目，有三十足，大如釵，堪炙食。

抱芋羹

百越人喜食蝦蟇，釜中置水，次下小芋煎之，候湯沸如魚眼，始下其蛙，乃一一抱芋而熟。如此，呼爲抱芋羹。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

象鼻炙

潮循人或捕得象，争食其鼻之肥脆，偏堪作炙。

熊白

熊當心白脂如玉，謂之熊白，其美甚於熊蹯。

青豹脯

元封中，起神明之臺，炮青豹之脯。青豹出浪坂之山，狀如虎，色如翠，炙爲脯，食之不愚。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

脤膰

《説文》脤，社肉，本作祳，盛以蜃，故謂之祳，天子所以親遺，同姓也。《左傳》：魯定十四年，天王使石尚來歸脤。《晉語》：受脤於社。《周禮》：太宗伯以脤膰之禮。註：脤膰，社稷宗廟之肉。疏云：以此言之，則社稷之肉曰脤，宗廟之肉曰膰。而公羊穀梁皆云生居俎上曰脤，熟居俎上曰膰。非鄭義矣。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

八珍

禮所謂八珍者，淳熬、淳母、炮豚、擣珍、漬、熬、糝、肝膋、炮牂，蓋八法也。其品則牛、羊、麋、鹿、麕、豕、狗，皆所以養老者也。先儒名數糝而分，炮豚、炮牂爲二，似誤。后世則云龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鶉炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬，以羊脂爲之。迤北八珍，醍醐、麈吭、野馳啼、鹿唇、馳乳糜、天鵝炙、紫王漿、玄王漿。即爲姊子

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

脏寒

李善選注云：寒，今脏肉也，寒與韓同。劉熙《釋名》：韓羊、韓兔、韓鷄，本

出韓國所爲。《鹽鉄論》：煎魚切肝羊淹鷄寒。《崔駰傳》亦有鷄寒。曹植文寒鴿蒸鷹。《名都篇》：膾鯉臇胎鰕，寒鼈炙熊蟠。《資暇録》：今之涪肉謂之寒。《廣韻》：煮肉熟食曰胹。

王圻《稗史彙編》卷一五《地理門・夷方類》 忽魯謨斯國，其國邊海倚山，各處番舶雲集。【略】飲食務用酥油拌煮，市有燒羊、燒鷄、燒薄餅、哈里撒，一應麵食。賣者之家多不舉火。

王圻《稗史彙編》卷一六《地理門・夷方類》

契丹

【略】九月九日，國王率羣臣射虎，少者輸。重九一筵席，射罷，於地高處卓帳，與番漢臣登高飲菊酒，出兔肝切生，以鹿舌醬拌食之，此爲必里遲離。漢人云九月九日也。又以菜萸爲酒，酒户間辟惡。【略】

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》

甘心氏

僞唐陳喬蒸肫，曰：此糟糠氏面目殊垂而風味不淺。呼茶甚急，徑進一巨甌。題詩曰：未見甘心氏，先迎苦口師。

炙獐

《本草》：秋後其味勝羊，道家羞爲白脯，其骨可爲酒。今作大臠，用鹽酒香料淹，少頃，取羊脂包裹，猛火炙熟，去脂擘食。其鹿麂同法。

兔。《本草》：兔肉補中益氣，不可同雞，食，相反。

向游武夷六曲訪止止師，偶雪天得一兔，無庖人可製。師云山間只有薄批酒醬椒料，沃之，以風爐安座，上用水少半銚，候湯響一盃後，各分以筋，令自笑入湯，擺熟啖之，乃隨宜各以汁供。因用其法不獨易行，且有團欒暖熟之樂。越五六年來，京師乃復於楊沫齋伯岩席上見此，恍然去武夷，如隔一世。楊動家嗜古學，而清苦者宜安此山家之趣。因作詩云：浪湧晴江雪，風翻晚照霞。日憶山中味，多忘貴客家。

牛尾狸

《本草》云：班如虎者最，如猫者次之。肉療痔病法：去皮取腸肺，用矾楷淨，以清酒洗之，椒蔥茴蘿於其內，縫密蒸熟，去料，物壓，隔宿，薄切如玉。雪天爐畔論詩把酒，真奇物也。故東坡有雪天牛尾之句。或紙裹糟一宿尤佳。楊誠齋詩云：狐公韻勝冰玉肌，字則未聞名季狸。誤隨齊相燧牛尾，策勳封作糟丘子。南人或以爲鮓形如黄狗鼻尖而尾大者，狐也，其性亦温，可去風補勞，臘月取膾。凡暴亡者，以温水調，灌之即甦。

羖羊

羊作臠實砂鍋内，除葱椒外，有一秘法，只用搥真杏仁數枚，活水煑之，至骨亦糜爛。每惜此法，若逢晉時，一關内侯何足道哉。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》

鴛鴦炙

有弋人携雙鴛至，得之，熇以油爐，下酒醬香料。熟，飲。飲吟倦，得此甚適。詩云：盤中一筯休嫌瘦，入骨相思定不肥。不減錦帶矣。静言思之，吐綬鴛鴦雖各以文彩烹，然吐綬又能反哺烹之，忍哉。雉不可與胡桃木耳菲同食，能耗血。

鵪鶉雉膏

鵪鶉雉膏，乃食之美者。山谷詩云：數面欣羊胛，論詩喜雉膏。乃借用美食之意。唐張演先有詩云：雉膏美景在蔭，紅蓳丹跗次第尋。《夷狄傳》曰：入烹羊胛熟，東方日已明。《説文》曰：戴角曰脂，無角曰胛。

錦綬雞

罽有雞嗉中藏綬如錦，遇晴則向陽擺之，出二角寸許。李文饒詩云：葳蕤散綬輕風裏，若銜若垂何可擬。王安石詩云：天日清明聊一吐，兒童初見互驚猜。生而反哺，亦名孝雉。

土肉

土肉正黑，如小兒臂大，長五寸，有腹無口目，可炙食。

黄金雞

李白詩云：亭上十分醁酴酒，盤中一味黄金雞。其法：婦雞淨，洗用麻油鹽水煑，入葱椒，候熟，劈釘，以元汁别供，或薦以酒，則白酒初熟，黄雞正肥之樂得矣。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》

貔狸

陸楚公諱佃字農師使虜歸，携所得貔狸至京師。先君言猶記其狀如大鼠而極肥腯，甚畏日，偶爲隙光所射輒死，性能糜肉，一臠之肉，以此物一大臠投臠中，旋即糜爛。虜人亦不以此貴之，但謂其味珍耳。

黃鼠

宣府大同之墟產黃鼠，秋高時肥美，土人以爲珍饌。守臣歲以貢獻，及餽送朝貴，則下令軍中捕之，價騰貴，一鼠可值銀一錢，頗爲地方貽害。凡捕鼠者必畜鬌尾鼠數隻，名夜猴兒，能嗅黃鼠穴，知其有無，有則入，嚙其鼻而出。蓋物各有所制，如蜀人養鳥兒以捕魚也。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》

食卵

《瑞應圖》曰：有虞氏馴百禽，夏后之世始食卵，鳳凰乃去。此蓋食卵之始。

鹹杭子法

《齊民要術》有鹹杭子法：有杭木皮搗碎，漬鹽團雞卵，脉如金色。今吳地用虎杖根打碎水漬和灰鹽，以上半月團者，心正中，如下半月團者，心已偏矣。亦古遺法，即今之鹹卵也。

謝肇淛《五雜組》卷九《物部一》 南人口食可謂不擇之甚。嶺南蟻卵蚺蛇皆爲珍膳，水雞蝦蟆其實一類。閩有龍虱者，飛水田中，與灶蟲分毫無別。又有泥筍者，全類蚯蚓，擴而充之，天下殆無不可食之物。燕齊之人食鼈及蝗。余行部至安丘一門人家，取草蟲有子者燥黃色入饌。余詫之，歸語。從吏云：此中珍品也，名蚰子，縉紳中尤雅嗜之。然余終不敢食也，則蠻方有食毛蟲蜜啣者，又何足恠。

陸佃《埤雅》云：蜉蝣似天牛而小，有甲角，長三四寸，黃黑色，甲下有翅能飛，燒而噉之，美於蟬也。據其形質即是龍虱之類，古人以爲口食久矣。然蟬今人不聞有食者，而古人食之，又一新事也。

郭芳章《黔類》卷九《食部》 羔豚。腒。腒音渠，鱐音搜。犢麝。蠡羽。蠡音解。蕞音稿。

庖人凡用禽獸，春行羔豚膳膏香，夏行腒鱐膳膏臊，秋行犢麝膳膏腥，冬行蠡羽膳膏羶。行，猶用也。羔，羊子。豚，豕子。膳膏香，謂治腒鱐以犬膏，犢牛子、麝鹿子。膳膏羶，謂治蠡羽以羊脂。○《周禮・天官》

腥臊膻香

內饔掌王及后世子膳羞之割、烹、煎、和之事，辨腥臊膻香之不可食者。牛夜鳴則庶，羊泠毛而毳羶，犬赤股而躁臊，鳥鼬色而沙鳴，貍豕盲眡而交睫，腥馬黑脊而般臂螻。《周禮・天官》

大羹鉶羹。亨音烹，鑊音穫。鉶音刑。

亨人掌共鼎鑊，以給水火之齊。祭祀共大羹、鉶羹，實亦如之。鑊所以煮，鼎所以和，水火皆有多少之量，亨人給之。大羹，煮肉汁大，古不和之羹。鉶羹，加以五味也。○《周禮・天官》

何宇度《益部談資》卷上 香豬、土犬，建昌、松潘俱出。香豬小而肥，肉頗香，入冬醃以餽人。土犬亦小而肥美，享遊稻田，一犬登樹而望。如有捕者，則先鳴吠，令衆犬奔逸。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・膾》 凡牛羊與魚之腥，聶而切之爲膾。蓋于春秋之間，用蔥、用芥、用韭、用蓼而和之，以厠金盤之實，以充雕俎之羞者也。或膾鮮鯉，或膾飛鱗，或膾華鮪，或膾素鱮，饔人逞技，宰夫奏能。應刃而霍霍靡靡，隨鍔而紛紛纚纚。橫者毫析，縱者縷分，動者風翻，聚者霧委，所謂紅肌綺散，素膚雪落。妻子之亳，不能測其細。秋蟬之翼，不足擬其薄者矣。吳時，有獻東海鮸魚膾者，其膾乾而曝之有異法，大帝得之，以爲海外奇珍。隋季鷹思之而得名。有逢池膾者，李學士夢之而上直。閻閭之所治魚膾者，子胥以還師濡滯而食之，曾不覺一時之晷。姜母之所食魚膾者，姜詩以行孝感通而得之，卒能供二母之餐。若吳王食膾，而棄水爲魚也。越王食膾，而墜水爲魚也。乃其變化之形，介象垂綸而得鯔作膾也。謝糺書符，而得鯉作膾也，特其巧幻之術已爾。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・脯》 脯者，乾肉也。其掌之腊人，晝之月令，以備尹祭之禮，以供臘祀之需，皆是物也。有以牛羊鹿麋爲之者，是謂賓客之常羞。有以草木瓦石爲之者，是謂神仙之異品。麻姑之設肴饌，劈麟脯以供庖，橘叟之充饑，虛嘆龍脯以作膳。劉晨、阮肇食山羊脯而游仙源。趙炳、徐登削桑皮脯而禮神物。闕子文三舍爲令尹，而楚王知其貧也，常設脯食之，以給其饔飧。散宜生三人學太公，而太公知其賢也，即切脯飲之，而結爲朋友。杜松之待王績，每歲時，必餉脯以授餐。桓溫之遇衛展，每宴會，必提脯以佐飲。魯公奔齊國中，而齊侯贈之脯四脡也，則稽首而受之以衽。晉人餓翳桑下，而趙宣與之脯二胸也，則拜藏而遺之於母。光武之初起兵，叔公良使人視

之，而方坐噉脯也，有雍容帝王之象。公孫之至節會，糾諸屬置酒觴之，而當爲致脯也，有慷慨英雄之風。左元放犒師而置脯一盤，必周萬人而不減，乃其道術之所爲奇。盧尚書待客而盛脯一盤，曾無他饌而有餘，乃其家風之所爲。儉子思居貧，友人有餽脯者輒辭之，而先是遺粟則受，即蒙議于人言，而計惟匱乏之時，豈應飲食宴樂。此其人來而亟餽，固宜郤之，弗當也。桑虞行宿，同舍有失脯者輒疑之，而于時解衣以償，即得白于事後而念惟長厚之度，豈應較量是非。此其人愧而請還。固宜投之弗顧也。彼毒痛如商紂，至殺鬼侯爲脯以賜諸侯，則何其忍。竊弄如趙高，至指蒲草爲脯以愚二世，則何其奸矣。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・肉》 昔者桀以肉爲山，紂以肉爲圃。晉有肉如坻，齊有肉如陵。而肉之美者必曰飛龍之肝，鴞鷙之翠，迷蕩之腕，鳳凰之胎，若牛脾，若象白，若豕脇，若羊膀。以甘、以酸爲煎、爲炙，故有嘗一臠而知一鑊之味、一鼎之調者矣。廟堂食肉者，安知藜藿之姿。屠門嚼肉者，但見長安之樂。里婦之肉爲犬所盜，非隣母束縗請火，而其姑知之，何以被逐而呼還。吏舍之肉爲鼠所偷，非張湯按獄具辭，而其父見之，何以回嗔而驚喜。豫章徐孺子之廉潔，而且爲季偉市肉相餉也，則以其知季偉之賢。傳杯渡和尚之清真，而且與俗人食肉不殊也，則以其視俗人之幻。以陳平之分肉必均也，是爲賢宰。而見稱于里社之人，以陸母之割肉必方也，是爲賢母。而見知于羈囚之子方朔之受上賜肉，不待詔而遽割之以歸也。上令自責，而反多譽美之詞。竇固之在羌胡，肉不待熟而爭割之以進也，固皆受殘而署無穢賤之意。至乃公孫弘爲宰相，而食惟一肉者，所以示儉。劉虞爲上公，而食無兼肉者，所以戒奢。而他若鄭義性吝，雖肉之一臠，亦必愛惜。而人有禮餉，忍弗予之。歸登性慳，雖肉之餕餘，亦且封識，而妻偶割食，輒大嗔之。可謂不近人情。已世之高人傑士，即家貧止買肉一片即年大止。食肉十臠，而豈能如孔坦之所謂俎上肉，任人膾截。又豈能如王邵之所謂盤中肉，從人啖食者乎哉。

焦竑《焦氏類林》卷七《食品》 彭祖好和滋味，善斟雉羹以事帝堯。王逸《楚辭》注

徐應秋《駢字馮霄》卷一九《釋名・飲饌》

山膚。一曰熊白，一曰山禾。
脾臇。腸間脂也。
宮脂。鹿脂也。
圂腴。豬大腸也。
肭脐。牛馬子腸也。
鵠酸。以酢治鵠雙，是小腊也。
鮮犗。《淮南子》：湯之初作囿也，以奉宗廟鮮犗之具。生肉爲鮮，乾肉爲犗。
赤明香。仗士良家脯名。
抱罕羊。吳筠《餅說》：隴西氐背之犢，抱罕赤髓之羊。
鵠舌麟胹。孔焯《七引》龍脇之肪，鳳趾之筋，麝髓鹿腸，鵠舌麟胹。音印，脅肉也。

偏地錦裝鱉。羊脂卵脂。

蕃體間縷寶相肝。已上俱韋巨源食譜，見《酉陽雜俎》。

五生盤。羊兔牛熊鹿並細治也。

牡丹鮓。吳越有一種玲瓏牡丹鮓，以魚葉圓成牡丹狀。既熟，出盎中，微紅如初開牡丹。

消靈炙。同昌公主有消靈炙。

紅虬脯。同昌公主傳。

修羊字卷。

交加鴨腊。

羊仙料。

細供沒忽羊羹。

飛鸞膾。

急成小餤。

咄嗟膾。

剔縷鷄。

白消熊。

帖乳花面英。

加料鹽花魚。

北齊武成王生羊膾。

專門膾。

拖刀羊皮雅膾。

折筋羹。

香翠鶉羹。

朱衣餤。

露漿仙子羊羔。

高細浮動羊。

天真羊膾魚膾。

永加王特封烙羊成羹。

連珠起肉。已上謝諷《食經》中節畧五十三種。

白龍臛。鱖肉。

鷄纖。見《釋名》。細擘其脂令纖，然後渥以酥也。兔亦如之。

蜡蚌炙。鹿宜孫食蜡蚌，炙于壽陽甕中，頃進數器。《止戈集》

鴞炙猩唇。《吕希哲雜記》：後世八珍，能肝也，鳳髓也，兔胎也，鯉尾也，鴞炙也，猩唇也，熊掌也，酥酪蟬。

甲乙膏。蜀人二月，好以豉雜黃牛肉爲甲乙膏。《浣花聚地志》

腒鰩蠡羽。《周禮》：庖人春行羔豚膳膏香，夏行腒鰩膳膏臊，秋行犢麛膳腥膏膻，冬行蠡羽膳膏羶。羔，羊子也。豚，豕子也。膳膏香，治羔豚以牛脂也。腒，乾雉也。鰩，乾魚也。蠡羽膳膏羶，治腒鰩以犬脂也。犢，小牛也。麛，小鹿也。膳膏腥，治犢麛以雞膏也。蠡，魚也。羽，雁也。膳膏羶，治蠡羽以羊脂也。腒音渠，鰩音搜，蠡音鮮。

脯腊膮胖。《周禮》：腊人掌乾肉，凡田獸之脯，腊膮胖之事。腊人主治乾物者。脯去骨，腊帶骨，膮全體，胖半體。又内饗掌共羞脩刑膮胖骨鰩以供膳。注：脩，鍛脯也。刑，鉶，羹也。膮，大臠無骨者。胖，半體而腥者。骨，牲體也。鰩，乾魚也。

鼈蜃蠃蠬。《周禮》鼈人掌取互物以時籍魚鱉鼈蜃，秋獻鱉魚，祭祀共蠃蠬，蠬以授醢人。互物互謂有甲介者，蒲刺于泥中，以取埋藏之物。蜃，大蛤也。鱉及鼈魚，字乳以夏，而蜃以夏秋。故春獻鼈蜃，秋獻鱉魚，避其字乳之時。蠃，蜂蛤也。蠃，蜣蝓也。蠬，蟻子也。授之醢人，使爲醢也。

瘡鯉腥螻。《周禮》内饗王舉，則陳其鳥獸以牲體實之。選百羞醬物珍物以侯，饋共后世子之膳羞，辨腥臊羶香之不可食者。牛夜鳴則瘡，羊冷毛而毳腥，犬赤股而躁臊，烏鼏色而沙鳴，鯉豕盲眠而交睫，腥馬黑脊而般臂，螻牛夜鳴則反常，其肉必瘡瘡臭也。羊毛長而毳結，其肉必膻。犬赤股而狂噪，其肉必臊。鼏烏毛悴也沙，鳴音悲也。鯉者氣鬱結也。豕有目而不朗，睫毛相交而生，其肉必腥。般臂，臂毛有文也。螻者臭如螻也。此六者皆不可食。瘡音瘃，鼏音鰾，鯉音鬱。

脩刑骨鰩。又内饗掌共羞脩刑膮胖骨鰩以供。膳脩，鍛脯也。刑鉶，羹也。膮，大臠，無骨者。胖，半體而腥者。骨，牲體也。鰩乾魚也。膮音呼，胖音判。

鵠酸膰皃。《楚詞・招魂》：鵠酸膰皃，煎鴻鵠些。酸以酢漿烹之爲羹也，膰，腯少汁也。膰音鐫。

露雞臛蠵。又露鷄臛蠵，腲而不爽些。露鷄、露梗之鷄也。有菜曰羹，無菜曰臛、蠵，大龜之屬也。

毳殘象白。張協《七命》：鵾脾猩唇，毳殘象白，靈龜之淵，菜黃之鮐。殘謂爲猛獸所食之殘。白，脂也，亦猶熊白。東萊郡有黃縣鮐海魚也，音台。

酪澤蕪膩。□脂瑩且。

羊淹鷄寒。《鹽鐵論》有羊淹鷄寒話括，腊肉謂之寒，寒與韓通。《釋文》韓羊、韓鷄是也。

毳殘。《七命》：鵾脾、猩唇、毳殘、象白。

姚旅《露書》卷九《風篇中》 宣府熟夷重客至其家，榻地而坐，主人先牽生羊以獻，隨對客宰，烹熟則盛以器，戴於首以獻方宰割。奉嘗侑食，即有歌妓挾瑟琶列侍客。酬主人須以布帛，在客厚薄不計。尋丈賞妓須針線之類，若以黃白，則主與妓皆不免有怒色，以爲賤已也。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 龍肝鳳髓，豹胎麟脯，世不可得，徒寓言耳。猩唇雞炙，象約駝峯，雖間有之，非常膳之品也。今之富家巨室，窮山之珍，竭水之錯，南方之熊掌，東海之鮫炙，西域之馬妳，真昔人所謂富有小四海者。一筵之費，竭中家之產不能辦也，此以明得，意示豪舉則可矣。習以爲常，不惟開子孫驕溢之門，亦恐折此生有限之福。孟子所謂飲食之人，則人賤之者，此之謂也。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 膾不厭細，孔子已尚之矣。膾即今魚肉生也，聶而切之，沃以薑椒諸劑，閩廣人最善爲之。昔人所云：金虀玉膾，縷細廣之外，不但斫者無人，即噉者亦無人矣。《説文》：膾，細切肉也。今人以殺人者爲劊子手，劊亦斷切之義，與膾同也。按膾亦謂之劊，齊東昏侯時謠曰：趙鬼食鴨劊。注：細鋒肉，雜以薑桂是也。六朝時呼食爲頭，晉元帝謝賜功德淨饌一頭，又謝賜果食一頭。一頭即今一筵也，然古未前聞，不知何義。

謝肇淛《文海披沙》卷二《釋名》 陳思王製七寶羹。唐明皇射生鹿取血瀹腸食之，謂之熱洛河。羅浮顛老取飲食雜烹之，名骨董羹。交阯俗牛羊腸臟略洗爲羹，名曰不乃羹。夷人最重此羹，以鼻引其汁。又有羊鹿雞豬肉和骨一釜煮之，漉去肉，調以五味，爲不録羹。

董斯張《廣博物志》卷四一《食飲》 陳蕃待客，拌飯以鹿脯，芼羹以牛脯，未嘗別爲異饌。【略】肉之美者，猩猩之脣，獾獾之炙，雋鱸之翠，述蕩之擘，旄象之約。流沙之西，丹山之南，有鳳之丸，沃民所食。魚之美者，洞庭之鱄，東海之鯸鮧。醴水之魚，名曰朱鱖，六足。雀水之魚，名曰鰩，其狀若鯉而有翼，常從西海夜飛，遊於東海。餘瞀之南，南極之崖有菜，其名曰嘉樹，其色若碧。陽華之蕘，雲夢之芹，具區之菁，浸淵之草，名曰土英。和之美者，陽樸之姜，招搖之桂，越駱之菌，鱣鮪之醢，大夏之鹽，宰揭之露，其色如玉，長澤之卵。飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。崑崙之井，沮江之丘，名曰漸水。果之美者，沙棠之實，常山之北，投淵之上，有百果焉。羣帝所食，箕山之東，青島之所，有甘櫨焉。江浦之橘，雲夢之柚，漢上石耳，所以致之。《呂氏春秋》

其食則有渠滄之皃，煎以桂髓。蕤庭之鷄，蒸以密沫。淇漳之鱣，脯以青茄。九江珠穌，爨以蘭薪。華青夏潔，酒以繳縮。《拾遺記》

割柔胎於孕豹，宰潛肝於豢龍。陸機《七徵》

洞庭之鮒，出於江嶠，乃使朱玄揮鱗，騁厥妙技，敷割皮骨，繽紛霧墮。劉劭《七華》

龍脇之肪，鳳趾之筋，腐髓鹿腸，鵠舌麟脰，秋熊柔蹯，文豹膃胎。按：膃音墩，肥也。孔焯《七引》

堯時，厨中自生肉脯，薄如翼搖，則風生使食物寒而不臭，名曰翼脯。《帝王世紀》

漢有五侯鯖，君臣鯖父，子鯖結盟，人致其爲之殽。《南越志》【略】

義渠之人烹龜鼈不熟。中國之民，雖饑三日不敢口，至死弗食也。吳章莊吉受而和之，病人食之，爲之輕體，萬乘飲之，爲之解怒，何也，吳章莊吉之調存也。《鬻子》

鄙人有得脡醬而美之，及飯惡，與人共食，即少唾其中而共者因涕，其醬遂棄而俱不得食焉。【略】

陳思王製駝蹄爲羹，一臠值千金。何胤侈於味，食必方丈，後稍欲去其甚者，猶食白魚鮚脯糖蟹，以爲非見生物，疑是蚶蠣，使門人議之。學生鍾岊曰：鮚之就脯，驟於屈伸。蟹之將糖，躁擾彌甚。仁人用意，深懷如怛。至於車螯蚶蠣，眉目內闕，慙渾沌之，奇橫殼外。緘，非金人之慎，不悴不榮。曾草木之不若，無罄無臭，與瓦礫其何箕。故宜長充庖厨，永爲口實。竟陵王子良見岊議大怒，汝南周顒與胤書，勸令食菜，胤末年遂絶血味。《南史》

建元初，劉璡爲武陵王曄冠軍征虜參軍。曄與僚佐飲，自割鵝炙。璡曰：應刃落俎，膳夫之事，殿下親執鸞刀，下官未敢安席，因起請退。《南齊書》

高帝既爲齊王置酒爲樂，羹膾既至，崔祖思曰：此味故爲南北所推。侍中沈文季曰：羹膾吳食，非祖思所解。祖思曰：炮鱉膾鯉，似非句吳之詩。文季

曰：千里尊羹，豈關魯衛。帝甚悅，曰：尊羹故應還沈。《南史》

虞悰善爲滋味，和劑皆有方法。豫章王嶷盛饌饗賓王，問今日肴羞，寧有所遺否。虞曰：恨無黃頷臛。何曾食疏所載也。《南齊書》

梁劉孝儀食鮧鮓，曰五侯九伯，今盡征之。魏使崔劼李騫在坐，劼曰：中丞之任未應，已得分陝。騫曰：若然，中丞四履，當至穆陵。孝儀曰：鄴中鹿尾，乃酒肴之最。劼曰：生魚熊掌，孟子所稱。鷄跖猩脣，吕氏所尚。鹿尾乃有奇味，竟不載書籍，每用爲恨。孝儀曰：實自如此，或古今好尚不同。梁賀季曰：青州蟹黃，乃爲鄭氏所記，此物不書，未解所以。騫曰：鄭亦稱益州鹿殘，但未是尾耳。《酉陽雜俎》

董斯張《吴興備志》卷二六《方物徵第二二》 田家蓄家鳧，取子煎杭木汁藏之，謂之杭子。《南史》陳武帝與齊軍相拒，文帝送米三千石，鴨千頭，即炊米煮鴨，誓軍攻之，齊軍大潰。今水鄉樂歲尤多蓄。勞志

徐復祚《花當閣叢談》卷一《食鷩》 食品以鷩爲重，故祖制，御史不許食鷩。今則視爲常味，日進數頭矣。唐制，御史不許食肉。

李日華《時物典彙》卷下《菰菜類・臛》 九真太守陶璜，立郡築城，于土穴中得一白色形似蠶蛹，無頭，長數十丈，大數圍，軟軟動，莫能名。割腹有肉如豬，遂以爲臛，甚香美。璜啖一杯，三軍皆食。

李日華《時物典彙》卷下《菰菜類・脯》 脯。同昌公主，上贈御饌，有紅虬脯，貯于盤中。虬健如紅絲，高一尺，以筋抑之，無三數分，撒即復故。

陳懋仁《庶物異名疏》卷一六《飲食部》

乾肺

易噬乾肺得金矢。《疏正義》曰：乾肺是臠肉之乾者，一曰肺肉之帶骨者。

肺膜

《盧湛祭法》曰：四時祭皆用肺膜損。《説文》：膜，切熟印於血中和也。《釋名》：肺膜，膜也，全米糝之如膏饌也。

寒

《説楛》：腊肉謂之寒，寒與韓通。《鹽鐵論》：羊淹鷄寒。《釋名》：韓羊韓鷄是也。曹植《樂府》：寒鰲炙熊蹯。五臣乃竄寒鰲爲魚鰲。《七啓》：寒芳蓮之巢龜。竄爲寒芳蓮之巢龜。

陳懋仁《庶物異名疏》卷二七《蟲豕部》 沙噴。《雨航雜記》：沙噴，塊然一物，如牛馬腸臟，頭五六寸，無目無皮骨，但能蠕動，觸之則縮小如桃栗，徐復臁腫，土人以沙盆揉去其涎腥，雜五辣煲之，脆美爲上味，樂清名沙蓀。

血醞

《説文》云：羊血醞勘。《釋名》血醞以血作之，增其酸豆之味，使甚苦以消膏，而加菹其中亦以消酒。

爓

《禮・郊特牲》：曰三獻爓潛，一獻熟爓，沉肉於湯。《説文》云：於湯瀹也。

圂腴

《少儀》曰：君子不食圂腴。疏云：圂，犬豕也，腴，豬犬腸也。言豬犬亦食米穀，其腹與人相似，故君子俱食他處辟其腴。

述蕩擊

《西陽雜俎》：食品有述蕩之擊，擊腕謙欠三音擊掌後節中也，述蕩獸名，見獸部。

軒

《禮記》：大夫燕食有膾無脯，有脯無膾。肉腥細者爲膾，大者爲軒。又云麋鹿爲葅，野豕爲軒遬。

劘

《南史》：俗間以細銼肉，糅以薑桂曰劘。

雞纖

雞纖細擗其腊令纖，然後漬以酢也，兔亦如之，見《釋名》。

山膚

《七發》曰：肥狗之和，冒以山膚。山膚即《七啓》玄熊素膚之膚，産於山故曰山膚。

禁臠

晉元帝得狆以爲美，項上一臠尤佳，號禁臠。

陳繼儒《古今韵史》卷三《韵事・鏤雞子》 唐俗清明節，鏤雞子爲人物花卉之形以相遺。

陳繼儒《辟寒部》卷二 熊翻每歲寒會客至酒半，堦前旋殺羊，令衆客自割，隨所好者綵綿繫之記號，畢烝之，各自認取，以剛竹刀切食，一時盛行，號過臆羊。

陳繼儒《辟寒部》卷三 有人游武夷六曲訪止止師，偶雪天得一兔，無庖人可製。師云，山間只用薄枇酒醬椒料，次之以風爐安坐，上用水少半銚，候酒湯嚮、一盃後，分各以筯令自夾，八湯擺熟啜之，乃隨宜各以汁供。因用其法不獨易行，且有團欒暖熱。之棄

茅元儀《三戎叢談》卷一一 范成大《桂海虞衡志》曰：民以鸚鵡爲鮓，孔雀爲脂。

孫丕顯《文苑彙傳》卷二二《飲食部・鮓》 披錦，黄雀鮓謂之披錦鮓，以其肥也。

諸茂卿《今古鈎玄》卷一八 蘇衛何指揮鑑嘗宴客，談及馬肉。何遽令膳者以己馬割一臠置沸水中，仍烙后入水促其熟以饌客，客皆爲之變色。其豪侈如此。出《聞略》

吴昭明《五車霏玉》卷二二《飲食部》

肉

如坻。左：晉侯與齊侯投壺，晉侯曰：有酒如川，有肉如坻。齊侯舉矢曰：有酒如澠，有肉如陵。如陵。同上。猩猩之唇。肉之美者。鴞鷙之翠。同上。羊膀豕脇。束晳賦：肉則羊膀豕脇。泰山爲肉。曹植《與吴季重書》云：舉泰山以爲肉，傾東海以爲酒。煎熬膰炙，和齊萬方，其本一牛之體。割取復生。《淮南子》云：今屠牛而烹其肉，或以酸，或以甘，煎熬膰炙，和齊萬方。《玄中記》云：大月支及西胡，有牛名爲日支牛，今日割取其肉，明日肉復生。一臠。《吕氏春秋》云：嘗一臠，而知一鑊之味、一鼎之調。遺母《左傳》：潁考叔爲潁谷封人，有獻于公，公賜之食，食舍肉，公問之。對曰：小人有毋，皆嘗小人之食矣，未嘗君之羹，請以遺之。懷其餘肉。《史記》：東方朔待詔賜之飯，食頃，悉懷其餘肉持去，衣盡污。豆肉。《詩》：觴酒豆肉。肉食。左：肉食者謀之。不與子肉。五代劉贊父每食肉，以蔬食與贊，曰：食肉君之禄也，爾欲之，則勤學干禄。贊由是力學。周妻何肉。齊周顒有妻子處山舍，何胤無妻，侈食味而皆信佛法。文惠太子問卿精進何如。胤曰：三塗八難，所共未免，然各有累。太子問累伊何，曰周妻何肉。史

脯炙附。乾肉爲脯，燔肉爲炙。

胃脯。《漢書》濁氏以胃脯而連騎，張里以馬鬣而擊鐘。鱗脯。王方平與麻姑至蔡經家，各進行厨，共設羞膳，擘鱗脯。假修。《禮》：脯曰假修。市脯。語沽酒市脯不食。尹祭。祭宗廟之禮，脯曰尹祭。蒲脯。《西征賦》：野蒲變而爲脯。《古今注》：云：趙高欲爲亂，先設驗，以野蒲爲脯獻二世，言蒲者誅之。作脯。牛弘弟醉，射殺弘。牛妻曰：叔射牛弘曰作脯。待客片脯。北齊盧叔彪爲尚書，魏收訪之。食至，但有粟，食葵菜木盌，盛至片脯而已。史雍糜。《吕氏春秋》：肉之美者，雍糜之炙。薄脅。枚菜《七發》，薄脅之炙。案：薄者，薄切獸脅之肉，而以爲炙也。鳳凰炙。傳玄《七謨》云：鳳凰之炙，飛龍之肝。黄雀炙。《孝子傳》：王祥後母病，思黄雀炙，乃有黄雀數十飛入幕内，因以供母。曝炙。母曝炙。《曲禮》：曝謂一舉盡臠也。髮貫炙。謝承《後漢書》：陳正爲大官令，與黄門有隙，因進御食，以髮貫炙中。光武見之怒，將斬正。正曰：臣當死者三，炭炎燋脣爛肉而髮不銷，臣罪一也。匣出佩刀低礪而剟肌截骨，曾不能斷髮，臣罪二也。臣少時即閑章表，猶讀五經。具御食，臣與丞及庖人六目齊視，豈不如黄門兩目，臣罪三也。制赦之。啗執炙。《晉書》：顧榮與同寮宴飲，見執炙者有欲炙之色，榮割炙啖之。坐者問其故，榮曰：豈有終日執之，而不知其味。及趙王倫敗，榮被執，將誅，而執炙者爲督率，救榮得免。先啗。《語林》云：右軍年十一，周顗異之。時絶重牛心炙，坐客皆未啗，先割啗，右軍乃知名。自割。齊劉璡爲武陵王參軍，王自割雞炙。璡曰：應刃落俎，此宰夫之事，殿下親炙膺刀，下官未敢安席。史

程良儒《茹古畧集》卷二三《肉》 饗有體薦，宴有折俎，左宣人知其味，對屠門而大嚼也。新序

范泓《典籍便覽》卷四《政事部上》 五生盤。猩猩之脣，獾獾之炙，鴈蕪之脾，遂滑之腕，旋象之白，鹿牙之糁，參去聲古今韻會糝粒也。鄭玄註：取牛羊豕肉小切之，合稻米以爲餌，煎之。鴈洛之鱒，洞庭之鮰，灌水之鯉，縷金龍鳳蟹，隋煬帝。黄頷膍，何曾《食疏》所載。膓觳，炮羔，鵬臛，蜜脅，鮓臐，踳熊掌也，最難煮熟。

范泓《典籍便覽》卷四《政事部上》 鱠醢。鄭玄註有骨爲鱠，無骨爲醢。鱠音泥。三鱠。麋鱠，鹿鱠，麋鱠。七醢。醢醢，肉醬也。贏醢，音折，蛤也。蚳醢，魚子。魚醢，兔醢，鴈醢。八珍。《禮記》文，《周禮》注。淳熬。淳音諄。煎醢加稻，沃之以膏。淳母。音諄謨。煎醢加黍，沃之以膏。炮豚。實棗于豚腹中而炮之。炮牂。音莊牝羊也，凡炮皆三日。擣珍。取牛羊麋鹿脊肉擣柔。漬。新肉薄切，湛酒爲一期朝而食之。湛音浸。熬。火上熬肉屑，姜桂以鹽之。鹽去聲。肝膋。音聊。取狗肝幪之，以膋濡炙之。後世八珍。龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鸮炙、腥脣、熊掌、酥酪蟬，以革脂爲之。

惡鳥故食之。《明皇雜録》云：唐李林甫子婿鄭平鬢髮班白，上賜甘露羹，食之一夕髮黑。《遊歷記聞》云：以芝蔴屑糝芋頭之上，名曰芋魁羹。陸龜蒙詩：莫將南海金盤膾，輕比東坡玉糝羹。《顧協鏁話》云：骨董羹，乃羅浮頴老取飲食雜烹之，名曰骨董羹，即今之賣雜玩寶貨店曰骨董舖義同。陸道士詩云：投醊骨董羹鍋内，掘窖盤游飯盎中，是也。杜詩云：滑憶雕胡飯，香聞錦帶羹。注云：雕胡即今之茭白，錦帶即今時吐綬鷄，一名真珠鷄，羽毛有白圓點，嗉藏内綬，紅碧相間，遇晴先出其角，然後徐舒其綬。殺此鷄爲羹，故名錦帶羹。

焦周《焦氏説楛》卷三　羊一名羵根。《南楚新聞》薛昭綽詩：一楪羵根數十莖。《仇池筆記》王中令賦蒸豚詩：若把羵根來比並，羵根只合吃藤條。亦名卷婁、莊子謂舜爲卷婁，以其有攣行也。

焦周《焦氏説楛》卷六　皮硝入鷄腹中，煮食之銷痞。

焦周《焦氏説楛》卷七

狒鮓

算條，界方條，線條，魚肉影戲，胡羊狒，削脯，搥脯，鬆脯，兔狒，麝狒鹿脯，糟猪頭，乾鹹豉，皂角鋌，臘肉，炙骨頭，旋炙荷包，荔枝皮，鵞鮓，荷包旋鮓，三和鮓，切鮓，骨鮓，桃花鮓，雪團鮓，玉板鮓，鱘鯉鮓，春子鮓，黄雀鮓，銀魚鮓，蛾鮓。

焦周《焦氏説楛》卷六　猿膽甜，黑魚膽亦甜，人多烹，啖之以爲佳品。

徐炬《新鐫古今事物原始全書》卷一八《饌食》

庶羞

裴榮期《語林》云：羞，大也，凡牛羊豕肉調以五味，盛于豆曰庶羞，盛于硎曰饋，生曰鱻。《禮記》云：致饔餼之禮于賓館。殺曰饔，生曰餼。

脂膏

《説文》云：戴角曰脂，無角曰膏。

腊

《資暇録》云：以鷄鵝鴨等肉醃乾曰腊。

炙

《帝王世紀》曰：黄帝燔肉爲炙之始。《顔氏家訓》云：人不可見役于動貴之下座，以取殘杯冷炙之辱。戴安道尚遭之況爾曹乎。

膾

《説文》云：以牛羊鷄魚等肉聶而切之曰膾。《論語》云：膾不厭細。隋煬帝以東南之長腰粳米，縮頸鯿魚，謂之金鑾玉膾。

鮓

孟仁仕吴爲鹽池司馬，作魚鮓以寄母之始。東坡云：蜀人呼魚鮓爲苞蘆。

蹯蹯

《説文》云：獸，掌也。晉靈公使宰夫胹熊蹯，不熟殺之。見《左傳》

羹

《説文》云：用五味和羹。《漢武本紀》云：五月五日爲臬羹，以賜百官，以惡鳥故食之。古者重臬炙、臬羹，蓋欲滅其族類也。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・肉》

熊蹯

左宣二年，晉靈公不君，宰夫胹熊蹯不熟，殺之，寘諸畚，使婦人載以過朝。注云：熊蹯，即熊掌，最難熟。

雞跖

《吕氏春秋》：善學者若齊王食雞，必食其跖數千而後足也。又曰：肉之美者，猩猩之唇。又張協《七命》封熊之蹯，翰音之跐，燕髀猩唇，髦殘象白。注云：髦，獸名。殘，謂所食之殘也。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・脯》

鱻腊

《帝王世記》：堯時，厨中自生肉脯，薄如翼，摇則風生，使食物寒而不臭，名翼脯。

紂林

《六韜》：紂以脯爲林。

腊人掌脯

《周禮・天官》：腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膴胖之事。注云：脯去骨，腊帶骨，膴全體，胖半體。

濁氏賣脯

《漢書》：濁氏以賣脯而連騎，張里以馬醫而擊鐘。【略】

陳蕃待客

董謹《續豫章記》：陳蕃待客，拌飯以鹿脯，芼羹以牛脯，未嘗別爲異饌。【略】

贈虬脯

《杜陽編》上贈同昌公主御饌，有紅虬脯。

巨源結脯

韋巨源《食帳》，有同心結脯，蓋先結後風乾者。

士良香脯

《清異録》赤明香，世傳仇士良家脯名也，輕薄甘香，殷紅浮脆，後世莫及。

野猪鮓

《酉陽雜俎》：安禄山恩寵莫比，其所賜品目有野猪鮓。【略】

叠綿

《清異録》：吴淑《冬日招客詩》：曉爨沈玉杵，寒鮓叠金綿。杵謂小截山蕷，綿乃黄雀脂膏。

牛心炙

晉王羲之年十二，周顗異之，時重牛心炙，座客皆未嗽，先割啖，羲之乃知名。

馳峯炙

《雜俎》：將軍曲良翰作驢駿馳峯炙，甚美。又《清異録》謝諷《食經》中有龍鬚炙。

逍遥炙

唐睿宗聞金仙玉真二公主飲素日，令以九龍食舉裝逍遥炙賜之。

昇平炙

唐韋巨源爲尚書令，其食帳有昇平炙。又段成式馳獵饑甚，叩村家。主人老姥出饋臛，五味不具，成式食之有踰五鼎。曰：老姥初不加意，而味殊美。如此自後，令庖人具此品，因呼爲無心炙。【略】

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・炙附膾》 北齊武威王有生羊膾。

閔于忱《忱函小史》卷一《蘇長公譚史》 其至。一日爲人竊食，坡戲作云：遠公沽酒飲陶潛，佛印燒猪待子瞻。採得百花成密後，不知辛苦爲誰甜。東坡性喜嗜猪，在黄岡時，嘗戲作《食猪肉詩》云：黄州好猪肉，價錢如糞土。富者不肯喫，貧者不解煮。慢着火，少着水，火候足時他自美。每日起來打一碗，飽得自家君莫管。

方亨《苗俗紀聞》 自沅州以西，即多苗民。至滇黔更繁，種類甚夥，【略】其風俗【略】，刺豕烹葵，炊米釀酒。

馮夢龍《古今譚槩》卷一四《汰侈部・烝狆》 武帝食王武子家烝狆，肥美異常，怪而問之，答曰以人乳飲狆。帝甚不平，不畢食便去。

馮夢龍《古今譚槩》卷三五《非族部・蜜唧唧》 右江西南多獠民，好爲蜜唧唧。鼠胎未瞬，通身赤蠕者，漬之以蜜，置盤中，猶嚅嚅而行，以筯挾取咬之，唧唧作聲，故曰蜜唧唧。

吴人以酒噴蟛蜞食之，或入酒未深者，縮舉筋，皆走出盤外，此與蜜唧唧何異。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷四《魚膾類》 《丹鉛録》：《周禮》腊人掌乾肉脯腊膴胖鄭師仲音判，杜子春音版。之事。脯腊之别，析肉而乾之曰脯。脯之爲言普也，普時而成也。腊之爲言夕也，經夕而成也。《周易》：噬嗑有乾肉之文。古注云：乾，曝而夕乾。又曰晞于陽而煬于日曰乾，非如今人之臘肉，經臘而成也。《論語》：祭肉不過三日。又服食家陳臭醃藏皆禁不食，則古人脯腊之制，亦養生之法也。○脯，薄切，今之羓也。腊之爲言夕也，朝暴而夕乾。膴，無骨肉也，音呼。《詩》：周原膴膴。謂土膏如無骨肥肉也。又曰：則無膴仕。言其脂膏自潤也。胖之爲言片也，析肉意也。○古無臘肉，臘乃祭名。○古人祭以肺爲重，食牲以肩爲重。

《藝林伐山》：腊人掌乾肉脯腊膴胖之事。鄭注：乾肉，若今涼州烏翅。胖

肉，大臠也。疏云：烏翅，解肉乾之狀。

《初學記》：劉熙《釋名》曰：脯，搏也，乾燥相搏著也。又曰脩，脩，縮也，乾燥而縮也。《說文》曰：脯，乾肉也。脩，腶脯，骨脯也。胸衝脯，脡也。《周禮》曰：腊人掌乾肉，凡田獸之脯腊膴胖判之事。夫物解肆乾之，謂之乾肉。薄切曰脯，捶之而施薑桂曰殿。脩，腊小物而乾者。膴胖，皆爲夾脊肉也。《穀梁》曰：束脩之肉不行境中，有至尊者不貳。注曰：束，脩脯也。

《天中記》：釋名脯，搏也，乾燥相搏著也。脩，束也，乾燥縮也。○炙，炙也，炙于火上也。脯炙，以錫蜜鼓汁淹之，脯脯然也。釜炙，於釜汁中和熟之也。胾，衝也。衝炙，細蜜肉和以薑椒鹽豉，已乃以肉衝裏，其表而炙之也。貊炙，全體炙之，各自以刀割出，於胡貊之爲也。○鮓菹也，以鹽米釀之如菹，熟而食之也。

《爲言·谷永傳》：濁氏以胃脯而連騎。晉灼曰：今太官常以十月作沸湯，婦似兼羊胃，以末椒薑坋滿，頓之暴使燥是也。○《楊惲傳》：烹羊鳧羔。師古曰：鳧毛，炙肉也，即今所謂爐也。爐，一高反。

《天中記》：少儀牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。《內則》膾，春用葱，秋用芥。豚，春用韭，秋用蓼。肉腥細者爲膾，大爲軒。音憲《說文》膾，細切肉也。《釋名》膾，會也，細切肉散分，其赤白異切之，乃會和之也。

《五雜組》：《文選》有寒鴞寒鼈。《崔駰傳》亦有寒雞。《七啟》：寒芳苓之巢龜。李善注：寒，今胚肉也。《廣韻》煮肉熟食曰胚。然寒字甚佳，而煮熟之義極甚膚淺。《周禮》膳羞之政，凡割烹煎和之事，辨體名肉物及百品味，各有所宜。似非若後世庖人一味煮熟之已也。寒與韓同。按：《釋名》曰：韓羊韓雞，本出韓國所爲。

《資暇錄》：今縷生肝肚爲飯食之一味，曰生肝鏤剔，言其細切如雕鏤之義。一說名生肝胨，言似胡人祭之餘。胨聲譌，故云鏤剩也。今之五味闕，瓠瓜茄及豬肉，俗謂之丑甲音者。而臆腯腊胨字反是字書內煠字，音丑，獵者譌呼丑甲反。爾此字火旁，云下木別有火旁，世世下木，音士甲反。是沸湯漅菜字，其音丑獵者，義出暗爚也。《演繁露》：脾析，牛百葉也，百葉既爲牛脾，而片片分析，故云脾析也。

《六研齋筆記》：漢時八珍，猩唇豹胎之外，有酥酪蟬者。注云：以羊脂爲之，乃今之抱螺酥也。其形與螺初不肖，而酷似蟬腹，乃知名物之妙，今不逮古

多矣。

《留青日札》：八珍，淳熬也。鄭注：淳，沃也。熬，亦煎也。淳母。鄭注云：母讀曰模。模，象也，作此象淳熬。也。炮也，捣珍也，漬也，熬也，糝也，肝膏也。又迤北八珍，醍醐也，麈沆也，野駝蹄也，鹿唇也，駝乳麋也，天鵝炙也，紫玉漿也，元玉漿也。《輟耕録》：元玉漿即馬妳子。

《吕希哲雜記》：八珍者，淳熬也，淳母也，炮豚捣珍也，漬也，熬也，糝也，肝膏也，炮牂也。先儒不數糝，而分炮豚、炮牂爲二，皆非也。後世八珍，則曰龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鴞炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬，以羊脂爲之。【略】

《秕言》：世傳八珍，謂爲熊蹯、豹胎、駝峰、翠釜之類，此不經之説也。

《竹坡詩話》：東坡性喜嗜豬，在黄岡時，嘗戲作《食豬肉詩》云：黄州好豬肉，價錢如糞土。富者不肯喫，貧者不解煮。慢著火，少著水，火候足時他自美。每日起來打一椀，飽得自家君莫管。此是東坡以文滑稽耳。後讀《雲仙散録》載黄昇日食鹿肉二斤，自晨煮至日影下西門，則曰火候足矣。乃知此老雖煮肉亦有故事，他可知矣。

《庶物異名疏》：盧湛《祭法》曰：四時皆用肺膜。損《説文》膜，切熟肉于血中和也。《釋名》肺膜，賛也，全米糝之如膏鑽也。《庶物異名疏》：《酉陽雜俎》食品有述蕩之擊。擊，腕謙欠，三聲。擊，掌後節中也。述蕩，獸名，見獸部。

《庶物異名疏》：《七發》曰肥狗之和，冒以山膚。山膚即《七啟》玄熊素膚之膚，産于山，故曰山膚。

《庶物異名疏》草木子云：北人殺小羊自脊上開一孔，逐旋取去内頭骨肉，外皮皆完，揉軟用以盛乳酪酒湩，謂之渾脱。公孫大娘渾脱舞，長孫無忌以烏羊毛爲渾脱氈帽，皆喻其柔軟若無骨而脱，亦謂消肉臞也。

《留青日札》：今酒席中之羊背皮，所謂薦體，在元謂之挈設，上賓用之，或用馬背皮，餘賓用前手後手。聳則敬胸，今俗敬首。在北人則否也。若貴戚之家，有名曰割牲者，以數十金駿馬，奚人當堂呈過。一庖丁持利刀飛取其臀肉，一臠而獻之，以誇豪奢也。

《天中記》：李德裕《述夢詩》曰：荷浄蓬池鱠，冰寒郢水醪。注：每學士初上賜食，悉是蓬萊池魚鱠。夏至復賜及頒燒香酒，以酒味稍濃，每和水而飲，蓋禁中郢水酒坊也。此文饒詩也，《事文類聚》作李白誤。【略】

《吴興掌故》：吴興往時善斫鱠，縷切如絲，簇成人物花草，雜以薑桂。故東坡云：運肘如飛看斫鱠，隨刀雪落驚飛縷。山谷云之以匕，不以筯。南都撥心麪，作槐芽温淘，摻以襄邑抹猪，炊共城香稻，薦以蒸子鵝。吴興庖人斫松江鱸鱠，繼以廬山康王谷水烹曾坑圖品。少焉，解衣仰卧，使人誦東坡《赤壁前後賦》，亦足以一笑也。觀此，則吴興斫鱠名遠矣，而今皆不一見。【略】

《説楛》：小截山蓄爲玉杵羹，黄雀脂膏爲金綿鮓。吴淑詩：曉羹沉玉杵，寒酢叠金綿。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷四《魚膾類》 《容齋續筆》：鹹杭，《玉篇・唐韻》釋杭字云：木名，出豫章，煎汁藏果及卵不壞。《異物志》云：杭子音元，鹽鴨子也，以其用杭木皮汁和鹽漬之。今吾鄉處處有此，乃如蒼耳盆母莖幹，不純是木。小人争鬬者，取其葉挼擦皮膚，輒作赤腫如被傷，以誣賴其敵。至藏鴨卵，則又以染其外，使若赭色云。

《輟耕録》今人以米湯和入鹽草灰以團鴨卵，謂曰鹹杭子。按：《齊民要術》用杭木皮淹漬，故名之。若作圓字寫則誤矣。

吴楚材《彊識畧》卷二六《飲食部》 肉。《説文》：胹，糜也，生曰腥，熟曰膻。宗廟熟肉也。《穀梁》曰：腥者，俎，實祭肉也，生曰腥，熟曰膻，公孫大娘渾脱舞，公孫無忌以烏羊毛爲渾脱氈帽，皆喻其柔軟若無骨而脱，亦謂消肉臞也。《爾雅》曰：肉曰脱之。《方言》：凡暴肉及牛羊五藏，謂之膊。《禮記》：濡勾齒決，乾肉不齒決。《内則》滫髓以滑之。注：秦人漫曰滫，齊人滑曰髓。又肉之葵者，猩猩之唇，封熊之掌。翰音之跖，蒸豚髦殘。象白，紫魋之峯。又腹腰，魚腹下肥肉。見《少儀注》。脾折，牛百葉也，百葉爲牛脾，而片片分折，故云。見《演繁露》

燔炙。《古史考》曰：燧人鑽火，始裹肉而燔之，曰炮。《周書》曰：黄帝始燔肉爲炙。炙，於火上也。《詩》：燔炙芬芬。脯《説文》：乾肉也。脩，脯也。搏，薄。脯搏之屋上也。腕，骨脯也。朐，脯脡也。《釋名》：脯搏也，乾燥相搏着也。修，縮也，乾燥而縮也。《周禮》：腊人掌乾肉。又腒，乾雉鱐、乾魚。

肺損。《釋名》：全米糝之。《説文》：切熟肉，内於血中和也。又羊血曰酏，以血作之，增酸味，使甚苦，加菹其中，可以消酒。又鮮鹿取血煮其腸，謂之熱洛河。又卷煮貊炙翟之食也。又漢靈帝好胡飯，京師效之。並見《御覽》

鮓。《釋名》：菹也，以鹽米釀魚肉爲之，如菹熟而食之也。漢昭帝釣得蛟，命大官爲鮓。又孟宗寄母魚鮓，陶侃寄蚶鮓，王瑩設鮀鮓，白樂天有劉禹錫饋蔗菰鮓，房壽造含風鮓，潤川貢鱘魚鮓，安禄山有野猪鮓。《六帖》以張華辨陸士衡

所餉龍鮓，遂稱鮓爲華物，可笑。

膾，《釋名》：會也，細切肉，散分。其赤白異切之，乃會和之也。肉則肉腥細者爲膾，大者爲軒。又牛羊魚之腥，聶而切之爲膾。又郎官鱠，因張翰得名。鯖，五侯不相結，賓客不得往來。樓護傳會五侯間，各得其意，競致奇膳。護乃合以爲鯖，世稱五侯鯖。

周嘉冑《香乘》卷一〇《飲食香》

赤明香

赤明香，世傳仇士良家脯名也。《清異録》

破額山人《夜航船》卷三《蛇味最美》 嘗聞有大毒者，必有大美。叔向之母曰：深山大澤，實産龍蛇，蛇亦龍屬，其味必美，人鮮能知，以食之者寡，不比魚肉雞鵝等物，同然悦口，百粤僻壤，嗜好各別。三楚兩廣，猶近地也，食者頗多，捕者苦不易得，子族弟客粤多載，庚戌省歸家，説及廣中土宜，蛇最貴，鼠次之，蜈蚣土笋又次之，犬豕牛羊不貴。舊例三院到任，蛇户獻蛇重一百二十斤者爲上味，其蛇産萬山中，求得其穴。先以茅竹片鋭其端，周穴旁植之，相連四五里。有大僚官粤甫下車，巡捕禀稱鄉保獻土儀，陳列盈庭。大僚見巨蛇在中，謂其恐己也，怒而責之。過十日，又獻之，又責之。越一月餘，鄉保數人共舁一大蛇，較前數倍。大僚又欲責之，鄉保情急，伏地乞哀曰：蛇以百二十斤爲率，今仗光威，忽得二百餘斤，無有踰于此者矣。屢額而出，大僚怒且異，進白幕友。各譁然曰：此不易得之物也，糟之作臛，祛風疾，和肌理，大有補益。公幾乎錯過，急納之。闔署皆食，時弟亦在座，尤大啖之，曰：世間無此味，不食不知其旨也。

陸次雲《八紘譯史》卷二《天竺三》 天竺二名身毒，地方三萬餘里。【略】燔炙牛羊。【略】

徐岳《見聞録》卷四《滋味》 某尚書愛食鵝，有巨瓘饋之生鵝二，烹食，味肥甘異常，而骨髓甚香，以爲固鵝光鴨之類。他日晤巨瓘，問爲何處土産。瓘云，從脱殼時以人參湯煮飯，加松子白糖餵之耳。未幾，巨瓘以不法伏辟。又河南某大司馬好食驢肉，以蒸羊肉拌料豆餵之，驢至極肥始宰。有子十人爲流寇，殺其九，長子以恩蔭弘光年至今。陵謁選，又死於亂軍而絶。昔晉武帝幸王武子第，婢數百人，各持琉璃器供膳食，蒸豚有異於常。問以人乳飲之。齊武帝幸芳林園，就虞悰求味，獻糊及雜肴數十輿。大官不及，後皆不獲有終。雲間一姓累世巨富，從無發者，惟納粟爲國學生耳。其姻婭必極貴顯，一房與某相國子結姻，偶有喪相國之子。公車北上，家已如禮吊奠，及下第歸突如往唁禮。畢少頃，肆筵列，凡即請登席，大肴三百，每肴必兼味調和，添案如之，俱用白定窑盛膳，以有喪也。次日族房筵，歎肴亦如之。惟盛膳以五色定窑，而酬酢用犀玉之器耳。余於順治初年猶見其峻宇雕墻，延亘數里，不數年凋、落殆盡，連甍第宅不惟變爲瓦礫，旋皆爲膏腴矣。甚矣，奢之不可不戒哉。嘗讀尸子曰，桀紂必南海之姜，北海之鹽，西海之菁，東海之鯨，謂其以口腹之奉而羅列滋味也。貴爲天子，惡且亡之，況下焉者乎。彼何曾食日萬錢，李德裕杯羹費及數萬，韋陟厨中遺棄亦直萬錢，蔡京厨婢數百，庖人數十，他如蕭家餛飩，瘦宗粽子，韓約櫻桃餕饟，胡突綰麐皮索餅之類，實爲作孽，豈享福者所爲。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 范忠宣謫居永州，以書寄人云：此中羊麵，無異北方。每日閉門餐餺飥，不知身之在遠也。蘇文忠五帖，其獻蠔帖，極言蠔之美，至令叔黨勿宣傳北方君子，恐求謫海南以分其味。又云：惠州市肆寥落，日殺一羊，不敢與在官者爭買。時囑屠買其脊骨。骨間亦有微肉，熟煮熱酒漉，隨意用酒薄點鹽，炙微焦食之，終日摘剔牙縫間，如蟹螯逸味，率三五日一餔。吾子由三年堂庖所飽，芻豢滅，齒頰而不得骨，豈復知此味乎。北人食麪曰餺飥，俗語作不托。

方以智《通雅》卷三九《飲食》 體薦，言全蒸也。折俎，言半體房蒸也。齊蒸，言列饌也。丞亦作烝。《周語》曰：禘祀之事，則有全烝。王公立飫，則有房烝。親戚冥饗，則有肴蒸。全蒸，全體也。房蒸，半體也。故曰：體薦，肴蒸，骨折也。故曰折俎。士會曰王享有體薦，宴有折俎。公當享卿當宴，即儀禮所謂脅體儀也。馮嗣宗曰：有薦爛乃中古禮，有薦熟乃近代禮，宋以重席所設爲體薦折俎。其代餉亦云折俎，乃借義也。大昌駁之，謂當音浙拘矣。

膞膾、肌膞，細切之膞也。肌，膚也，祭有膚鼎。少牢饋食禮，雍人倫膚肉表皮裏曰膞，而灼切。山谷曰：脆，膜也。膞，房吻切粗切生肉也。膾，細切生肉也。成式膾有萬鑿蠶足，言其細也。《説文》：膞，膞也。虞悰曰：何曾《食疏》有黄頷膞。康成注：腳膭膞，今時膞，忽各切。又作臒。《説文》曰：臒，肉瘠也。《通鑑》：起麵餅，鴨膞。禰衡在黄祖艨上，會設黍。臒衡先自飽食，不顧衆賓。惟

舉搏黍戲弄臛羹。柯古曰：膜臕腹，臕肉也。腴腸，膜也。臕臢，臕臟也。宋楊伯嵓《臆乘》曰：內則去其皺。注云：皮肉上皰莫也，正謂膜。

膊胳，腿肉也。饋食禮，升羊豕肩臂臑，音鬧。膊音團。胳，音各。蓋髀下爲膊，猶前足之臂。膊下爲胳，猶前足之臂臑也。《說文》曰：膊，孫氏市流切。劉氏音純。切肉也。鄉飲、士虞、特牲皆作肫，然注則曰：後脛骨二膊胳也。蓋註音猶未舛誤。胳字饋食作胳，少牢禮作骼。當以胳爲正。《考工記》：旅人器中膊，膊崇四又方四寸，鄭氏讀如輇既袢泥而轉其均，凱膊其側以擬度端其器也。高于此則坿，薔回切不能相勝，厚于此則火氣不交，因取式焉。

糒室之肉，燒肉也。《周禮》朝事之籩。注：鮑者於糒室中乾之，出于江淮。疏云：糒室者，糒土爲室也。《說文》：糒以火焙肉也，本作熬。《集韻》或作熇，又作燋，陸務觀所記爆肉即此。《少儀》燔亦如之。注：燔，燒肉也。曲良翰能驢駿馳峰炙，即焙肉。

汁謂之湆，湆淖曰肰，湆凝曰定。公食大夫禮云：賓三飯以湆醬。鄭云：每飯歠湆以殺擩醬食，正饌也。湆，肉汁也，亦曰定，大羹之定，言肉汁凝定也。湆音泣。《博雅》曰：臏謂之肰，造肰，竝造膜也。《集韻》因作湆曰當從泣，肉不當從水，音因。《說文》：湆，幽濕也。徐鍇曰：今人多言浥湆。《韻略》以湆爲肉羹，誤矣。然則《十三經》監本之湆亦誤矣。今章黼《韻學集成》從之。《說文》：盩血醢也。他感切。《禮記》有盩判，判即胖，誤也。腒字曰：北方謂烏腊曰腒。傳曰：堯如腊，舜如腒。智謂此言其乾瘠也，總不必分烏腊雉腒，皆指乾肉腊以析，言腒即中屈之煦。漢曰解肆。見《周禮》乾肉注疏。

言寒者，凍肉之類也。《鹽鐵論》：羊淹雞寒。子建《寒蠶》。《七啟》：寒龜。升菴所謂今人改寒爲搴者也。其曰：本韓雞，爲韓國之法則迂矣。《歲時記》：雞寒狗熱是其意也。《周禮》：六飲有涼。注：如今寒粥。

膾切曰膞。《內則》：皆聶而切之。《說文》：羊淹雞寒。子建《寒蠶》。《七啟》：寒龜。升菴所謂今人改寒爲搴者也。其曰：本韓雞，爲韓國之法則迂矣。《歲時記》：雞寒狗熱是其意也。《周禮》：六飲有涼。注：如今寒粥。

膾大者曰軒，細者曰劊，亦曰纖。《南史》：趙鬼食鴨劊，諸鬼盡著。調劊與調叶，當音蕭，細銼肉，糅以薑桂也。蓋即《說文》膾臛之臛。鄭玄誤解，定爲乾魚耳。軒見《內則》：雞纖細，擗其腊，今纖兔亦如之。見《釋名》，今謂之雞膹、肉膹、魚膹。《筆乘》曰：《特牲》饋食佐食舉幹。注：牲肉長脇也，可證幹訛爲軒。又《禮記考異》：軒或作胖。

熱洛何，烙腥食也。唐玄宗射生官射鮮鹿，血煮其腸食之，謂之熱洛何，賜安祿山。今塞外皆然。南方猺獞亦喚肉生，雖炮炙之，然猶有血，謂之肉脆，如廣東人食魚生以爲美。

方以智《通雅》卷四九《諺原》 殘，麋鹿魚爲菹。注：今益州有鹿殘。殘，於爲切。疏：將鹿肉畜之殘爛，今俗謂之煨爛。正於爲切。

周亮工《因樹屋書影》卷五 《博物志》云：鷄卵可作琥珀。余見江南人以

蔫麥灰漬雞子，久之色如琥珀，豈即此耶，抑有別術，遂可使成琥珀也。

馬驌《繹史》卷二四之六《周禮之六・曲禮》 淳熬煎醢，加於陸稻，上沃之以膏，曰淳熬。淳母煎醢，加于黍食上，沃之以膏，曰淳母。炮，取豚若將刲之刳之，實棗於其腹中。編荏以苴之塗之，以謹塗炮之塗皆乾，擘之濯手以摩之，去其皵爲稻粉，糔溲之以爲酏，以付豚煎諸膏，膏必滅之鉅鑊湯以小鼎，鑊脯於其中，使其湯毋滅鼎，三日三夜毋絶火，而后調之以醯醢。擩珍，取牛羊麋鹿麕之肉必胨，每物與牛若一捶反，側之去其餌，孰出之去其皵，柔其肉。潰，取牛肉必新殺者，薄切之，必絶其理，湛諸美酒，期朝而食之，以醯若醯醷。爲熬，捶之去其皵，編荏布牛肉焉。屑桂與薑，以灑諸上而鹽之，乾而食之。施羊亦如之，施麋施鹿施麕皆如牛羊。欲濡肉則釋而煎之以醢，欲乾肉則捶而食之。肝膋，取狗肝一幦之，以其膏濡，炙之舉燋，其膏不爇。糝，取牛羊豕之肉，三如一小切之與稻米，稻米二肉一，合以爲餌煎之。取稻米舉糔溲之，小切狼臅膏，以與稻米爲酏。○肉則牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。麋鹿爲菹，野豕爲軒，皆聶而不切。麕爲辟，雞兔爲宛脾，皆聶而切之。切蔥若薤實之，醢以柔之。○少儀

馬驌《繹史》卷二四之六《周禮之六・曲禮》 內腥細者爲膾，大者爲軒，或曰麋。鹿魚爲菹，麕爲辟，雞野豕爲軒，兔爲宛脾。切蔥若薤，實諸醢以柔之。

馬驌《繹史》卷九五之三《孔門諸子言行》 【略】孔子曰：我欲觀夏道，是故之杞而不足徵也。吾得夏時焉，我欲觀殷道，是故之宋而不足徵也。吾得坤乾焉，坤乾之義，夏時之等，吾以是觀之。夫禮之初，始諸飲食，其燔黍捭豚，汙尊而抔飲，蕢桴而土鼓，猶若可以致其敬於鬼神。及其死也，升屋而號告曰：皐某復，然後飯腥而苴孰，故天望而地藏也。體魄則降，知氣在上，故死者北首，生者南鄉，皆從其初。昔者先王未有宮室，冬則居營窟，夏則居橧巢。未有火化，食草木之實，鳥獸之肉，飲其血，茹其毛。未有麻絲，衣其羽皮。後聖有作，然後修火之利，范金合土，以爲臺榭宮室牖戶。以炮、以燔、以亨、以炙以爲醴酪，治其麻絲以爲布帛，以養生送死，以事鬼神。上帝皆從其朔，故玄酒在室，醴酸在戶，粢醍在堂，澄酒在下。陳其犧牲，備其鼎俎，列其琴瑟，管磬，鐘鼓，修其祝嘏，以降上神。與其先祖，以正君臣，以篤父子，以睦兄弟，以齊上下，夫婦有所，是謂承天之祜，作其祝號。

李漁《閒情偶寄》卷一二《飲饌部・肉食第三》 肉食者鄙，非鄙其食肉，鄙其不善謀也。食肉之人之不善謀者，以肥膩之精液，結而爲脂，蔽障胸臆，猶之茅塞其心，使之不復有竅也。此非予之臆說，夫有所驗之矣。諸獸食草木雜物皆狡猾而有智，虎獨食人，不得人則食諸獸之肉，是匪肉不食者，虎也。虎者獸之至愚者也。何以知之，考諸群書則信矣。虎不食小兒，非不食也，以其癡不懼虎，謬謂勇士而避之也。虎不食醉人，非不食也，因其醉勢猖獗，目爲勁敵而防之也。虎不行曲路，人遇之者，引至曲路即得脫。其不行曲路者，非若澹臺滅明之行不由徑，以頭直不能回顧也，使知曲路必脫，先于周行食之矣。《虎苑》云：虎之能搏狗者，牙爪也，使失其牙爪則反伏于狗矣。跡是觀之，其能降人降物而藉之爲糧者，則專恃威猛，威猛之外，一無他能，世所謂有勇無謀者，虎是也。予究其所以然之故，則以舍肉之外，不食他物，脂膩填胸，不能生智故也。然則肉食者鄙，未能遠謀，其說不既有徵乎。吾今雖爲肉食作俑，然望天下之人，多食不如少食，無虎之威猛而益其愚，與有虎之威猛而自昏其智，均非養生善後之道也。

猪

食以人傳者，東坡肉是也，卒急聽之，似非豕之肉而爲東坡之肉矣。噫，東坡何罪而割其肉，以實千古饞人之腹哉。甚矣，名士不可爲而名士游戲之小術，尤不可不慎也。至數百載而下，糕布等物，又以眉公得名，取眉公糕、眉公布之名，以較東坡肉三字，似覺彼善于此矣。而其最不幸者，則有溷厠中之一物，俗人呼爲眉公馬桶。噫，馬桶何物，而可冠以雅人高士之名乎。予非不知肉味，而于豕之一物，不敢浪措一詞者，慮爲東坡之續也，即溷厠中之一物，予未嘗不新其製，但蓋之家而不敢取以示人，尤不敢筆之于書者，亦慮爲眉公之續也。

羊

物之折耗最重者，羊肉是也，諺有之曰：羊幾貫帳難算，生折對半熟對半。百斤止剩念餘斤，縮到後來只一段。大率羊肉百斤，宰而割之，止得五十斤，迨烹而熟之，又止得二十五斤，此一定不易之數也。但生羊易消，人則知之，熟羊易長，人則未之知也。羊肉之爲物，最能飽人，初食不飽，食後漸覺其飽，此易長之驗也。凡行遠路及出門作事，卒急不能得食者，啖此最宜。泰之西鄙，產羊極繁，土人日食止一飡，其能不枵腹者，羊之力也。《本草》載羊肉比人參黃芪，參芪補氣，羊肉補形。予謂補人者羊，害人者亦羊。凡食羊肉者，當留腹中餘地，以俟其長。倘初食不節而果其腹，飯後必有脹而欲裂之形，傷脾壞腹，皆由于此，葆生者不可不知。

牛犬

猪羊之後，當及牛犬，以二物有功于世，方勸人戒之不暇，尚忍爲制酷刑乎。畧此二物，遂及家禽，是亦以羊易牛之遺意也。

鷄

鷄亦有功之物，而不諱其死者，以功較牛犬爲稍最天之曉也，報亦明，不報亦明，不似獻畝盜賊，非牛不耕，非犬之吠則不覺也。然較鶩鴨二物，則淮陰羞伍絳灌矣。烹飪之刑，似宜稍寬于鶩鴨，卵之有雄者弗食，重不至斤外者弗食，即不能壽之，亦不當過殀之耳。

鶩

鵝鵝之肉無他長，取其肥且甘而已矣。肥始能甘，不肥則同于嚼蠟。鶩以固始爲最，訊其土人，則曰豢之之物，亦同于人也。食人之食，斯其肉之肥膩，亦同于人也。猶之豕肉以金華爲最，婺人豢豕，非飯即粥，故其爲肉也甜而膩。然則固始之鶩，金華之豕，均非鶩豕之美，食美之也，食能美物，奚俟人言。歸而求之，有餘師矣。但投家人以法，彼雖飼以美食，終覺饑飽不時，不似固始金華之有節，故其爲肉也，猶有一間之殊，蓋終以禽獸畜之，未嘗稍同于人耳。繼子得以其取死之道爲可原也。

利類思《西方要紀・飲食》 葷素等味，皆用火食，雞鴨諸禽既炙，盛諸盤，全實几上，以示敬客。

褚家軒《堅瓠二集》卷四《羊羹》 辛稼軒帥浙東時，朱晦庵、張南軒任倉憲，劉改之欲見稼軒不納。二公云：某日公燕君可來，門者不納，但喧争之，必可入。既而改之如所教，門外果喧譁。稼軒問故，門者以告，稼軒怒。二公因言，改之豪傑也，善賦詩，可試納之。改之至，長揖。時方進羊腰腎羹，稼軒命賦之。改之寒甚，乞卮酒，酒罷乞韻。飲酒手顫，餘瀝流於懷，因以流字爲韻，即吟曰：拔毫已付管城子，爛首曾封關内侯。死後不知身外物，也隨尊酒伴風流。稼軒大喜，命其嘗此羹，終席而去。又稼軒守京口時，大雪帥僚佐登多景樓。劉改之敝衣曳履而前，稼軒令賦雪，以難字爲韻。改之即吟曰：功名有分平吴易，貧賤無交訪戴難。自此莫逆云。

褚家軒《堅瓠五集》卷三《嘲薄肉》 董思白至友館中，值中膳，見肉甚薄。因作詩云：主人之刀利如鋒，主母之手輕且鬆。薄薄批來如紙同，輕輕裝來無二重。忽然窗下起微風，飄飄吹入九霄中。急忙使人追其踪，已過巫山十二峰。近又見一詩云：薄薄批來淺淺鋪，厨頭娘子費工夫。等閒不敢開窗看，恐被風吹入太湖。

褚家軒《堅瓠六集》卷一《燒猪肉》 東坡喜食燒猪肉，佛印住金山時，每燒猪以待。一日爲人竊食，坡至無矣。戲作詩曰：遠公沽酒飲陶潛，佛印燒猪待

野禽野獸

野味之遜于家味者，以其不能盡肥。家味之肥，肥于不自覓食，而安享其成。野味之香，香于草木爲家而行止自若。是知豐衣美食，逸處安居，肥人之事也。流水高山，奇花異木，香人之物也。肥則必供刀俎，靡有孑遺。香亦爲人朶頤，然或有時而免。二者不欲其兼，舍肥從香而已矣。

野禽可以時食，野獸則偶一嘗之。野禽如雉鴿鳩鵠黄雀鵪鶉之屬，雖生于野，若畜于家，爲可取之如寄也。野獸之可得者惟兔，麋鹿熊虎諸獸，歲不數得，是野味之中又分難易。難得者何，以其久住深山不入人境，監穽之入，是人往覓獸，非獸來挑人也。禽則不然，知人欲弋而往投之，以覓食也，食得而禍隨之矣。是獸之死也死于人，禽之斃也斃于已，食野味者，當作如是觀，惜禽而更當惜獸，以其取死之道爲可原也。

子瞻。採得百花成蜜後，不知辛苦爲誰甜。又在黃岡時，戲作食肉詩云：淨洗鐺，少着水，柴頭罨煙焰不起。待他自熟莫催他，大候足時他自美。黃州好豬肉，價賤如泥土。貴者不肯吃，貧者不解煮。早晨起來打兩碗，飽得自家君莫管。此東坡以文滑稽。而《雲仙散録》載黃昇日食鹿肉二觔，自晨煮至午，則曰：大候足矣。乃知坡老雖食肉，亦用故事。

褚家軒《堅瓠餘集》卷一《雞舌湯》 宋吕文穆公，微時極貧，故有渴睡漢之誚，比貴盛。喜食雞舌湯，每朝必用。一夕遊花園，遥見墻角一高阜，以爲山也。問左右誰爲之，對曰：此相公所殺雞毛耳。吕訝曰：吾食雞幾何，乃有此。對曰：雞一舌耳。相公一湯用幾許舌，食湯凡幾時。吕默然省悔，遂不復用。吾蕘一宦，喜食鯽魚舌湯，每朝必用鯽魚若干頭，取舌烹湯以進。

吴景旭《歷代詩話》卷二七丁集下之下《寒鼈》 楊升庵曰：曹子建《名都篇》寒鼈炙熊膰。此舊本也。五臣妄改作魚鼈，蓋魚鼈膾鯉，《毛詩》舊句。淺識者孰不以爲寒字誤而從魚字耶。不思寒與魚字形相遠，音呼又别，何得誤至於此。《文選》李善注云：今之時餉謂之寒，蓋韓國饌用此法。《鹽鐵論》：羊淹雞寒。《崔駰傳》亦有雞寒。曹植文：寒鵠蒸麑。劉熙《釋名》：寒雞爲正。古字寒與韓通也。

吴旦生曰：改寒作魚，五臣之陋不足攻矣。第攷《文選》宋板善本，李善注並無今之時餉謂之寒句。據曹子建《七啓》云：寒芳蓮之巢龜。注謂今之脏寒也。《資暇集》李氏云，今之臘肉謂之寒，今脏肉也。《廣韻》云煑肉熟食曰脏。或者時餉二字，乃臘肉之譌。而升庵好異，一時悞録，不遑致詳耳。

何元朗云：升庵不當謂韓國饌法，蓋膾膰炙皆言烹飪，不容寒獨稱地。當是鼈與雞皆性寒易凍，如今人言凍鼈雞凍是也。若云韓鼈猶可，通以雞寒爲雞韓可乎。餘以元朗通士乃作此懵語。按《逸雅》云韓羊、韓兔、韓雞，本法出韓國所爲也，猶酒言宜城醪、蒼梧清之屬也。此證最確，以寒訓凍可笑。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 八珍。龍肝、鳳髓、豹肝、胎猩唇、鯉尾、鴞炙、熊掌、駝峯。

内則八珍。一淳熬，二淳母，三炮豚，四炮牂，五擣珍，六漬，七熬，八肝膋。蓋烹飪之八法，養老所用也。

麟脯。王方平至蔡經家，與麻姑共設餚膳擘麟脯而行酒。

牛心炙。王右軍年十三謁周顗，顗異之。時絶重牛心炙，座客未嚼，顗先割以啖之，於是始知名。

五侯鯖。王氏五侯各署，賓客不相來往。婁護傳食五侯間，盡得其歡心，競致奇膳。合護合以爲鯖，世稱五侯鯖，爲世間絶味。

李仙根《安南雜記》 交阯之地即安南，即交州，即日南。【略】其牛羊豬，燒去毛，即割而食之。【略】

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 蜜唧唧

祝穆《方輿勝覽》蘇東坡詩：朝盤見蜜唧，夜枕聞鵂鶹。蓋惠州土人取鼠未生毛者飼之，以箸挾而啗之，謂之蜜唧，以其唧唧作聲也。

郁永河《採硫日記》卷下 山中多麋鹿，射得輒飲其血，肉之生熟不甚較，果腹而已。【略】射得麋鹿，盡取其肉爲脯，并收其皮。【略】

陳祥裔《蜀都碎事》卷一 竹鼠大如猫。灰黑色，善食竹根，烹食，味極鮮美，亦可醃食。其皮毛温厚，可製衣褥。

陳祥裔《蜀都碎事》卷三 建昌松潘中，出香猪土犬，香猪大而肥，肉頗香美，土人醃以餽人。土犬小而亦肥，羣遊稻田，一犬登樹而望，如有捕者，則先鳴令衆犬逸去。

陳祥裔《蜀都碎事》卷四 孟蜀尚食掌《食典》一百卷，有賜緋羊。其法以紅麴煑肉，緊卷石鎮，深入酒骨淹透，使如紙薄，乃進。注云：酒骨，糟也。同上

高士奇《天禄識餘》卷六《杭子》 《雜俎》：杭子音元，鹽鴨子也，以其用杭木皮汁和鹽漬之，故名。

高士奇《編珠》卷三《酒膳部》 熊蹯雞跖

《左傳》曰：晉靈公使宰夫胹熊蹯不熟，殺之，寘諸畚，載以過朝。《吕氏春秋》曰：善學者，若齊王食鷄，必食其跖數千，而後足也。

殷圃夏山

公孫尼子曰：殷紂爲肉圃。《帝王世紀》曰：夏桀爲肉山脯林。

堯萐漢林

《論衡》曰：堯時，萐脯生於厨中，厨中自生肉脯，薄如萐形，摇鼓生涼。《漢書》曰：武帝爲酒池肉林，令外國客徧觀之。

象白燕翠

張協《七命》曰燕髀猩脣，髦殘象白。《吕氏春秋》曰：肉之美者，雋燕之翠，迷蕩之腕。

百薄鮓　五侯鮓

《交州記》曰：百薄瀨有斷溪，嘗有砍茨者，忽於茨內見魚，眼徑尺，似鮪魚。砍以爲鮓，得百薄，故名百薄瀨。

《語林》曰：婁護字君卿，歷游五侯之門。每旦，五侯遣餉之，君卿乃合五侯所餉鮓之而美。所謂五侯鮓，君卿之爲也。

烹猴斟雉

《淮南子》曰：楚有烹猴者，召其鄰人，鄰人以爲犬羹而甘之。後聞其爲猴，據地而盡吐其所食，此未知味者也。《楚詞》曰：彭鏗斟雉，帝何饗。王逸注曰：彭鏗，彭祖也，好和滋味，善斟雉羹，事帝堯。堯得羹而饗之。

豺羹鱉濟

《楚詞》曰：內鶬鴿味豺羹只。《交州記》曰：蟹黿形如龜，色黑，十二蟹足在腹下，雌負雄而行，南方用以作醬。

黿羹雀炙

王粲《七釋》曰：黿羹蟅臛，晨鳧宿鷁。蕭廣濟《孝子傳》曰：王祥後母病，欲黃雀炙。乃有黃雀數十飛入幕內，因以供母。

鳳卵牛心

《博物志》曰：軒轅之國，民食鳳卵，飲甘露。《語林》曰：王右軍年十一，周顗異之。時絕重牛心炙，客來未嚼。先割嚼，右軍乃知名。

《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載四》

飲血茹毛。《禮記》云：昔者先王未有火化，食草木之實，鳥獸之肉，飲其血，茹其毛。以充庖厨。取犧牲以充庖厨。以熟葷臊。《管子》云：黃帝鑽燧，以熟葷臊，民食之，無腹胃之疾。燔黍捭豚。《鹽鐵論》云：古者燔黍而食，捭豚相享，賓客婚姻，和豆羹曰飯也。減腥去臊。《呂氏春秋》曰：湯得伊尹，設朝見之禮。伊尹說湯以至味，曰：凡味之本，水最爲始，火之爲紀，時疾時徐，減腥去臊，除羶必以其勝，無失其理。珍用八物。按：《禮》所謂八珍者，淳熬、淳母、炮豚、炮牂、捣珍、漬熬、糝肝脊、炮胖，蓋八也。其品則牛羊麋鹿麚豕狗，皆所以養老者也。後世則侈云龍肝、鳳髓、豹胎、鯉尾、鸮炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬。迤北八珍，醍醐、麈吭、野馳蹄、鹿唇、馳乳糜、天鵝炙、紫雲漿、玄玉漿。按：母音模，脊音聊，胖音滅。又按：酥酪蟬，羊脂爲之。玄玉漿即馬妳子。膳用六牲《周禮》注曰：六牲，馬牛羊豕犬雞也。膳夫掌食《周禮》膳夫掌王之食飲餚羞，以養王及後世子。六珍之饌應劭《百官表注》云：少府屬官有大官，掌王膳六珍之饌，百味之羞。百品之物。《周禮》云：內饔掌王及後世子之饌羞，辨百品之物。鄭注曰：百品，味庶羞之屬，言百舉成數。丹山鳳丸。《呂氏春秋》曰：肉之美者，猩猩之唇，猵獌之炙，丹山之南，有鳳之丸，沃民所食。案：注云：丸，古卵字也。鵝脾猩唇。張協《七命》云：封熊之蹯。翰音之跖，鵝脾猩唇，毳殘象白。豹胎黿腸。曹植《樂府》云：鮪腴熊掌，豹胎黿腸，玄熊素膊，肥豢濃肌。飛鵝伏鶉。傅巽《七誨》犓牛之腴　肥狗之和。枚乘《七發》云：犓牛之腴，菜以筍蒲。肥狗之和，冒以山膚。楚苗之食。又云楚苗之食，安胡之飯，搏之不解，一噬而散。山梁之餐。又云蘭英之酒，酌以淥口。山梁之餐，豢豹之首。秋黃之蘇。白露之茹。又云：薄耆之炙，鮮鯉之膾，秋黃之蘇，白露之茹。熊蹯之臑。又云：於是使伊尹煎熬，易牙調和，熊蹯之臑。芍藥之醬。鯉魶之膾。桓驎《七說》。木酪昌菹　鮑酒蔫漿。崔駰《七依》云：木酪昌菹，鮑酒蔫漿，成湯不及，見桓公所未嘗。雞寒狗熱。崔駰《博徒論》云：牛膍羊膾，炙雁煮鳧，雞寒狗熱，重按滿盤。黿羹蟅臛。王粲《七釋》。魚鱉膾鯉。《毛詩》。膮鱉膾腥。《鹽鐵論》曰：今民間婚炙滿。案：膮鱉膾腥，鷹卵鶉鷃，橙橘鮐鰡，鹽醯衆物雜味。蒸豚魚鱉。袁子云：蒸豚魚鱉，烹鶉炙雁。寒鵠鵝雁。又云：遼東細粒，寒鵠鵝雁。炙鵠蒸鳧。《楚詞》云：炙鵠蒸鳧，鮚鶉敶煎鯖，膮雀盧爽存，魂乎歸來麗以先。案王逸注云：鮚，鱠也，言復炙鵠鶉，蒸鳧雁，鮚鶉敶煎鯖，膮雀味，無所不具也。醢豚苦狗。又云：醢豚苦狗臑苴蒸羔魚鱉，飽到酒罏，不醉無歸。鵠煎魚。崔駰《博徒論》云：適逢長史撫綏於車，蒸羔魚鱉，飽鵠煎魚，但到酒罏，不醉無歸。遺芳射越。曹植《七啓》云：紫蘭丹桂，施和必節，滋味既殊，遺芳射越。【略】食物筭知。《西京雜記》云：曹元理明筭術，嘗過其友陳廣漢。廣漢爲之飲酒，取鹿脯數斤，筭曰：諸煮二十五區，應收一千五百三十六枚，蹲鴟三十七畝，應收六百七十三石。牛產二百，犢萬。雞將五萬雛。羊豕鵝鴨皆道其數，果菰看蔌，悉知其所。乃曰：此資業之廣，何供饋之偏邪。廣漢慙曰：有倉卒客，無倉卒主。元理曰：俎上蒸豚一頭，厨中荔枝一柈皆可爲設。廣漢再拜謝罪，自入取之，盡日爲歡。又《吳志》曰：趙達嘗過故知家，故知具酒食紿曰：倉卒乏酒肴如何。達取盤中雙箸，再三縱橫之。乃言：卿東壁下有美酒一斛，又有鹿肉三斤，何以辭無。主人慙曰：知卿善射有無，特欲相試耳。匹製貔貍。《古今詩話》云：刁約使契丹，有詩曰：餞行三匹製，蜜腸十貔貍。匹製以小大罷爲之，如黃漆貔貍形如鼠而大，北狄以爲珍膳。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・肉一》

原：許慎《說文》曰：肴，雜肉也，脆漬肉也，膊宗廟熟肉也。增：《釋名》曰：熟肉有骨曰肴，大臠曰胾。《詩》曰：嘉肴脾臄。豚口上肉也。原：《周禮》：凡王之好賜肉脩，則饗人供之。注：好賜王所善而賜之。《禮記》曰：濡肉齒決，乾肉不齒決。又曰：爲熬捶之，去其皺，音展編雀布牛肉焉。屑桂與薑以灑諸上，而鹽之，乾而食之，欲濡肉則釋而煎之以醢，欲乾肉則捶而食之。又曰肉曰脫之。剝其皮也。《穀梁》曰：脤祖，實

祭肉也。生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。《家語》曰：夫食肉者勇悍。《戰國策》曰：晚食以當肉，緩步以當車。增：韓子曰：夫百日不食以待粱肉，餓者不育，令堯舜之賢，乃治當世之民，是猶待粱肉而救餓之説也。《呂氏春秋》曰：肥肉厚酒，務以相强命之，曰爛腸之食。原：揚雄《方言》：朝鮮洌水之間，凡暴肉及牛羊五臟，謂之膊。增：《太玄經》曰：明珠彈於飛肉。原：《桓譚新論》曰：關東鄙語曰，人聞長安樂，出門向西笑。知肉味美，則對屠門而大嚼。《典略》曰：凡宗廟三歲大祫，每太牢分之，左辨上帝，右辨上后，俎餘委肉積於前，數千斤名堆俎。增：《珍羞紀要》曰：鴻荒之世，茹毛飲血，其漸也。古者一爲籩豆，二爲賓客，三爲充君之庖，故非祭祀不肉，非燕饗不肉，非玉食不肉。

《萬花谷》曰：南蠻釋利佛逝處，有獸類野豕，角如山羊，名曰雩肉，味美以饋饎。《博物志》曰：食燕肉不可入水，爲蛟所吞。龍肉以醢，則文章生。《廣志》曰：北方有牧草，便於其蓄，故北方出美肉。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・肉四》 割取復生。《天中記》云：大月支及西胡有牛，名爲日支牛，今日割取其肉，明日肉復生。一臠。《呂氏春秋》曰：嘗一臠而知一鑊之味，一鼎之調。五煎。朱農《本草》：農問於太子，百果六肉，五煎異煮，男女異嗜，識其要矣乎。五肉七菜勝掩鶉鴿。《天中記》：煎熬膰炙，和齊萬方。《淮南子》云：今屠牛而烹其肉，或以甘，或以酸，煎熬膰炙，和齊萬方，其本一牛之體。【略】沒身不食。《北夢瑣言》曰：唐歸登性甚慳嗇，常爛一羊脾，旋割旋啖，封其殘者。一日登妻誤於封處割食，登大怒，由是其妻終身不食肉。性約不喜食唐竇建德性約素，不喜食肉飯脱粟加蔬具。擊鮮。《周禮》鮮，新殺之肉也，謂擊殺牲宰，與我食鮮也。啄腐。謂酒肉之人，啄腐吞腥也。蠯蔆。生肉曰蠯，熟肉曰蔆。腥醲。腥，肉之精者。醲，酒之上者。四時食。選曰四時所食各異其肉豆肉。記曰觴酒豆肉。遷居。《嘉蓮蕪語》曰：吴俗遷居，預作飯米，下置猪臟，共煮之。及進宅，使婢以箸掘之。名曰掘藏。閭門上下俱與酒飯及臟，謂之散藏歡會。竟日後，復命婢臨掘向竈，祝曰：自入是宅，大小維康。掘藏致富，福禄無疆。掘藏先祭竈神，然後食。娶婦又曰：江南婚娶，新婦初至，合巹後，即用牛蹄筋作羹，以豕肉切骰子大，和作飯，送新婦食，謂之金玉食。筋謂金，肉謂玉也。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・脯一》 原：劉熙《釋名》曰：脯，搏也，乾燥相搏著也。又曰：脩，脩縮也，乾燥而縮也。《説文》曰：脯，乾肉也。脩，脯也。搏，補莫反。薄脯，搏之屋上也。腕骨，脯也。胸衢。脯，脡也。《周易》曰：噬乾肉。《毛詩》曰：爾酒既清，爾肴伊脯。增：《左傳》曰：女贄不過榛栗棗脩，以告虔也。原：《穀梁》曰：夫食肉者勇悍。《戰國策》曰：晚食以當肉，緩步以當車。增：韓子曰：夫百日不食以待粱肉，餓者不育，令堯舜之賢，乃治當世之民，是猶待粱肉而救餓之説也。《呂氏春秋》曰：肥肉厚酒，務以相强命之，曰爛腸之食。原：揚雄《方言》：朝鮮洌水之間，凡暴肉及牛羊五臟，謂之膊。增：《太玄經》曰：明珠彈於飛肉。原：《桓譚新論》曰：關東鄙語曰，人聞長安樂，出門向西笑。知肉味美，則對屠門而大嚼。《典略》曰：凡宗廟三歲大祫，每太牢分之，左辨上帝，右辨上后，俎餘委肉積於前，數千斤名堆俎。增：《珍羞紀要》曰：鴻荒之世，茹毛飲血，其漸也。古者一爲籩豆，二爲賓客，三爲充君之庖，故非祭祀不肉，非燕饗不肉，非玉食不肉。

《萬花谷》曰：南蠻釋利佛逝處，有獸類野豕，角如山羊，名曰雩肉，味美以饋饎。《博物志》曰：食燕肉不可入水，爲蛟所吞。龍肉以醢，則文章生。《廣志》曰：北方有牧草，便於其蓄，故北方出美肉。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・肉四》 割取復生。《天中記》云：大月支及西胡有牛，名爲日支牛，今日割取其肉，明日肉復生。一臠。《呂氏春秋》曰：嘗一臠而知一鑊之味，一鼎之調。五煎。朱農《本草》：農問於太子，百果六肉，五煎異煮，男女異嗜，識其要矣乎。五肉七菜勝掩鶉鴿。《天中記》：煎熬膰炙，和齊萬方。《淮南子》云：今屠牛而烹其肉，或以甘，或以酸，煎熬膰炙，和齊萬方，其本一牛之體。【略】沒身不食。《北夢瑣言》曰：唐歸登性甚慳嗇，常爛一羊脾，旋割旋啖，封其殘者。一日登妻誤於封處割食，登大怒，由是其妻終身不食肉。性約不喜食唐竇建德性約素，不喜食肉飯脱粟加蔬具。擊鮮。《周禮》鮮，新殺之肉也，謂擊殺牲宰，與我食鮮也。啄腐。謂酒肉之人，啄腐吞腥也。蠯蔆。生肉曰蠯，熟肉曰蔆。腥醲。腥，肉之精者。醲，酒之上者。四時食。選曰四時所食各異其肉豆肉。記曰觴酒豆肉。遷居。《嘉蓮蕪語》曰：吴俗遷居，預作飯米，下置猪臟，共煮之。及進宅，使婢以箸掘之。名曰掘藏。閭門上下俱與酒飯及臟，謂之散藏歡會。竟日後，復命婢臨掘向竈，祝曰：自入是宅，大小維康。掘藏致富，福禄無疆。掘藏先祭竈神，然後食。娶婦又曰：江南婚娶，新婦初至，合巹後，即用牛蹄筋作羹，以豕肉切骰子大，和作飯，送新婦食，謂之金玉食。筋謂金，肉謂玉也。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・脯一》 原：劉熙《釋名》曰：脯，搏也，乾燥相搏著也。又曰：脩，脩縮也，乾燥而縮也。《説文》曰：脯，乾肉也。脩，脯也。搏，補莫反。薄脯，搏之屋上也。腕骨，脯也。胸衢。脯，脡也。《周易》曰：噬乾肉。《毛詩》曰：爾酒既清，爾肴伊脯。增：《左傳》曰：女贄不過榛栗棗脩，以告虔也。有至尊者不貳。《周禮》曰：臘人掌乾肉，凡田獸之脯臘膻胖，皆爲夾脊肉也。祭祀乾之謂之乾肉，薄切曰脯，捶之而施薑桂曰腶脩，臘小物而乾者膻胖，皆爲夾脊肉也。祭祀共豆脯，薦脯膻呼胖。《儀禮》曰：鄉飲酒，主人立於西階，東薦脯使行出，袒釋軷祭脯，士冠賓東面薦脯。《禮記》曰：婦人之贄脯脩，大夫燕食有脯無膾，有膾無脯。增：又曰：宗廟之脯曰尹祭。又《郊特牲》曰：大饗尚腥脩而已矣。原：盧謨《祭法》曰：春祠用脯，夏用鬻憑逼反。脯。《東方朔傳》曰：濕肉爲膾，乾肉爲脯。增：《唐書》元行沖曰：下之事上，譬富家儲積以自資也，脯臘腞胰以供滋膳。原：《洛陽記》曰：乾脯山在洛陽北，去三十里，於上曝脯，因以爲名。《論衡》曰：儒者言泰，平時蓳蕭生於厨中，厨中自生肉脯，薄如蓳形，摇鼓生涼。《風俗通》曰：俗説脾，大脯。案：太山博縣，每歲十月祠太山，脯闊一尺，長五寸。增：《神異經》曰：西北荒山有玉饋之酒，酒泉注焉，廣一丈，深三丈，酒美如肉，澄清如鏡。上有玉尊玉籩，取一尊，一尊復生。籩有脯焉，味如麋鹿，飲此酒人不死，一名遺酒，其脯名曰追復，食一斤復一斤。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・脯二》 《唐書》曰：太宗狩於濟源之陵山上，曰：古者先王驅以供宗廟，今所獲鹿，宜令有司造脯醢以充薦享。《杜陽雜編》曰：同昌公主有紅虬脯，非虬也，但貯於盤中，則矯健如虬，絲高一尺。又曰：洛陽人家，重陽則製迎涼脯。《清異録》曰：何敬洙帥武昌時，司倉彭湘傑習知膳味，就中脯臘尤殊。敬洙檄掌公厨，郡中號爲脯掾。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・脯四》 【略】腒臘。腒，乾雉。臘，乾魚。脯醢。《周禮》膳夫掌王之稍事薦脯醢。稍事謂非日中大舉時而間食，謂之稍事。增：脯酒。韓文衡曰：升階傴僂薦脯酒，欲以菲薄明其衷。山羊脯。《續齊諧記》曰：劉晨阮肇入天台山，有女仙人爲設胡蘇飯、山羊脯，因留連之。河祇脯。《雞跖集》云：武夷君食河祇脯。陳蕃待客。董謹《續豫章記》云：陳蕃待客。拌飯以鹿脯，芼羹以牛脯，未嘗別爲異饌。王績嗜酒。王績性嗜酒，杜松之歲時贈脯。原：正脅通幹。杜育《荈賦》曰：脯則正脅通幹，麤鹿肥麋。左胸右末。《禮記》曰：以脯脩置者左胸右末。鄭注曰：屈中曰胸。增脯資竭。《左傳》曰：惟是脯資餱牽竭矣。赤明香。《清異録》曰：赤明香，世傳仇士良家脯名也，輕薄甘香，殷紅浮脆，後世莫及也。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・脂》 原：田獸之臘。《周禮》曰：臘人掌乾肉，凡田獸之脯臘膻胖之事。注：薄析曰脯臘，小物全乾。膻胖謂夾脊肉。鵰鳥可

臘。《異物志》云：鶡鳥大如雉，其肉香美，可以作炙及臘。冬祀用臘。盧諶《祭法》云：冬祀用雉臘兔臘。噬臘遇毒。《易》云：噬臘肉遇毒，小吝无咎。堯如臘。舜如腒。傅子。增：朝曝夕乾。《周禮》云：臘之言夕也，朝暴夕乃乾。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・炙一》 增：《釋名》曰：炙，炙也，炙於火上也。脯炙，以脯錫蜜豉汁淹之，脯脯然也。釜炙，於釜汁中和熟之也。貊炙，全體炙之，各自以刀割出，於蠻貊之爲也。《詩》曰：或燔或炙。又曰：有兔斯首，炮之燔之。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・炙二》 原：黄帝燔肉爲炙。《易》注云：黄帝始燔肉爲炙。專諸乃學炙魚。《吳越春秋》云：專諸從太和公學炙魚。雚雚之炙。《吕氏春秋》曰：肉之美者，雚雚之炙。薄者之炙，枚乘《七發》云：薄者之炙，鮮鯉之膾。案：薄者，薄切獸者之肉，而以爲炙也。者即今所謂者頭。鳳凰炙。傅玄《七謨》云：鳳凰之炙，飛龍之肝。黄雀炙。蕭濟《孝子傳》云：王祥後母病，欲黄雀炙，乃有黄雀數十飛入幕内，因以供母。母嗜炙。《禮》鄭注云：爲其貪食甚也，嗜謂一舉盡臠。馬行炙。《帝王世紀》云：紂宫九市車行酒馬行炙。丸炙。《食經》云：交趾丸炙法：丸如彈丸作臛，乃下丸炙煮之。案：臛，肉羹也。棊炙。束晳《近遊賦》云：棊炙不過兩豆。庶人有薦。《國語》屈建曰：庶人有魚炙之薦。【略】鄧禹進炙魚。《東觀記》云：上率鄧禹等擊王郎，上過禹營，進炙魚，上大食嗽之也。徐穉裹雞炙。謝承《後漢書》云：徐穉諸公所辟，雖不就有死喪，負笈赴弔，常於家豫炙雞一隻，以一兩綿絮漬酒中暴乾，以裹雞。徑到所赴冢壙外，以水漬綿，使有酒氣。斗米飯白茅爲藉，以雞置前醳酒。畢遂去，不見喪主。【略】食鵝炙知黑白處。《三秦記》云：苻朗食鵝炙，知黑白處。增：駝峯炙。《酉陽雜俎》：將軍曲良翰作驢駞峯炙，甚美。龍鬚炙。《清異録》曰：謝諷《食經》中有龍鬚炙。熟魚炙。《三輔決録》云：熟魚炙甚美。諺曰：寧去累世炙，不去熟魚炙。注：謂其肥也。蛤蜊炙。《傳芳署》曰：吐突承璀嗜蛤蜊炙。逍遥炙。唐睿宗聞金仙玉貞二公主飲素，曰：令以九龍食輦裝逍遥炙賜之。昇平炙。唐韋巨源爲尚書令，其食帳有昇平炙。消靈炙。同昌公主有消靈炙。無心炙。段成式馳獵飢甚，叩村家，老姥出鹹臛五味不具。成式食之，有踰五鼎。曰：老姥初不加意，而味殊美。如此，自後令庖人具此品，因呼爲無心炙。鼈炙。飲食有杏鼈炙。鵝炙。《齊書》曰：陽桂之役，詔檄久之未就。齊高帝引江淹入中書省，先賜酒食。淹素能飲，啖食鵝炙垂盡，進酒數升，訖文誥亦辦。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・蒸》 原：蘇蒸不熟。藝蒸不糝。詳糝。蒸葱嶺之雞。劉邵《七華》云：煎嵩陵之縹翠，蒸葱嶺之碧雞。蒸剛肥之豚。桓驎《七説》。增：蒸肫。王濟人乳蒸肫。蒸梟。《楚詞》炙鵠蒸梟。煎炙蒸膉。劉梁《七舉》。火氣上行。《説文》曰：蒸，火氣上行也。芬芳備具。芬芳備具曰蒸。灌以杏酪。《志林》曰：爛蒸桐州羔，灌以杏酪，食以匕，不以箸。蒸之浮浮。《詩・大雅》。蕙肴蒸兮蘭藉。《楚辭》。

《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・鮪》 增：煮食。《説文》云：鮪，煮肉也。雜肴。《字林》云：鮪，雜肴也。五侯鯖。《語林》云：婁護字君卿，歷遊五侯之門。每旦五侯遣餉之，君卿乃合五侯所餉鮪之而美，所謂五侯鮪，君卿之爲也。醒酒鮪。《齊書》云：武帝就虞悰求諸飲食方悰秘不出。上醉後體不快，乃獻醒酒鮪鮓一方而已。

《御定淵鑑類函》卷三九〇《食物部三・羹一》 原：劉熙《釋名》曰：羹，汪也。汁，汪郎也。《説文》曰：羹，五味之和也，燒豕肉羹也。《廣雅》曰：羹謂之滫。《書》曰：若作和羹，爾惟鹽梅。增：《左傳》云：太羹不致。《左傳》曰：和如羹焉，水火、醯醢，鹽梅以烹魚肉，燀之以薪，宰夫和之。齊之以味，濟其不及，以泄其過。君子食之，以平其心。原：《周禮》天官烹人曰：祭祀供太羹鉶羹，賓客亦如之。《禮》曰：食居人之左，羹居人之右，毋嚃羹，毋絮羹，客絮羹，主人辭不能烹，羹之有菜者用梜，無菜者不用梜。又曰：雉羹、雞羹、兔羹、芼羹，食自諸侯以下，至於庶人無等。又曰：子卯稷食菜羹，夫人與君同庖。又曰：不能食粥，羹之以菜可也。又曰：大饗之禮，尚玄酒而俎腥魚。太羹不和，有遺味者矣。又曰：雉羹麥食，脯羹折稌，犬羹兔羹，和糝不蓼。又曰：士不貳羹胾。《詩義》問曰：鉶羹有菜，鹽豉其中。菜爲其形象可食，因以鉶名。繆襲《祭儀》曰：夏祠和羹芼以葵，秋祠和羹芼以葱，冬祠和羹芼以韭。增：《廣志》曰：大渡蜂取其子得數升爲羹，亦可蒸食。《臨海水物志》曰：民皆好啖猴頭羹，雖五肉臛不能及之。其俗言：寧負千石之粟，不願負猴頭羹臛。《嶺表異録》云：交趾人重不録羹，亦名先腦羹。羹以羊鹿雞豬肉和骨，同一釜煮之，令極肥濃，漉去肉，進之葱薑，調以五味，貯以盆器，置之盤中。羹中有觜銀杓，可受一升，即揖讓多自主人先舉，即滿斟一杓，内觜入鼻，仰首徐傾之，飲盡傳杓如酒巡，行之喫羹了然後，續以諸饌，謂之不録。會交趾人或經營事務，彌縫權要，但備此會，無不諧者。《金門歲即》云：洛陽人家，端午煮术羹。秦子曰：五味者各稱一族之名，合和一鼎，名曰羹，猶威重廉平恩合而爲信也。《食經》曰：有豬蹄酸羹法、胡羹法、雞羹法、蔗苛鴨羹法。《酉陽雜俎》云：尊龜羹之絶美，江東謂之一

尊彝。桓驎《七説》曰：河鼃之羹，齊以蘭梅，芬芳甘旨，未咽先滋。衛洪《七開》曰：馨羹芬臛，凝色生華。《皇象書》曰：想必醉，令作醴梅相待。乞巧文曰：掇手覆羹。

《御定淵鑑類函》卷三九〇《食物部三・羹三》 烹猴。斟雉。《淮南子》曰：楚有烹猴者，而召其鄰人。鄰人以爲犬羹而甘。之後聞其猴，據地而盡吐，瀉其所食，此未知味者。《楚詞》曰：彭鏗斟雉帝何饗。王逸注曰：彭鏗，彭祖也，好和滋味，善斟雉羹事帝堯，帝堯得羹而饗之也。

《御定淵鑑類函》卷三九〇《食物部三・羹三》 十遠。雙暈。《清異録》：石耳、石髮、石線、海紫菜、鹿角菜、天花蕈、沙魚、海鰾、白石決明、蝦魁臘，用雞羊鶉三汁和之，十品不足聽，闕之忌入別物，恐倫類雜，則風韻去矣。又曰：竇儼嘗病目，幾喪明，良醫勸令頻食羊眼，儼遂終身食之，其家名雙暈羹。

《御定淵鑑類函》卷三九一《食物部四・臛一》 增：《説文》曰：臛，肉羹也。《蒼頡解詁》曰：臛，少汁臛也，膹臛多澤。《正字通》曰：王逸《招魂》注：有菜曰羹，無菜曰臛。師古曰：羹與臛烹煮異齊，調和不同，非關有菜無菜也。《食經》曰：有羊子酢臛法。崔駰《博徒論》曰：鶩臛羊殘。《齊書》曰：虞悰家富於財而善爲滋味，豫章王嶷盛饌享賓，謂悰曰：肴羞有所遺否。悰曰：何曾《食疏》有黄頷臛，恨無之。

《御定淵鑑類函》卷三九一《食物部四・臛二》 原：鶩臛，蠙臛。崔駰《博徒論》，又《楚辭》臛鶩爲羹。王粲《七釋》云：鼃羹蠙臛，晨鳧宿鷁。鳧臛，鼈臛。《廣志》曰：晨鳧肥而耐寒，宜爲臛。《齊諧記》曰：江北華本者，爲人好鼈臛。臛鼈，臛蠙。《楚辭》云：露雞臛蠵，厲而不爽些。臛雀，臛蛇。《楚辭》云：煎鮪臛雀，遽爽存只。注云：遽，趣也。爽，差也。存，前也。言乃復煎鮪魚，臛黄雀，勑趣宰人差次衆味，持之而前也。劉子云：越人臛蛇以饗秦客，秦客甘之以爲鯉也，既而知之，據地而嘔，此未爲知味者也。臛江東之潛黿，臛東海之游龜。曹植《七啓》傳玄《七謨》云：膾珠崖之麋鼈，臛東海之游龜。三軍盡食，禰衡自飽。劉欣期《交州記》曰：九真太守陶潢築郡城，於土穴中得一物，白色，形似蠶蛹無頭，長數十丈，大十餘圍，蠕蠕動，莫能名。剖腹有肉如猪肪，遂以爲臛羹甚香，潢啖一杯，三軍盡食。《禰衡別傳》：黄祖在蒙衝船上大會賓客，作黍臛至衡前。衡便自飽食不顧，又出言不遜，祖遂殺之。增：肉羹，蒿氣。上詳臛一。《釋名》曰臛者，蒿也，香氣蒿高也。饑食臛，酢臛法。《清異録》曰：段成式馳獵飢甚，叩村家，主人老姥出餧臛，五味不具。成式食之，有逾五鼎。下詳臛一。白龍臛，黄頷臛。鱖肉。下詳臛一。

王士楨《居易録》卷一五 黄鼠榆肉，皆大同産，珍味也。《菽園雜記》云：捕黄鼠必以鬆尾鼠，一名夜猴兒，能嗅黄鼠穴，知其有無。有則入，嚙其鼻而出，如蜀人養烏鬼以捕魚也。《清暇録》引《滹水燕談》云：契丹國産大鼠，曰毗貍，以爲殊味。或即此。《陸氏舊聞》云：畏日，爲隙光所射輒死。

王士楨《居易録》卷一六 懶婦狀如豪豬而小，好食黍，以機杼織紙挂於田中，則望之却走。齒長，入海化爲巨魚，名奔鰒。取以煎油，其膏百斛，燒蠟作燭。取以飲酒則明，讀書則暗。

宋犖《筠廊偶筆》卷上 梁宋間，取蚱蜢烹而食之。

宫夢仁《讀書紀數略》卷五二《物部・飲食類》 三犧。《國語》祭天地宗廟者，謂之犧。

牛、羊、豕。《漢書》注：三牲具爲大牢，羊豕爲少牢，又曰中牢。

二牲。《周禮》毛之取純毛也，陽祀祭天及宗廟，陰祀祭地及社稷。

陽祀用騂牲毛之，陰祀用黝牲毛之。

魯三代牲色《明堂位》

夏后氏牲尚黑，殷白牡，周騂剛。

三物。《詩》出此三物，以詛爾斯。

犬　豕　鷄

五牲。《左傳》五牲不相爲用注。

牛、羊、豕、犬、鷄。《東都賦》注：麋、鹿、熊、狼、野豕。

服虔注：麋、鹿、熊、狼、野豕。

六畜。《周禮》庖人注：始養曰畜，將用曰牲。膳夫膳用六牲，小宗伯毛六牲。

馬、火乾牛、土坤羊、火兑豕、水坎犬、金艮鷄。木巽《職方氏》豫州六擾，并州五擾無鷄，幽州四擾無鷄犬。《爾雅》馬八尺爲騋，牛七尺爲犉，羊六尺爲羬，彘五尺爲豵，狗四尺爲獒，鷄三尺爲鶤。

六獸同上

麋、鹿、狼、一作熊。麕、野豕、兔。《續漢志》謂熊虎赤羆天鹿闢邪，南山豐大特。

六禽，同上。

雁、鶉、鷄、雉、鳩、鴿。鄭康成注：羔豚犢麋雉雁。《東都賦》注鳧雁雉鶉鴽鴈。

四時用禽獸。庖人掌之。《內則》注：此八物四時肥美，爲其太盛，煎以休，廢之膏，節其氣也。

春行羔羊子也。豚豕子也。膳膏蘟。牛脂也。夏行腒乾雉也。鱐乾魚也。膳膏臊。犬膏也。秋行犢小牛也。麋小鹿也。膳膏腥。鷄膏也。冬行鱓魚也。羽，雁也。膳膏羶。羊脂也。

春秋二用《內則》

膾春葱秋芥。豚春韭秋蓼。

五用同上

脂用葱，膏用薤，三牲用穀，菜茹。和用醯，獸用梅。

六膳。《周禮》食醫和王之六膳。

牛宜稌牛土畜稌土穀。羊宜黍羊火畜，黍火穀，此二者以同氣爲宜也。豕宜稷豕土畜，稷水穀，以土克水爲宜也。犬宜粱犬金畜，粱土穀，以土生金爲宜也。雁宜麥雁火畜，麥木穀，以木生火爲宜也。魚宜苽魚水畜，苽水穀，亦以同氣爲宜也。

四膳。《禮記》、《文選》四膳異肴注。

孟春食麥羊，孟夏食菽鷄，孟秋食麻犬，孟冬食黍彘。

五齏。《周禮》醢人，凡醢醬所和，細切爲齏。

昌本昌蒲根。脾析牛百合。蜃大蛤。豚拍豕肩。深蒲蒲蒻入水深者。

七醢。同上

醯、醓、醢、肉醬、贏、螺醢、蜩螗醢、朋醢、蛤蚔醢、魚子魚醢、兔醢、雁醢。

三臡。同上，音尼。醢人掌之，有骨爲臡，無骨爲醢。

麋臡、鹿臡、麇臡。

五羹。《內則》此人君燕食進飯之宜。

雉羹、脯羹、鷄羹、犬羹、兔羹。

四醢。《唐志》掌醢。

鹿、兔、羊、魚。

四物實蓼《內則》

濡音而，烹煮之也。豚包苦實蓼，濡鷄醢醬實蓼，濡魚卵音鯤，魚子也。醬實蓼，濡鱉醢醬實蓼。

四物薤無蓼同上。和以香草，無用蓼也。

魴、烝鯉、烝雛、燒雉。烹

五臭氣也。《月令》

羶木、腥金、香土、焦火、朽水。

八珍。《內則》、《周禮》：膳夫珍用八物。注：其品則牛羊麋鹿麚豕狗，皆以養老者。

淳熬。煎醢加稻，沃之以膏。淳母。煎醢加黍，沃之以膏。炮豚。實棗豚腹，中塗而炮之。炮將。同牂，牝羊也。擣珍。取牛羊麋鹿脊肉擣柔。漬。新肉薄切，湛酒爲之。熬。糝糁布肉屑，薑桂，以鹽之。肝膋。取狗豚幪之以膋，濡炙之。後世八珍，龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鴞炙、腥脣、熊掌、酥酪蟬。羊脂爲之。

進北八珍

醍醐、麈吭、野馳蹄、鹿脣馳、乳糜、天鵝炙、紫玉漿、碧玉漿。即馬奶子。

富有小四海。《清異録》孫節度承祐在浙饋，客曰：今日可謂富有小四海矣。

南之鱃鮝，北之紅羊，東之蝦魚，西之棗栗。

《尸子》曰：桀紂必南海之薑，北海之鹽，西海之枏，東海之鯨。

豚解二十一體。凡牲方解割時，皆如此。

正脊、脡脊、橫脊、析脊三。代脅、長脅、兩胉各三。肩、臂、臑、兩肱各三。髀、肫、胳。兩股各三。陳祥道去髀，而以兩觳足之爲兩髀，賤不升於俎耳。

禘飫宴三禮。《周語》晉隨會聘，周定王饗之觳烝。

禘郊有全烝。全其牲體而用之。王公立飫有房烝，半解其體，升之大俎。親戚宴禘郊有全烝，升體道節折之俎，謂之折俎。《左傳》饗有體薦，所以示恭儉。宴有折俎，所以示慈惠。公當饗卿當宴。

三舉。《周禮》膳夫掌之，凡用三太牢，不敢餕餘以濟，其精明也。

朝食。王日一舉日中，夕齊日，特加二舉。

三俎。《玉藻》三俎祭肺。注：特牲三鼎即此。

豕、魚、臘，加羊與腸胃爲五俎。

五鼎。少牢，餽食禮，雍人束鼎五。

羊、豕、膚、魚、臘。《漢書》注：牛羊豕魚麋。

鼎十二。《周禮》膳夫

牢鼎九。牛也、羊也、豕也、魚也、臘也、腸胃也、膚也、鮮魚也、鮮臘也。陪鼎三，臐也、膮也、臐也。

聘禮餼鼎七，無鮮魚鮮臘。羞鼎三，以實言羞，以陳言陪。

六鉶。公食大夫，禮鉶，羹器也。

牛、羫、羊、若、豕、薇。《詩正義》羊鉶豕鉶，少牢饋食禮兩鉶。大羹，煑肉汁不和，盛於登。鉶羹，肉味有菜和，盛之鉶器。

二羞。《正義》宰夫羞房中之羞，內羞也，司士羞庶羞。肉羞在右，陰也。庶羞在左，陽也。

房中之羞。其籩糗餌粉餈，其豆酏食糝食。庶羞。羊臐豕膮，皆有載醢。

庶羞三十二物。《內則》注：皆人君燕食，所加庶羞也。

牛修、鹿脯、田家脯、麋脯、麕脯、麋、鹿、田豕、麕、皆有軒。雉、兔、皆有芼。

爵、鷃、蜩、范、芝、栭、菱、椇、棗、栗、榛、柿、瓜、桃、李、梅、杏、柤、梨、薑、桂。《周禮》天子羞百二十品牲及禽獸，以備滋味。

四籩。《周禮》籩人掌之

朝事之籩。鰒、魚、白、黑、形、鹽、膴、鮑、魚鱐。饋食之籩。棗、桃、乾薥、榛實。加籩，菱、芡、脯、栗各二。羞籩。糗、餌、粉餈。

四豆。醢人掌之

朝事之豆。韭菹、醓醢、昌本、麋臡、菁菹、鹿臡、茆菹、麋臡。饋食之豆，葵菹、嬴醢、脾析、蠯醢、蠃醢、蜃、蚔醢、豚拍、魚醢。加豆，芹菹、兔醢、深蒲、醯醢、箈菹、雁醢、筍菹、魚醢。羞豆。酏食、糝食。

二十豆。《內則》自腳至魚膾共十六豆。下大夫之禮，末四物列爲第五行，共二十豆，上大夫之禮。

腳、臐、膮、醢、牛炙、四者除醢言之。醢、牛胾、醢、牛胾、羊炙、羊胾、醢、豕炙、醢、豕胾、芥醬、魚膾、十二品，并醢言之。雉、兔、鶉、鷃。

七牢。《周禮》侯伯五年朝天子，上介一、次介末、介各三，則七介，天子賜以七牢。

餼牢一，腥牢三，餼牢三，腥牢餼牢各減一爲五牢，則諸侯之大夫三年聘，天子五介，賜以五牢也。

五積。《大行人》

牢禮、米、禾、薪、芻。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《鹿尾》

鹿尾京師極貴，價值白金五六兩不等，他處全鹿不能敵京師一鹿之尾也。《夫子亭雜録》云：餘向引陳子昂賦。耶律楚材詩證之，考《酉陽雜俎》所記，乃不始於唐。魏使崔劼李騫，在中丞劉孝儀坐，孝儀曰：鄴中鹿尾，酒餚之最。劼曰，生魚熊掌，孟子所稱。雞跖猩脣，吕氏所尚。鹿尾乃有奇味，乃闕載籍。按：益州有鹿殽、但未是尾耳。王伯厚《漢制考》引《周禮》麋鹿魚爲葅。註云：今益州有鹿殽。殽，於僞反。疏云：益州人將鹿肉斮之殽熾，謂之鹿殽。

醯汁。《周禮》醢人，疏見上。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・蜜》 蜜脾。《本草・蜜蜂集解》：別録曰：蜂子生武都山谷。頷曰：今處處有之，即蜜蜂子也在蜜脾中，如蠶蛹而色白，嶺南人取頭足未成者，油炒食之。王禹偁《蜂記》：其釀蜜如脾，謂之蜜脾。李商隱《聞情詩》：紅露花房白蜜脾，黄蜂紫蝶兩參差。

汪森《粤西叢載》卷一八《蠻俗生産》 桂州婦人生子，輒取其胞衣浄濯細切。五味煎調之，召至親者合宴，置酒而啗，若不預者，必致忿争。張師正《倦遊雜録》

汪森《粤西叢載》卷三《杭子》 《雜俎》：杭子音元，鹽鴨子也。以其用杭木皮汁和鹽漬之，故名。

陸廷燦《南村隨筆》卷三《鹿尾》 京師極貴鹿尾。予向引陳子昂賦、耶律楚材詩證之。考《西陽雜俎》所記，劉孝儀曰：鄴中鹿尾，酒肴之最。則不始於唐，自南北朝已貴之。夫於亭雜録

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・肉》 《禮記》：濡肉齒決，乾肉不齒決。《周禮》：大宗伯以脤膰之禮，親兄弟之國。注：脤膰，社稷宗廟之肉。疏云：社稷之肉曰脤，宗廟之肉曰膰。《穀梁傳》：脤者俎，宜祭肉也。生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。《周禮》注：生肉曰臠，乾肉曰薨。

《周易》：噬乾胏得金矢。疏：乾胏是臘肉之乾者，一曰胏肉之帶骨者。《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。曰膰，蓋社肉也。《周禮》注：生肉曰臠，乾肉曰薨。

《周易》：噬乾胏得金矢。疏：乾胏是臘肉之乾者，一曰胏肉之帶骨者。《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

人以慢火爛煮肉物爲鑊。《演繁露》：今人食饌有雜五味於肉中而熟之，當爲米魚，而皆書爲米脯，尤無義理也。《事物紺珠》：肉松，熟猪腩肉焙乾，澆酒醬揉成。臘肉，經臘成者，一名猪紅。《禮記》：煞捶之去其皴，音展編蓆布牛肉焉，屑桂與薑以灑諸上而鹽之，乾而食之。欲濡肉，則釋而煎之以醢，欲乾肉則捶而食之。宋玉《招魂》：肥牛之腱，臑若芳些。注：肘之上肉，熟而切之，筋肉相間。成文《呂氏春秋》：伊尹曰：肉之美者，腥腥之唇，黿象之約。《博物志》：龍肉以醢漬之則文章生。《謝琨傳》：晉元帝鎮建業，每得一豚以爲珍膳，項上一臠尤美，輒以薦帝，羣下未嘗敢食，時呼爲禁臠肉。《唐語林》：肅宗爲太子嘗侍膳尚食置熟俎有羊臂臑上顧太子使割肅宗既割餘污漫刃以餅潔之上熟視不懌肅宗徐舉餅啖之上大悦謂太子曰福當如是愛惜《清異録》：孟蜀尚食堂《食典》一百卷，有賜緋羊。其法，以紅麴煮肉緊，卷石鎮深入酒骨淹透，切如紙薄，乃進，

鶉炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬，以羊脂爲之。駝蹄、鹿唇、駝乳糜、天鵝炙、紫玉漿、元玉漿，爲八珍。又《輟耕録》云：醍醐、塵沆、野駝蹄、鹿唇、駝乳糜、天鵝炙、紫玉漿，爲北八珍。元玉漿即妳子。

陸廷燦《南村隨筆》卷三《杭子》 《雜俎》：杭子音元，鹽鴨子也。以其用杭木皮汁和鹽漬之，故名。

陸廷燦《南村隨筆》卷三《鹿尾》 京師極貴鹿尾。予向引陳子昂賦、耶律楚材詩證之。考《西陽雜俎》所記，劉孝儀曰：鄴中鹿尾，酒肴之最。則不始於唐，自南北朝已貴之。夫於亭雜録

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・肉》 《禮記》：濡肉齒決，乾肉不齒決。《周禮》：大宗伯以脤膰之禮，親兄弟之國。注：脤膰，社稷宗廟之肉。疏云：社稷之肉曰脤，宗廟之肉曰膰。《穀梁傳》：脤者俎，宜祭肉也。生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。《周禮》注：生肉曰臠，乾肉曰薨。

《周易》：噬乾胏得金矢。疏：乾胏是臘肉之乾者，一曰胏肉之帶骨者。《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

人以慢火爛煮肉物爲鑊。《演繁露》：今人食饌有雜五味於肉中而熟之，當爲米魚，而皆書爲米脯，尤無義理也。《事物紺珠》：肉松，熟猪腩肉焙乾，澆酒醬揉成。臘肉，經臘成者，一名猪紅。《禮記》：煞捶之去其皴，音展編蓆布牛肉焉，屑桂與薑以灑諸上而鹽之，乾而食之。欲濡肉，則釋而煎之以醢，欲乾肉則捶而食之。宋玉《招魂》：肥牛之腱，臑若芳些。注：肘之上肉，熟而切之，筋肉相間。成文《呂氏春秋》：伊尹曰：肉之美者，腥腥之唇，黿象之約。《博物志》：龍肉以醢漬之則文章生。《謝琨傳》：晉元帝鎮建業，每得一豚以爲珍膳，項上一臠尤美，輒以薦帝，羣下未嘗敢食，時呼爲禁臠肉。《唐語林》：肅宗爲太子嘗侍膳尚食置熟俎有羊臂臑上顧太子使割肅宗既割餘污漫刃以餅潔之上熟視不懌肅宗徐舉餅啖之上大悦謂太子曰福當如是愛惜《清異録》：孟蜀尚食堂《食典》一百卷，有賜緋羊。其法，以紅麴煮肉緊，卷石鎮深入酒骨淹透，切如紙薄，乃進，

陸廷燦《南村隨筆》卷一《八珍》 吕希哲《雜記》：龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鶉炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬，以羊脂爲之。駝蹄、鹿唇、駝乳糜、天鵝炙、紫玉漿、元玉漿，爲八珍。又《輟耕録》云：醍醐、塵沆、野駝蹄、鹿唇、駝乳糜、天鵝炙、紫玉漿，爲北八珍。元玉漿即妳子。

陸廷燦《南村隨筆》卷三《杭子》 《雜俎》：杭子音元，鹽鴨子也。以其用杭木皮汁和鹽漬之，故名。

陸廷燦《南村隨筆》卷三《鹿尾》 京師極貴鹿尾。予向引陳子昂賦、耶律楚材詩證之。考《西陽雜俎》所記，劉孝儀曰：鄴中鹿尾，酒肴之最。則不始於唐，自南北朝已貴之。夫於亭雜録

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・肉》 《禮記》：濡肉齒決，乾肉不齒決。《周禮》：大宗伯以脤膰之禮，親兄弟之國。注：脤膰，社稷宗廟之肉。疏云：社稷之肉曰脤，宗廟之肉曰膰。《穀梁傳》：脤者俎，宜祭肉也。生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。《周禮》注：生肉曰臠，乾肉曰薨。

《周易》：噬乾胏得金矢。疏：乾胏是臘肉之乾者，一曰胏肉之帶骨者。《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

人以慢火爛煮肉物爲鑊。《演繁露》：今人食饌有雜五味於肉中而熟之，當爲米魚，而皆書爲米脯，尤無義理也。《事物紺珠》：肉松，熟猪腩肉焙乾，澆酒醬揉成。臘肉，經臘成者，一名猪紅。《禮記》：煞捶之去其皴，音展編蓆布牛肉焉，屑桂與薑以灑諸上而鹽之，乾而食之。欲濡肉，則釋而煎之以醢，欲乾肉則捶而食之。宋玉《招魂》：肥牛之腱，臑若芳些。注：肘之上肉，熟而切之，筋肉相間。成文《呂氏春秋》：伊尹曰：肉之美者，腥腥之唇，黿象之約。《博物志》：龍肉以醢漬之則文章生。《謝琨傳》：晉元帝鎮建業，每得一豚以爲珍膳，項上一臠尤美，輒以薦帝，羣下未嘗敢食，時呼爲禁臠肉。《唐語林》：肅宗爲太子嘗侍膳尚食置熟俎有羊臂臑上顧太子使割肅宗既割餘污漫刃以餅潔之上熟視不懌肅宗徐舉餅啖之上大悦謂太子曰福當如是愛惜《清異録》：孟蜀尚食堂《食典》一百卷，有賜緋羊。其法，以紅麴煮肉緊，卷石鎮深入酒骨淹透，切如紙薄，乃進，

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・蜜》 蜜脾。《本草・蜜蜂集解》：別録曰：蜂子生武都山谷。頷曰：今處處有之，即蜜蜂子也在蜜脾中，如蠶蛹而色白，嶺南人取頭足未成者，油炒食之。王禹偁《蜂記》：其釀蜜如脾，謂之蜜脾。李商隱《聞情詩》：紅露花房白蜜脾，黄蜂紫蝶兩參差。

汪森《粤西叢載》卷一八《蠻俗生産》 桂州婦人生子，輒取其胞衣浄濯細切。五味煎調之，召至親者合宴，置酒而啗，若不預者，必致忿争。張師正《倦遊雜録》

汪森《粤西叢載》卷三《杭子》 《雜俎》：杭子音元，鹽鴨子也。以其用杭木皮汁和鹽漬之，故名。

陸廷燦《南村隨筆》卷三《鹿尾》 京師極貴鹿尾。予向引陳子昂賦、耶律楚材詩證之。考《西陽雜俎》所記，劉孝儀曰：鄴中鹿尾，酒肴之最。則不始於唐，自南北朝已貴之。夫於亭雜録

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・肉》 《禮記》：濡肉齒決，乾肉不齒決。《周禮》：大宗伯以脤膰之禮，親兄弟之國。注：脤膰，社稷宗廟之肉。疏云：社稷之肉曰脤，宗廟之肉曰膰。《穀梁傳》：脤者俎，宜祭肉也。生曰脤，熟曰膰，蓋社肉也。《周禮》注：生肉曰臠，乾肉曰薨。

《周易》：噬乾胏得金矢。疏：乾胏是臘肉之乾者，一曰胏肉之帶骨者。《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

《禮・内則》：擣珍取牛羊麋鹿麕之肉必胳。注：脊側肉也。《詩傳》：膮，豚口上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

上肉也。《内則》：肉腥細者爲膾，大者爲軒。《説文》：肴，雜肉也，腌漬肉也。

人以慢火爛煮肉物爲鑊。《演繁露》：今人食饌有雜五味於肉中而熟之，當爲米魚，而皆書爲米脯，尤無義理也。《事物紺珠》：肉松，熟猪腩肉焙乾，澆酒醬揉成。臘肉，經臘成者，一名猪紅。《禮記》：煞捶之去其皴，音展編蓆布牛肉焉，屑桂與薑以灑諸上而鹽之，乾而食之。欲濡肉，則釋而煎之以醢，欲乾肉則捶而食之。宋玉《招魂》：肥牛之腱，臑若芳些。注：肘之上肉，熟而切之，筋肉相間。成文《呂氏春秋》：伊尹曰：肉之美者，腥腥之唇，黿象之約。《博物志》：龍肉以醢漬之則文章生。《謝琨傳》：晉元帝鎮建業，每得一豚以爲珍膳，項上一臠尤美，輒以薦帝，羣下未嘗敢食，時呼爲禁臠肉。《唐語林》：肅宗爲太子嘗侍膳尚食置熟俎有羊臂臑上顧太子使割肅宗既割餘污漫刃以餅潔之上熟視不懌肅宗徐舉餅啖之上大悦謂太子曰福當如是愛惜《清異録》：孟蜀尚食堂《食典》一百卷，有賜緋羊。其法，以紅麴煮肉緊，卷石鎮深入酒骨淹透，切如紙薄，乃進，

注云：酒骨，糟也。《雲仙散録》：黄昇日食鹿肉二斤，自晨煑至日影下西門，則曰：火候足矣。《山海經》：狄山有視肉。注：聚肉形如牛肝，有兩目也，食之無盡，尋復更生如故。《臨海志》：有肉大如小兒臂，長五寸，中有腹無口，堪作炙食。《幽明録》：司馬休遣文武千餘人迎家人達南郡，值風泊船，上岸伐薪，見聚肉有數百斤，乃割取還，以簇煑之，湯欲熱，皆變成數千蝦蟆。《稽神録》：有人破大木，中有肉可五斤，如熟猪肉。

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・脯附臘》

總論：《周禮》臘人，注：薄析曰脯。《逸雅》脯，搏也，乾燥相搏著也。又曰：脩脩，縮也，乾燥而縮也。《周禮》天官膳夫肉脩。注疏：加薑桂煅治者，謂之脩。不加薑桂以鹽乾之，謂之脯。《説文》：脯，乾肉也。脩，脯也。《風俗通》：俗説膊，大脯也。案：太山博縣每歲十月祠太山，脯闊一尺，長五分。《升菴外集》：脯，薄切，今之羓也。臘，無骨肉也。胖之爲言片也，析肉意也。《禮書》：析而乾之曰脯，全而乾之曰臘。脯在籩，臘在俎，脯常先於醢，臘常亞於魚。《禮記》：婦人之贄脯脩，大夫燕禮有脯無膾，有膾無脯。《禮記》以脯脩置者，左胸右脇。注：屈中曰胸，伸曰脡，胸置左以燥爲陽也，脇在右便於食。盧諶《祭法》：春祠用脯，夏用鮪薁，冬用鮮魚，夏用鮪薁逼反。脯曰尹祭。

名類：葛洪《神仙傳》：王方平至蔡經家，與麻姑共設肴膳，擘脯而行如巧笑，云是麒麟脯。《搜神記》：巴邛人家有大橘如三四斗盎，剖之，中有二老叟相對象戲。一叟曰：僕饑虚矣，須龍根脯食之。即於袖中抽出一草根，方圓徑寸，形狀宛轉如龍，因削復滿。食訖，以水噀之，化爲一龍，乘之而去。《神異記》：西北荒中，酒泉之傍有脯，味如麋鹿，脯名曰追。復食一片，復生一片。片或作斤。《漢書・谷永傳》濁氏以胃脯而連騎。注：晉灼曰今太官常以十月作沸湯燖羊胃，以末椒薑坋蒲頓之，暴使燥是也。《彙苑詳註》：犒，腴牛肉脯。董謹《續豫章記》：陳蕃待客拌飯，以鹿脯芼羹，以牛脯未嘗，別爲異饌。《杜陽編》：同昌公主上賜御饌，有紅虬脯，非虬也，但貯於盤中，則健如虬也。紅絲高一尺，以筋抑之無三四分，撒即復故。《雞跖集》：武夷君食河祇脯。注：乾魚也。《清異録》：韋巨源上燒尾食，有同心生結脯。先結後風乾。《玉燭寶典》：洛陽人家，重陽日造迎涼脯。《清異録》：赤明香，世傳仇士良家脯名也，輕薄甘香，殷紅浮脆，後世莫及。《博物志》：閩越江北山間，蠻夷噉丘蝟脯。《陶氏書》：麝鹿非辰屬八卦無主，故道家聽許爲脯。《神異經》：北方有曾冰萬里，厚百丈，有鼠在冰下食冰下草木，肉重萬斤，可以作脯。《帝王世紀》：堯時，厨中自生肉脯，薄如翼摇，則風生使食物寒而不臭，名曰翼脯。一作箑脯。《神仙傳》：葛玄每逢友，輒坐樹下斫樹汁而飲之，皆好酒，取瓦石草木爲脯以下酒。

臘　《易》：噬嗑三爻，噬，臘肉。《周禮》：臘人掌乾肉，凡田獸之脯臘。注：田獸所獲，或獸或禽，全體乾之。疏云：臘之言夕也，朝曝夕乃乾。《釋名》：韓羊韓雞是也。《説楛》：臘肉謂之寒寒，與韓通。《鹽鐵論》：羊淹雞寒。《釋名》：寒芳蓮之巢窠，竄爲曹植《樂府》寒鼈炙熊蹯五臣。乃竄寒鼈爲怎鼈。《七啓》：寒芳蓮之巢窠，竄爲怎鼈。《資暇録》以雞鵝鴨等肉醃乾曰臘。《葉苑詳註》：雞腳雞臘，鵝脖鵝臘，鴨膜鴨臘。

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・炙》

《禮記》母嗞炙。鄭注：嗞謂一舉盡，臠，近貪也。《易》注：黄帝始燔肉爲炙。《逸雅》：脯炙，以錫蜜豉汁淹之，脯脯然也。釜炙，於釜汁中和熟之也。《禮記》：婦人之贄脯脩，大夫之，各自以刀割出，於胡貊之爲脡，胸置左以燥爲陽也，脇在右便於食。盧諶《祭法》：冬祀用雉臘兔臘。《資暇録》以雞鵝鴨等肉醃乾曰臘。《葉苑詳註》：雞腳雞臘，鵝脖鵝臘，鴨膜鴨臘。

豉，已乃以肉銜裹其表而炙之也。貊炙，全體炙之，各自以刀割出，於胡貊之爲也。《吕氏春秋》：肉之美者，雋雋之炙。《國語》：屈建曰：祭典，庶人有魚炙之薦。《金樓子》：專諸欲弒吴王，僚學炙魚，香聞數里，僚索魚炙，乃持刀置魚腹中。《歲時雜記》：涉江州郡皆重夏，至殺鵝爲炙相遺。蕭濟《孝子傳》：王祥後母病，欲黄雀炙，乃有黄雀數十飛入幔内，因以供母。《世説》：王羲之年十二，周顗異之。時重牛心炙，座客來未嗽，先割啖，羲之乃知名。《酉陽雜俎》：將軍曲良翰能爲驢鬚駝峯炙。《傳芳略記》：突承璀嗜蛤蜊炙。《酉陽雜俎》：飲食有杏炙、靣炙。《杜陽雜編》：咸通中，同昌公主饌有靈消炙，一羊之肉取之四兩，雖經暑毒終不見敗。《清異録》：睿宗聞金仙玉真公主飲素，日令以九龍食輦裝逍遥炙賜之。又韋巨源爲尚書令，其食帳有昇平炙。又段成式馳獵，飢甚叩村家，主人老姥出麁臛，五味不具。成式食之，有踰五鼎。曰：老姥初不加意，而味殊美如此。自後令庖人具此品，因呼爲無心炙。《事物紺珠》：金鈴炙酥攪卵脂。《食經》：交阯丸炙法，丸如彈丸，作臛乃下丸，炙煑之。

陳元龍《格致鏡原》卷二六《飲食類六・諸食饌》

《周禮》：醢人掌四豆之實，王舉則共醢六十甕，以五齊、盞同七醢、七菹、三臡實之。注：五齊謂昌本、脾析、蜃蚳、豚拍、深蒲也。七醢謂醓、嬴、蠯、蚳、魚、兔、雁也。七菹謂韭、菁、茆、葵、芹、菹、筍也。三臡謂麋鹿麋。《潛確類書》：按禮所謂八珍者，淳熬、淳母、

炮豚、擣珍、漬熬、糝肝、膏、炮牂，蓋八法也。其品則牛羊麋鹿麑豕狗，皆所以養老者也。後世則侈云龍肝、鳳髓、豹胎、鯉尾、鶉炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬。羊脂爲之。迤北八珍，醍醐、麈吭、野馳蹄、鹿唇、駝乳麋、天鵝炙、紫玉漿、玄玉漿。即馬妳子。《內則》：春宜羔豚膳膏腥，秋宜腶鰤膳膏臊，冬宜鮮羽膳膏羶。註：牛膏臑，犬膏臊，雞膏腥，羊膏羶也。餘放此。腶，乾雉。鰤，乾魚。麋，鹿子。鮮，生魚。羽，鴈也。云膳膏臑也。餘放此。腶，乾雉。鰤，乾魚。麋，鹿子。鮮，生魚。羽，鴈也。《周禮》：朝事之籩，其實膴鮑魚鰤。註：鮑者於糒室糗乾之。糒，上室也，或曰糒，糗，熬同火焙也。《演繁露》：享有體薦，體者牲之全體也。薦，進也，謂舉全體以進也。宴有折俎，俎者所以盛肉也。折者解牲體而析之，但供其肉，不供全體矣。《正字通》：凡牲烹熟體解骨切而載諸鼎，骨拆臡割而升之，俎者皆曰脅。《周禮》內饔註：實鼎曰脅，實俎曰載。《呂氏春秋》：肉之美者，猩猩之唇，獾獾之炙。禹燕之翠，述蕩之擊，旄象之約。流沙之西，丹山之南。有鳳之丸，沃民所食。魚之美者，洞庭之鱄，東海之鯸。《拾遺記》：其食則有渠滄之皃，煎以桂髓。叢庭之鷄，蒸以蜜沫。淇漳之鱣，脯以青茄。九江珠穟，爨以蘭蘇。華清夏潔，灑以纖縞。孔煒《七引》龍脇之肪，鳳趾之筋，麝髓鹿腸，鵠舌麒脰，秋熊柔蹯，文豹膃胎。崔駰《七依》：丹山鳳卵，粵澤龍胎。劉邵《七華》：煎嵩陵之緜翠，蒸蔈嶺之碧雞。傅玄《七謨》：爚鳳凰之胎，燔飛龍之肝。張協《七命》：范公之鱗，出自九溪，頗尾丹腮紫翼青鬐。爾乃命支離，古之屠人飛霜鍔紅肌綺散，素膚雪落。婁子之毫，不能刖其細，秋蟬之翼，不能擬其薄。延篤《與李文德書》：吾食赤烏之麪麥，飲化益之玄醴，折張騫大宛之蒜，啟晉國郇理之鹽。《升菴外集》內典言，飲食之侈曰：炮鳳烹龍，雕蚶鏤蛤。《續仙傳》：謝玄卿遇神仙，設鳳冠粟。龍睛稻，素麟脂，斑螭髓，玄洲白奈，空洞靈瓜，扶桑丹棋，清河文藻。《西京雜記》五侯不相能，賓客不得來往。婁護傳食五侯間，各得其歡心，競致奇膳，護乃合以爲奇味。《南越志》：漢有五侯鯖，以爲鯖，父子鯖，結盟人致共爲之殽。《南史》：永明九年詔：太廟四時祭，宣皇帝薦起麪餅、鴨臛，孝皇后薦筍、鴨、卵脯、醬炙、白肉。高皇帝薦肉臐菹羹。昭皇后薦茗糊炙魚，竝平生所嗜也。《南史》：虞悰家富於財而善爲滋味，豫章王嶷盛饌享賓，謂悰曰：看羞有所遺否。悰曰：何曾《食疏》有黃頷臐，恨無之。《金門歲節》：洛陽人家，正旦造絲鵝鰪燕粉荔枝。《事物紺珠》聚八仙衆肉絲、百菜絲，醋酪鹽拌。《禮》：祭統凡爲俎，以骨爲主，骨有貴賤，殷人貴脾，周人貴肩。

獻。《錦繡萬花谷》：腳，牛臘也。臆，羊臘也。臆，豕臘也。鼓，《內則》：三牲用藙煎茱萸也。《青州雜記》：熊翻每會客，酒至半旋殺羊，令客自割隨所好者，彩線繫定記號，畢蒸熟自認，取以竹刀切食，號過廳羊。《食經》：糝腔法，羊肉二斤，煮令熟，用生薑、雞子調之，春用蓼，秋用蘇，著其上。《釋名》：生腔，以一分膾，二分細切，合和揾攪之也。《說文》：腔，生肉醬也。《事物紺珠》：琉璃肺，用羊肺作。《晉書》：武帝嘗幸王濟宅，供蒸豘甚美。帝問其故，答曰：以人乳蒸之。《食經》作懸熟，以豬肉和米五升、豉三升，調和而蒸之。《庶物異名疏》：少儀曰：君子不食圂腴。疏云：圂，犬豕也。腴，豬犬腸也，言豬犬亦食米穀，其腹與人相似，故君子俱食他處，辟其腴。《事物紺珠》：灌腸，細切豬肉，料拌，納腸中風乾。《釋名》：韓羊、韓兔、韓雞，本法出韓國所爲也。《盧氏雜記》：京都人說兩軍每行從進食，及其宴設，多食雞鵝之類。就中愛食子鵝，鵝每隻價值二三千，每有設，據人數取鵝煑去毛及去五臟，釀以肉及糯米飯，五味調和。先取羊一口亦煑，剥去腸胃，置鵝於羊中，縫合炙之。羊肉若熟，便堪去却羊，取鵝渾食之，謂之渾羊殽忽。《卧遊録》：蘭先生上隱亭望九里山，七日不能下，但食鵝蒸三千段。《北户録》：恩州出鵝毛腔，乃鹽藏，其味絶美，其細如針。《事物紺珠》：薑鴨，實薑鴨內，加五味蒸熟。《廣志》：晨鳧肥而耐寒，宜爲臛。《淮南子》：善學者，如齊王之食雞，必食其跖數千而後足。《逸雅》：雞纖，細擘其臘令纖，然後漬以酢也。兔纖亦如之。《清異録》：昌黎公愈晚年頗親脂粉，故事服食，用硫黄末攪粥飯啖雞，男不使交，千日烹庖，名火靈庫，公間日進一隻。《武林舊事》：市食有鵪鶉餚饌、玲瓏雙條水晶膾。《事物紺珠》：筍頭，春炙活鶉子。《荆楚歲時記》：古之豪家食稱畫卵，今代猶染藍茜雜色，仍加雕鏤，遞相餉遺，或置盤俎。管子曰：雕卵然後淪之，所以發積藏、散萬物。【略】《升菴外集》：嶺南獠人好食蜜唧，取鼠胎未瞬，通身赤蠕者，淹之以蜜，飣之筵上，盤內躣躣而行，挾取嚼之，唧唧有聲，號曰蜜唧。《玉堂閒話》：王蜀劉隱謂南州設宴，諸味將半，然後下麻蟲裹蒸。裹蒸乃取麻蕨蔓上蟲，如今之剌猻者是也，以荷葉裹而蒸之。《禮·內則》：糝，取牛羊豕之肉，三如一，小切之，與稻米。稻米二肉一，合以爲餌煎之。註：糝，米粉也。米二肉一，米爲主，肉爲輔，合以爲餌也。

裘君弘《妙貫堂餘譚》卷五《東坡喜食豬肉》 世傳東坡爲五戒禪師後身，然坡喜食燒豬。佛印住金山，每燒以待其來。一日爲人竊食，坡戲作小詩云：遠公沽酒飲陶潛，佛印燒豬待子瞻。採得百花成蜜後，爲誰辛苦爲誰甜。余觀空門人或自好飲酒食肉，遇居士至，輒以素茹相餉。以視印公此舉，又何妨礙耶。坡詩直名古人而以己表字押之，想見清狂之態，正如天半秋鶻摩入空青也。坡在黄州又有《食豬肉詩》云：黄州好豬肉，價錢等糞土。富者不肯喫，貧者不解煑。慢着火，少着水，火候足時他自美。每日起來打一椀，飽得自家君莫管。余營笑謂，富者不肯喫二語，可作豬肉雅謎。然富者即肯喫，亦未必解煑也。山鄉一近市者，常宿肉以待客。余再爲補二句云：鄉人藏之腐，貴人食之鄙。客大笑。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 馬緒謫潮，得巨蟻長尺餘，鹽漬之，歸詒北人。《續博物志》

大蜈蚣長數丈，能噉牛，或遇之則鳴鼓、燃火炬以驅逐之。取其肉曝爲脯，美於牛肉。《南越志》

王士俊《閑家編》卷四《家禮·養儀》 肉食

魚無鯁，鷄鴨無骨，脛掌無節，諸卵以酒，諸腥以薑醋，分魚順理，斷脯横理。

華希閔《廣事類賦》卷二八《飲食部·着饌》 珍惟八物，《周禮·膳夫》：珍用八物。按：八珍，後世以爲龍肝、鳳髓、豹胎、鯉尾、鴞炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬。膳用六牲，《周禮·膳夫》：膳用六牲。注：六牲馬牛羊豕犬雁。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 太羹鉶羹

《三禮攷註》：《周禮》烹人祭祀共太羹鉶羹。鄭註云：羹，肉湆也。鄭司農云：太羹不致五味也，鉶羹則加鹽菜矣，太羹盛於登，謂之上古羹乃淡肉汁，亦謂之湆。鉶羹者，臛牛羹、膻羊羹、臊豕羹，以五味盛之於鉶器，故曰鉶羹。若盛於豆，即謂之庶羞矣。

黄叔璥《臺海使槎録》卷三《物産》 鳳山採捕鳥魚，内山之番，不拘月日，捕鹿爲常。平埔諸社，至此燒埔，入山捕捉麋鹿，剥取鹿皮，煎角爲膠，漬肉爲脯，及鹿茸、筋、舌等物，交付賫社，運赴郡中，糶以完餉。

黄叔璥《臺海使槎録》卷三《物産》 山無虎，故鹿最繁。昔年近山皆爲土番鹿場，今則漢人墾種，極目良田。遂多於内山捕獵，角尾單弱，絶不似關東之濯濯。角百對，只可煎膠二十餘觔。鹿雖多，街市求一臠不得。冬春時，社番截成方塊，重可觔餘，皆用鹽漬。運致府治，色黑味變，不堪下箸，而值亦不輕。

福州東島，視彭湖爲近，内惟産鹿，千百爲羣。島人捕得，取其腸胃連糞食

之，以爲至美。其全體則鬻之福州人，今所鬻鹿脯、鹿筋，皆東島物也。

《玉堂薈記》

【略】

山鼠，土人捕獲，以蔗梗填腹，去毛炙黃，合豬肉煑食。又山貓取其毛以東筆，微短而輭，鄉間亦有捕蟬，紙裹煨熟以下酒者。

黃叔璥《臺海使槎録》卷五《北路諸羅番一・飲食》 捕鹿名曰出草，或鏢或箭，帶犬追尋。獲鹿即剥割，羣聚而飲，臟腑醃藏甕中，名曰膏蚌鮭。餘肉交通事貿易納餉。

黃叔璥《臺海使槎録》卷五《北路諸羅番五・飲食》 **【略】**射生禽，鏢麋鹿，炙而食之，生亦不厭也。

黃叔璥《臺海使槎録》卷六《北路諸羅番十・飲食》 鳥獸之肉，俾諸火，帶血而食。麋鹿剌其喉，吮生血，至盡，乃剥割。腹草將化者，緑如苔，置鹽少許食之。

檀萃《説蠻》 狆家以帛束首，躧屩，好樓居，婦多纖好而勤於織。**【略】**以姿色定聘，多至牛三五十頭。喪則屠牛，召親友以甕貯酒，執牛角徧飲，必傾寫淋漓而後快。醉或至於相殺。習陰陽家言，葬用棺以傘覆上，期年火之不上冢。以十一月爲歲首，和米糝牛馬雞牲骨作醅，酸臭爲佳，多者爲富。

吴雲方《嶺南雜記》卷下 雄鴨，以南雄府得名，鴨嫩而肥，醃而以麻油漬之，日久肉紅味鮮，廣城甚貴之。

龍豬，出南雄龍王巖，在城東百里，重一二十斤，小耳庳脚細爪，土人醃薰，以竹片綳之，皮薄肉嫩，與常豬不類，廣城亦重之。又出江西贛州龍南縣。

顧堃《覺非盦筆記》卷六 曹植《名都篇》：寒鼈炙熊蟠。《七啓》：寒芳苓之巢龜。《資暇集》引李氏注云，今之臘肉謂之寒，蓋韓國事饌尚此法。引《鹽鐵論》羊滷雞寒。劉熙《釋名》：韓羊韓雞爲證。韓與寒同。今本《文選》注無臘肉之解。又《緗素雜記》引李氏云，滑月謂之寒。今亦不載。

吴玉搢《别雅》卷一 蒸肫，蒸豚也。《晉書・王濟傳》蒸肫甚美。按：《廣韻》豚或作肫。《莊子・德充符》適見肫子食於其死母者。《晉書・謝混傳》每得一肫，以爲珍膳。肫既同豚，肫亦近肫，故因而假借用之。

杭世駿《續方言》卷上 江東呼麋鹿之屬通爲肉。郭注釋器。

益州人有將鹿肉畜之殘爛，謂之鹿殍。《禮記・内則》疏。

博明希哲《鳳城瑣録》 今人呼蛙之背紫腹有凝脂者，爲哈什嗎，非是哈什嗎水中之介蟲也。蝦頭六足，形與田中之螻蛄相似而大，首有二螯，亦有膏如蠏，土人以其狀與螻蛄相似，則以拉蛄呼之。拉蛄，國語螻蛄之名也。其紫背之蛙，名楞普額爾赫。《清文鑑》之注文甚悉。其哈什嗎，春月肥，土人榨其漿煎如腐，色微紅而味鮮美。

佚名《熱河志》卷九五《物産四・禽之屬》 羊。《史記・匈奴傳》曰：其畜多羊。《新唐書・奚傳》曰：其羊黑。《五代史・奚附録》曰：地多黑羊。宋洪皓《松漠紀聞》曰：羊生達靼者大如驢，尾巨而厚類扇，自脊至尾或重五觔，或脅脂以爲假熊白。唐楊煜《膳夫經手録》曰：羊之大者不過五十觔，奚中所産者百餘觔。元許有壬《上京十詠》有秋羊詩曰：塞上寒風起，庖人急尚供。戎鹽舂玉碎，肥羜壓花重。肉净煙脂透，膏凝琥珀濃。年年神御殿，頒餕每霑儂。今塞外多畜之，秋冬風戾其肉，謂之風羊，肉地以爲珍味。其乳與牛酪同用。元楊允孚《灤京雜詠詩》所謂不須白粲備晨吹，乳酪羊酥塞北奇者是也。

山羊。塞山多有之，鹿身而細毛兩角盤背上有蹙紋後漢書鮮卑傳有原羊攻爾雅釋獸曰羬如羊注云羬羊似吴羊而大角埤雅曰羬羊狀若騾而羣行暑天塵露在其角生草戴行代郡賦所謂羬羊養草以盤旋是也《本草》謂山羊有二種，一種大角盤旋，肉至百觔，所謂盤羊者，殆即羬羊也。又一種毛作深黄色者爲黄羊，亦係野産。元許有壬《上京十詠》有黄羊詩曰：草美秋先腯，沙平夜不藏。解條文豹健，臠炙宰夫忙。元楊允孚《灤京雜詠詩》注曰：北陲異品是黄羊。注云：黄羊北方所産者是也。蒙古謂山羊爲伊瑪圇場中地及府屬境内之山多有稱伊瑪圇者皆以有山羊處得名

黄鼠。元許有壬《上京十詠》有黄鼠詩。楊允孚《灤京雜詠詩》注曰：黄鼠，灤京奇品。劉績《霏雪録》謂北方黄鼠穴處，各有配匹，秋時畜黍菽及草木之實以禦冬，各爲小窖别而貯之。天氣晴和時出坐穴口，見人則拱前腋如揖狀即入穴，味極肥美。元朝恒爲玉食之獻，置官守其處，人不得擅取也。黄鼠之名古來所稱互異，宋刁約使契丹爲北語詩曰：密賜十雞貍。注云：形如鼠而大，穴居，食穀粱嗜肉，北朝以爲珍膳，味如豚肉而脆。宋周密《齊東野語》引《澠水燕談》，謂契丹國産大鼠曰毗狸，形類鼠而足短，極肥，其國以爲殊味，穴地取之以供國王之膳，自公相以下皆不得嘗，常以羊乳飼之。傾北使嘗攜至京，烹以進御。本

朝使其國者亦皆得食，蓋極珍重之。此物亦竹猧獾狸之類。又宋張浮休《使遼録》曰：有令邦者，以其肉一臠置之食物之鼎，則立糜爛，是以愛重。攷張舜民《畫墁録》曰：南使至北帳前，見畢密賜肥羖十枚，毘黎邦十頭。毘黎邦，大鼠也。據此則貔貍也，令邦也，毘黎邦也，實是一物，譯語有緩急輕重耳。明李時珍《本草綱目》乃稱黄鼠，古謂之鼬鼠，遼人呼爲貔貍，亦名令邦，皮可爲裘領。然諸書所載黄鼠俱無別名；鼫子之説，亦無皮可爲裘之事，時珍蓋臆説也。

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 東坡煑猪肉訣云：净洗鍋，少著水，柴頭罨，煙燄不起。放翁詩云：饒肩柴熟器。正指此也。蘇陸非飲食之人，其言可信從。

梁玉繩《瞥記》卷七《雜事》 《老學菴筆記》：南豐曾氏享先用節羹，醃鵝剁粥，世世守之。剁粥未識作法，亦不解命名之義。

張九韶《羣書拾唾》卷一〇《動植物第十》 八珍。此《禮記·内則》文及《周禮》注。淳熬。音諄敖。前醢加稻，沃之以膏。淳毋。音諄謨。煎醢加黍，沃之以膏。炮豚。上音庖。實棗豚腹中，塗而炮之。炮牂。音藏。牝羊也。擣珍。取牛、羊、麋鹿、麕肉擣柔。漬，新肉薄切，湛酒爲之。○甚音浸。熬。編萑布肉，屑薑桂以監之。肝膋。音聊。取狗肝爲之，以膏濡灸之。後世八珍則曰：龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鴞炙、猩唇、熊掌、酥酪。羊胎爲之。

佚名《滿洲源流考》卷二〇《國俗·雜綴》 《松漠記聞》：金人舊俗炙股烹脯，音蒲，膊肉也。以餘肉和菜擣臼中糜爛而進，率以爲常。凡宰羊但食其肉，貴人享重客間，兼皮以進曰全羊。

周廣業《過夏雜録》卷六《蒲萄羊肉》 北方蒲萄甚佳，白如水晶者尤上，有紫者多曝乾，散市四方。遵化縣東南三十里有蒲萄山，盛產蒲萄，山因以名。《畫墁録》云：陶隱居注《本草》：蒲萄，北人多肥健，諒食此物，却不知有羊肉麪。胡羊尾極肥。《淮南子》曰無角者膏而無前，有角者脂而無後。無角者，犬豕之屬，肥從前起者也。有角者，犁羊之屬，肥從後起者也。又曰：禽獸之性，大者爲首，而小者爲尾。尾大於要則不掉矣。今獸之大者，無如象與駱駝及牛三物，尾皆極小，故多力胡羊尾雖短而肥大，故行遲。

汪啓淑《水曹清暇録》卷一〇 鐵雀，色黄而肉腴，有似江南黄雀，然無人用糟製者。前明盤饌已尚之，見酌中志。

桂馥《札樸》卷三《染輪》 《子虚賦》割鮮染輪。李奇曰：鮮，生也。染，擣也。切生肉，染車輪，鹽而食之。賦又云：脟割輪粹。韋昭曰：焠謂割鮮焠輪也。郭璞曰：焠，染也。馥謂染輪田獵，血祭之禮。《春官》大祝辨九祭六曰擣祭。注云擣讀爲虣芮之芮，馥謂芮焠聲，近焠輪，即擣祭。《説文》擣，染也。《史記·荆軻傳》使工以藥焠之。《索隱》曰：焠，染也。《宋書》、《南史》以蠕蠕爲芮芮。胡注《通鑑》芮芮即蠕蠕。魏呼柔然爲蠕蠕，南人語轉爲芮芮。

桂馥《札樸》卷四《烝豚炙豚》 京師貴食烝豚炙豚。《鹽鐵論》古者燔黍食稗，而燔豚以相饗。《廣雅》燔謂之炙。《字書》炙，烝也。《詩·閟宫》傳云：毛炙而魚之。烝豚豚也。鄭注地官封人云毛魚豚者，爓去其毛而魚之。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《蟲部》 禾蟲

閩廣浙沿海濱多有之，形如蚯蚓，閩人以蒸蛋食或作膏食餉客爲饋，云食之補脾健胃。《廣志》夏暑雨，禾中蒸鬱而生蟲，或稻根腐而生蟲。稻根色黄，蟲乃稻根所化，故色亦黄。大者如筋許，長至丈節，節有口，生青熟紅黄。霜降前禾熟，則蟲亦熟。以初一二及十五六，乘大潮斷節而出，浮游田上，網取之，得稻之精華者也。其醃爲脯，作醢白漿自出，以白米泔濾過蒸爲膏，甘美益人，得稻之精華者也。其醃爲脯，作醢醬，則貧者之食。○吴震方《嶺南雜記》禾蟲絶類螞蝗，青黄色，狀絶可惡厭。潮所淹没，淡水田禾根内出數尺長至丈餘，寸寸斷皆活，能游泳，午後即敗，不可食。滴鹽醋一小盃，裂出白漿，蒸雞鴨蛋牛乳最鮮。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《蟲部》 椶蟲

《滇南各甸土司記》椶蟲産騰越州外，各土司中穴居椶櫚木中，食其根脂汁，土司餉貴客，必向各峒丁索取此蟲作供。連椶木數尺解送，剖木取之，作羹味絶鮮美，肉亦堅韌而腴絶，似遼東海參。云食之增髓益血，尤治帶下。彼土婦人，無患帶者，以食此蟲也。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《蟲部》 蔗蛄

漳泉種蔗田中，出一種蟲如蠶，食蔗根，名蔗蛄，土人食之，味甚甘美。

師範《滇繫》卷一〇之二《屬夷》 麽此即唐書所載麽些兵是也，元籍麗江，

明土知府木氏取取吐番六村康普葉枝其宗喇普地，居其民，徙麼些成之。【略】民也多畜馬牛羊及琵琶豬爲富，頭目倍蓄之。冬日屠豕去骨足，醃令如琵琶形。

師範《滇繫》卷一〇之二《屬夷》 栗粟，近城四山康普弓籠奔子欄皆有之。【略】墾山而種，地瘠則去之，遷徙不常，刈穫則多釀爲酒，晝夜酖酣，數日盡之。

西清《黑龍江外記》卷六 滿洲宴客，舊尚手把肉，或全羊。近日沾染漢習，粒食磐，遂執勤弩藥矢，獵登危峯石壁，疾走如狡兔，婦從之亦然。獲禽獸，或烹或炙，對坐共食，雖猿猴亦炙食。烹俟水一沸即食，不盡無歸。亦盛設肴饌，然其款式不及內地，味亦迥別，庖人之藝不精也。所謂手把肉，持刀自割而食也。故土人割肉不得法，有屯老二之誚。

吳省蘭《楚峒志略》 苗人大會必宰牛，以火燎去毛烹之，曰火燁肉。懸牛首於棚以相誇耀，其俗以食牛多者爲富。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・初一日》 懸羊。《事物紀原》正旦，縣官懸羊棗，故身不忍食也。公孫丑怪之，故問羊棗孰與膾炙美也。【疏】注「羊棗棗名也」○正義曰：《爾雅・釋木》云：「遵，羊棗。」郭璞注云：「實小而圓，紫黑色，今俗呼之爲羊矢棗。《孟子》曰：『曾哲嗜羊棗。』」邵氏晉涵《爾雅正義》云：「羊棗一名遵。《說文》：『棗，羊棗也。』是以爲棗之總名也。」趙氏以棗名釋之，以棗類衆多，此其中一名耳。何氏焯《讀書記》云：「羊棗非棗也，乃柿之小者，初生色黃，熟則黑，似羊矢。其樹再接則成柿。余乙卯客授臨沂始覩之。沂近魯地，可據也。今俗呼牛奶柿，一名楪棗，而臨沂人亦呼羊棗曰楪棗。此尤可證柿之小者通得棗名，不必以《爾雅》『遵羊棗』之說爲疑。」周氏柄中《辨正》云：「陳禹謨《名物攷》云：『嘗道鄉，登嶧山，或以羊棗啖余，其狀絶類柿，大僅如茨實，蓋名爲棗而去棗遠矣。』」此皆得之親見，益信何氏之說不誣。段氏玉裁《說文解字注》云：「羊棗，即木部之梬，《爾雅》諸棗中之一，與常棗絶殊，不當專取以爲訓。棗樹隨地有之，盡人所識，赤心而外刺，非羊棗也。木部云：『梬，梬棗也。似柿而小，一曰楪。』按楪即《釋木》之『遵羊棗』也。凡物必得諸目驗而折衷古籍，乃爲可信。昔在西苑萬善殿庭中曾見其樹，葉似柿而不似棗，其實似柿，而小如指頭。內監告余，用此樹接之便成柿。《古今注》云：『楪棗，實似柿而小，味亦甘美。』師古曰：『梬棗，今之楪棗也。』楪與遵音相近，楪即遵字也。《內則》『芝栭』，賈氏曰：『芝，木椹。栭，軟棗。』《釋文》云：『栭本又作樠。』樠者楪之誤。」○注「曾子」至「美也」○正義曰：《爾雅・釋詁》云：「惟，思也。」「身，我也。」趙氏謂曾子思念其父既歿，不復再食此羊棗，故已身不忍食之。《禮記・少儀》云：「牛羊魚之腥，聶而切之爲膾；麋鹿爲葅，野豕爲軒，皆聶而不切；麕爲辟雞，兔爲宛脾，皆聶而切之，切蔥若薤，實之醯以柔之。」注云：「聶之言牒也，先蓴葉切之，復報切之，則成膾。」《內則》云：「膾，春用蔥，秋用芥。肉腥細者爲膾，大者爲軒。」其餘文與《少儀》略同。注云：「言大切細切異名也。膾者必先軒之，所謂聶而切之也。此軒、辟雞、宛脾，皆葅類也。釀菜而柔之以醯，殺腥肉及其氣，今益州有鹿飢者，近由此爲之買得，故可煮湯，以待雞之至也。凡水陸之味，無有過此者。土人云：木蘭中多榛松子，野雞食之，故肉尤美云。

陳鱣《簡莊疏記》卷一〇《禮記》 麋鹿魚爲菹。注：殺腥肉及其氣。今益州人取鹿殺而埋之地中，令臭乃出，食之名鹿殽是也。按《說文》云：殽，病也，从歹，委聲。《本草》云，麋脂味辛温，一名官脂，生山谷，名醫曰生南山及淮海邊，十月取。是即鹿殽之類。

吳翌鳳《鐙窗叢録》卷五 浙東用火哺鴨，其未成者，嘉興用香鹽炮之，爲春月佳味，名曰鴨餛飩。方回詩「跳上岸頭須記取，秀州城外鴨餛飩」是也，今俗名嘉蛋。

焦循《孟子正義》卷二九 曾晳嗜羊棗，而曾子不忍食羊棗。公孫丑問曰：「膾炙與羊棗孰美？」【注】羊棗，棗名也。曾子以父嗜羊棗，父没之後，惟念其親，不復食羊棗，故身不忍食也。公孫丑怪之，故問羊棗孰與膾炙美也。【疏】注「羊棗棗名也」○正義曰：《爾雅・釋木》云：「遵，羊棗。」郭璞注云：「實小而圓，紫黑色，今俗呼之爲羊矢棗。《孟子》曰：『曾晳嗜羊棗。』」邵氏晉涵《爾雅正義》云：「羊棗一名遵。《說文》：『棗，羊棗也。』是以爲棗之總名也。」趙氏以棗名釋之，以棗類衆多，此其中一名耳。何氏焯《讀書記》云：「羊棗非棗也，乃柿之小者，初生色黃，熟則黑，似羊矢。其樹再接則成柿。余乙卯客授臨沂始覩之。沂近魯地，可據也。今俗呼牛奶柿，一名楪棗，而臨沂人亦呼羊棗曰楪棗。此尤可證柿之小者通得棗名，不必以《爾雅》『遵羊棗』之說爲疑。」周氏柄中《辨正》云：「陳禹謨《名物攷》云：『嘗道鄉，登嶧山，或以羊棗啖余，其狀絶類柿，大僅如茨實，蓋名爲棗而去棗遠矣。』」此皆得之親見，益信何氏之說不誣。段氏玉裁《說文解字注》云：「羊棗，即木部之梬，《爾雅》諸棗中之一，與常棗絶殊，不當專取以爲訓。棗樹隨地有之，盡人所識，赤心而外刺，非羊棗也。木部云：『梬，梬棗也。似柿而小，一曰楪。』按楪即《釋木》之『遵羊棗』也。凡物必得諸目驗而折衷古籍，乃爲可信。昔在西苑萬善殿庭中曾見其樹，葉似柿而不似棗，其實似柿，而小如指頭。內監告余，用此樹接之便成柿。《古今注》云：『楪棗，實似柿而小，味亦甘美。』師古曰：『梬棗，今之楪棗也。』楪與遵音相近，楪即遵字也。《內則》『芝栭』，賈氏曰：『芝，木椹。栭，軟棗。』《釋文》云：『栭本又作樠。』樠者楪之誤。」○注「曾子」至「美也」○正義曰：《爾雅・釋詁》云：「惟，思也。」「身，我也。」趙氏謂曾子思念其父既歿，不復再食此羊棗，故已身不忍食之。《禮記・少儀》云：「牛羊魚之腥，聶而切之爲膾；麋鹿爲葅，野豕爲軒，皆聶而不切；麕爲辟雞，兔爲宛脾，皆聶而切之，切蔥若薤，實之醯以柔之。」注云：「聶之言牒也，先蓴葉切之，復報切之，則成膾。」《內則》云：「膾，春用蔥，秋用芥。肉腥細者爲膾，大者爲軒。」其餘文與《少儀》略同。注云：「言大切細切異名也。膾者必先軒之，所謂聶而切之也。此軒、辟雞、宛脾，皆葅類也。釀菜而柔之以醯，殺腥肉及其氣，今益州有鹿飢者，近由此爲之

矣。軒或爲胖，宛或爲鬱。」《說文》肉部云：「膞，薄切肉也。」膞，細切肉也。膞即斮而切之，《周禮》《天官》《醢人》注引《少儀》作「膞而切之」。然則膞者切之成薄片，如今片肉也。又將所片細切成條，謂之報切。段氏玉裁《說文解字注》云：「凡細切者，必疾速下刀。《少儀》注云：『報讀爲赴疾之赴。』」按報與躁音近，報之爲疾，即今肉躁子也。《南史・恩倖傳》云：「宮中謂云趙鬼食鴨觜，諸鬼盡著調。」觜與調韻正讀如躁。觜猶速，速亦爲疾。蓋漢言報，六朝言觜，今則爲躁也。劉熙《釋名》《釋飲食》云：「膾，會也。細切肉令散，分其赤白異切之，已乃會合和之也。」赤蓋肉之精者，白蓋肉之肥者，先分切而後合之，所以爲會。《醢人》「五齊七菹」，注云：「齊當爲齏。五齏，昌本、脾析、蜃、豚拍、深蒲也。七菹，韭、菁、茆、葵、芹、菹、筍菹。凡醢醬所和，細切爲齏，全物若膞爲菹。」齏、菹之稱菜肉通，此因之誤也。齊讀若劑咊，即今和字也。讀之，令人以生鰕生蚌蠃用酒酢椒薤拌食之，此古肉食爲菹之遺，用全物而不切者也。《說文》草部云：「菹，酢菜也。」韭部云：「齏，墼也。」「墼，齏也。」「齏，搗辛物也。」蓋菹、齏之暫食者可用酢，其久藏者兼以鹽，或用全，或用切，或用細切，其細切者，今尚名齏矣。而肉之膞切細切者，皆未有生用醯酢芥薤和食之制，蓋膾之古法，今不可詳矣。《內則》諸膳，有牛炙、牛膾、羊炙、豕炙、魚膾，即《儀禮》《公食大夫禮》二十豆中物。孔氏正義云：「牛炙，炙牛肉也。」《毛詩》《小雅》《楚茨》云「或燔或炙」，傳云：「炙，炙肉也。」箋云：「炙，肝炙也。」孔氏正義云：「燔者，火燒之名。炙者，遠火之稱。以難熟者近火，易熟者遠之，故肝炙而肉燔也。《生民》傳曰『傳火曰燔』，對遥炙者爲近火，故《瓠葉》傳曰『加火曰燔』，《特牲》注云『燔從於獻酒之肉』，《特牲》注云『燔炙肉』，是燔亦炙也。且燔亦炙，爲臠而貫之以炙於火，如今炙肉矣。」《瓠葉》云「有兔斯首，炮之燔之」，次章云「炮之炙之」，傳云：「毛曰炮，加火曰燔，炕火曰炙。」箋云：「柔者炙之，乾者燔之。」孔氏正義云：「凡治兔之所宜，若鮮明而新殺者，合毛炮之。若割截而柔者，則臠貫而炙之，若今炙肉也。乾者，謂脯臘，則加之火上，若今之燒乾脾也。」《禮記》《禮運》云「以炮以燔，以烹以炙」，注云：「炮，裹燒之也。燔，加於火上。炙，貫之火上。」《內則》獨詳於炮，云：「炮取豚若牂，刲之刳之，實棗於其腹中，編萑以苴之，塗之以謹塗，炮之，塗皆乾，擘之，濯手以摩之，去其皽。」注云：「炮者，以塗燒之爲名也。謹當爲墐。墐塗，塗有穰草也。」此蓋連毛以墐塗塗裹之，置火中燒，其毛隨塗脫去，又用手摩去皮肉上之皽，更入鼎鑊煮之。以其用塗包裹燒之，故名炮。炮者，包也。是爲毛曰炮也。去皽之後，入鑊煮之，則炮而烹矣。若不入鼎鑊，近火炙之則爲燔，遠火炙之則爲炙。《攷工記》《鮑人》「重欲傳人」，注云：「傳，近也。」傅火，即近火也。是爲炮之燔之也。段氏玉裁《說文解字注》云：「《瓠葉》傳云『炕火曰炙』，正義云：『炕，舉也。』謂以物貫之而舉於火上以炙之。」按炕俗字，古當作「抗」，《方言》曰：「抗，縣也。」是也。縣而炙之，則遠火也。是爲炮之燔之也。段氏玉裁《說文解字注》云：「軟蹼爲人君燕食所加之庶羞，視《公食大夫禮》二十豆之用膾炙，禮之降殺有差，即物之甘嘉或別，故以孰美爲間耳。

查拉吳麟《江源記》【略】土產麥、青科、棗、柿，常食所重者蒜，最珍者敗肉及碎骨和米麪煮湯。俗皆生食，惟僧以熟，皆以手，惟僧以箸。

王念孫《讀書雜志・淮南內篇》卷一一《齊味》 今屠牛而烹其肉，或以酸或以甘。言或用酸或用甘也。舊本作或以爲酸，或以爲甘。兩爲字皆後人所加。《北堂書鈔・酒食部四》、《太平御覽・資產部十一》引此，皆無兩爲字，今據刪。煎敖燎炙，齊味萬方。念孫案齊味當爲齊咊，字之誤也。齊讀若劑咊，即今和字也。讀若甘受、和之和。舊本《北堂書鈔》及《太平御覽》引此竝作齊和萬方。陳禹謨改齊和萬方爲有萬方，謬甚。和與齊義相近。鄭注《少儀》云：周官鹽人云齊事，和五味之事。又高注《呂氏春秋・本味篇》云：齊，和分也。《本經篇》云：煎熬焚炙調齊和之適。《鹽鐵論・通有篇》云：庖宰烹殺胎卵，煎炙齊和，窮極五味。《新序・雜事篇》云：管仲善斷割之，隰朋善煎熬之，賓胥無善齊和之。《漢書・藝文志》云：調百藥齊和之所宜，皆其證也。又案：和字《說文》本作咊，今經傳皆作和，從隸變也。此咊字若不誤爲味，則後人亦必改爲和矣。

梁紹壬《兩般秋雨盦隨筆》卷六《市井食單》 豬耳朵名曰俏冤家，豬大腸名曰佛扒牆，皆蘇人市井食單名色。

俞正燮《癸巳存稿》卷一〇《喫羊皮》 羊皮爲裘，本不應入烹調。《釣磯立談》云：韓熙載使中原，中原人問江南何故不食剥皮羊。熙載曰地產羅紈故耳，乃通達之言。洪皓《松漠記聞》云，金人宰羊，但食其肉，貴人享重客，開兼皮以進，必指而誇曰此燈羊也。或金人召皓食效南味，故指而告之。使之多食，未必享重客用此，且亦何至誇也。若書者多不識人本意，致失其實。嘉慶甲戌乙亥，後鐵門有回回賣兼皮羊，名曰禮羊。其價倍於市價，必四斤而後賣，由此致富，真能人也。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》 蚺蛇大者，可食鹿、食牛，其肉鮮肥，粵人烹以餉客。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》 雪蛆生雪山，大者如瓠，烹以作羹，味頗美如乳酥。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 婦人生產，喫金花丸一服，多

只三服，從不似吾鄉用苦蒿益母紅饋。而且新產三日，例必喫雞。杭州亦然，即蘇屬洞庭山亦然，惟我常昭等處，新產多禁忌，但食菜乾米粥，此非風俗不同，實地氣各別宜忌，各不同也。大家月內例食七雞。

蔣超伯《南漘楛語》卷七《讀淮南子》 曹子建《七啓》云：元熊素膚，肥豢膿肌。李善注引《周禮》注曰：犬豕曰豢。牧乘《七發》：以肥狗之和，與犓牛之腴並稱。犓牛之腴，菜以筍薄。肥狗之和，冒以山膚。士無故且不殺犬豕也。脩務訓曰：楚人有烹猴，召其鄰者，以爲狗羹也而甘之。後聞其猴也，據地而吐之。雖諧謔之談，足見漢世食單，尚珍烹狗耳。

淩揚藻《蠡勺編》卷四〇《食蛙》 南人食蛙，見韓昌南食及答柳州食蝦蟇詩。宋葉榮甫謂西北人未始不食之也。《東方朔傳》：武帝爲上林苑，朔諫以爲此地土宜薑芋，水多黿魚，貧者得以家給人足，無饑寒之憂。師古註：黿即蛙字，人亦取而食之。又《周禮》秋官蠛氏，註云今御所食蛙也。然則漢猶以蛙爲御膳也。《霍光傳》霍山曰：丞相擅減宗廟羔菟黿，可以此罪也。註云：羔菟黿所以供祭，然則漢猶以蛙爲宗廟之薦也。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《火腿》 今人饋送食物單中有火腿者，率開蘭薰幾肘。初笑其造作不典，而不知其名乃自古有之。趙學敏《本草綱目拾遺》云：蘭薰俗名火腿，出金華，六屬皆有，出東陽浦江者更佳。有冬腿春腿之分，前腿後腿之別，冬腿可久留不壞，春腿交夏即變味，久則蛆腐。蓋金華人多以木甑撈米作飯，其飯湯醲厚，專以飼豬兼飼豆渣糠屑，或煑粥以食之，夏則兼飼瓜皮菜葉，故肉細而體香。凡茅船漁户所養尤佳，名船腿，較小於他腿，味更香美，煑食之，其香滿室。《東陽縣志》云：薰蹏俗名火腿，其實烟薰非火也，所醃之鹽必台鹽，所薰之煙必松煙。又一種名風蹄，不用鹽漬，名曰淡腿，浦江爲盛。陳達夫《藥鑑》云：浦江淡腿小於鹽腿，味頗淡，可以點茶，名茶腿。陳者止血痢，開胃如神。或傳數十條火腿中，必有一條狗腿，蓋初醃腿時，非雜以狗腿則不成，故貨腿人亦甚珍惜之，不肯與人，偶有得者則其味尤美。此説不知何所據，余素不喫狗肉，即得之亦不知其味也。按：志乘中所載火腿頗詳，而此物之緣起，則從未有考證，即古今人亦絶無吟詠及之者。惟記亡友吴巢松侍講詩集中，有詠花豬肉五古，甚博雅，惜手邊無此書也。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《鹿尾》 《隨園食單》謂尹文端公品味，以鹿尾爲第一，此固不待尹公而始知之也，特南方人未嘗此味者，直不知耳。余入直樞禁，每冬間輒得飽啖。自關口福外宦後，由清江浦及山左吴門，亦皆得朵頤。時清河夫人皆隨任，並親手奏刀而薄切之，不煩厨子也。迫擢撫嶺西，雖去京師愈遠，而本署摺弁往來攜帶尤易，並可與幕客共嘗之。余嘗有句云：寒夜何人還細切，春明此味最難忘。桂林人傳爲名句，俯仰今昔不勝，感慨係之。自歸田以後，徒勞夢想而已。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《黄羊》 余在蘭州飽食黄羊，所謂迤北八珍也。僉謂口外之黄羊，則更肥美。元楊允孚《灤京雜詩》云：北陲異品是黄羊，即此。其狀絶不類羊，而與麞相似。許圭塘詩無魂亦似麞，亦即此。惟麞角大而黄羊角小，又其尾短而根白色爲差異。戴侗六書故直以黄羊爲麞，誤矣。按：漢陰子方祀竈用黄羊。竊謂陰是貧家，祀竈安得此異品。考《爾雅釋》畜羬羊黄腹。陰所祀當是羬羊，而郝二雲先生《爾雅正義》直以今之黄羊，當之恐誤。《周禮疏》、《爾雅》：在野曰獸，在家曰畜，黄羊其可畜乎。

梁章鉅《歸田瑣記》卷七《小炒肉》 乾隆乙卯，余留京過夏，主游彤卣侍御光繹家，時同居者，爲葉蓮山太史大觀黄星巖奎光陳研農義二邑侯，王虚谷錫齡陳德羽鵬飛二孝廉，談次，各舉所嗜之饌品，侍御以小炒肉爲最佳，衆皆笑之。然侍御厨中所出之小炒肉，則實可於口，無怪其侈爲俊味。未幾而林樾亭先生至京，飲讌間，有以此語告者。先生曰：彤卣尚是講究家，若我則所嗜惟肉，生平行膳所經，無論天涯地角，但是有酒可傾，有肉可飽處，便足陶然。酒不論精粗，肉亦不論煑法也。侍御與先生皆巨人長德，故不苛求飲饌如此。余每飯，必與厨子磨牙，小炒肉一味，余但呼之爲寸炒錢繩，頗不下箸。厨子手段固拙，而余則有愧鄉先哲，未免爲飲食之人矣。憶在京中聞一故事云，年羹堯由大將軍貶爲杭州將軍後，姬妾皆星散，有杭州秀才適得其姬，聞係年府專司飲饌者，自云但專管小炒肉一味，凡將軍每飯，必於前一月呈進食單，若點到小炒肉，則我須忙得半日，但數月不過一二次，他手所不能辦，他事亦不相關也。秀才曰：何不爲我一試之。姬哂曰：酸秀才談何容易，府中一盤肉，須一隻肥豬，任我擇其最精處一塊用之。今君家每市肉，率以斤計，從何下手。秀才爲之嗒然。一日秀才喜，告姬曰：此村中每年有賽神會，每會例用一豬，今年係我值首，此一豬應歸我處分，卿可以奏技矣。姬諾之。屆期，果抬一全豬回，姬詫曰：我在府中所用，係活豬，若已死者，則味當大減，今無奈何，姑試之。乃勉强割取一塊，自入厨下，令秀才先在房中煑酒以待。久之，捧進一碟，層秀才先嘗之，而仍至厨下，摒擋

雜物。少頃入房，見秀才委頓於地，僅一息奄奄。細察之，肉已入喉，並舌皆吞下矣。按：吾鄉俗諺，有每嘗美味者，必先將舌頭用線縛住。即此故事所由來也，聞者蓋無不發一大噱云。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《東坡肉》 今食品中有東坡肉之名，蓋謂爛煑肉也，隨所在厨子能爲之，或謂不應如此侮東坡。余謂此坡公自取之也，坡公有食猪肉詩云：黄州好猪肉，價賤如糞土。富者不肯吃，貧者不解煑。慢着火，少着水，火候足時他自美。每日起來打一碗，飽得自家君莫管。

黄奭《黄氏逸書考·郭氏玄中記》 五肉七菜，勝掩腥膋。《書鈔》一百四十五。

黄本驥《湖南方物志》卷二《長沙府》 寧鄉産鴨大而肥美，近日官厨以爲珍饌。三長物齋長説

徐時棟《煙嶼樓筆記》卷一 《舊唐書·明皇紀》：開元二十六年二月甲辰禁火，寒食，以雞卵相饋送。《荆楚歲時記》云：寒食禁火三日，造餳大麥粥，門雞、鏤雞子、鬥雞子。又薛能晚春詩云：鏤成雞卵有鞦韆。題爲晚春，是亦寒食故事也。

朱亦棟《群書札記》卷一二《蒸壺似蒸鴨》 蘇東坡《蜜酒歌》：脯青苔，炙青蒲，爛蒸鵝鴨，乃瓠壺施。注：《盧氏雜説》鄭餘慶召親朋官數人會食，呼左右曰，處方厨家爛蒸去毛，勿拗折項。諸人相顧以爲必鵝鴨之類。良久就餐，每人前下粟飯一椀，蒸壺盧一枚。相國餐美，諸人先笑，强進而罷。又岐亭詩：不見盧懷慎烝壺似烝鴨。王注次公曰，據《盧氏雜説》，烝壺是鄭餘慶，而先生指爲盧懷慎。豈懷慎事同此而別有出處耶。舊注知引《盧氏雜説》，却便改懷慎以證先生之句，則甚誤矣。查注：按烝壺乃鄭餘慶事，先生偶誤用耳。按《明皇雜録》：盧懷慎清貞，素不營産業。常器。宋璟及盧從願見之甚喜，留連永日，命設食，有蒸豆兩甌，葉數俎而已，此外翛然無辦。先生蓋因此而誤引耳。

顧禄《清嘉録》卷一二《十二月》 冷肉祭山豬

鄉人豢豬於欄，臘月宰之，賣於居人充年饌之需，謂之冷肉。或鄉人自備以祭山神者，祭畢復賣於人，俗名祭山豬。

案：陸放翁詩：釜粥芬香餉鄰父，闌豬豐腯祭家神。自注：蜀人豢豬於闌，臘中供祭，謂之歲豬。吴穀人《新年雜詠》小序云：杭俗，歲終祀神尚豬首，至年外猶足充饌，定買豬頭。在冬至前，選皺紋如壽字者，謂之壽字豬頭。屠人肩送至門，曰送元寶來。於是醃透風乾，以備敬神之用。吾鄉祀神偶或用豬頭，則多以鮮者。

獨逸窩退士《笑笑録》卷二《食羊骨》 惠州市肆寥落，猶日殺一羊，不敢與仕者争買。時屬屠者買其脊骨耳，骨間亦有微肉，熟瀝出漬酒中，點薄鹽，炙微焦食之。終日抉剔，得銖兩於肯綮之間，意甚喜之。數日輒一食，甚覺有補。子由三年食堂庖，豈復知此味乎。戲書此紙遺之，寔可施用也。然此法行，則衆狗不悦矣。《東坡養生集》下同

獨逸窩退士《笑笑録》卷六《雞卵》 有南人不食雞卵，初至北道早尖，店夥請所食，曰：有好菜乎。曰：有木稨肉。及獻於几，則所不食者也，慮爲人笑，不明言，但問别有佳者乎。曰：攤黄菜如何。客曰：大佳。及取來，仍是不食者。

楊同桂《瀋故》卷三《哈什馬》 哈什馬形似田雞，腹有汕如粉條，有子如鮮蟹黄，取以作羹，味極肥美。然惟興京一帶有之，滿洲人用以祀祖，取其潔也。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷五〇《食貨志二·物産》 造釀之屬：【略】松花，按：南方呼爲皮蛋。本土近數年始有造此，較南方出者尤嫩，惟皮上無松花影也。

徐宗亮《黑龍江述略》卷六 呼蘭家鴨最多而賤，往來酬酢，輒以紅紙包裹，號冰鴨，或挈至奉天、吉林，以爲珍饋。

長順等《光緒吉林通志》卷二七《風俗》 距契丹國東至於海有鐵甸。又東女真善射，多牛鹿野狗，其人無定居，行以牛負物，遇雨則張革爲屋，常作鹿鳴呼鹿而射之，食其生肉。《契丹國志》二十五。

王韜《瀛壖雜志》卷二 羊肆雖炎夏亦設，向惟白煑，戴九創爲小炒，近更以糟者爲佳，特麵色不甚潔白。徐三善煑梅霜豬脚，邇來肆中，以鉢貯糟，入以豬耳腦舌及肝腸肺胃等，曰糟鉢頭，稱爲美味。余見之攢眉不能以箸。

王韜《瀛壖雜志》卷二 滬人素不戒食牛，無賴子遍地宰屠，莫之能禁。自西人來此，食牛者愈多，明目張膽，陳於市肆，不爲異也。酒家傭保頗工烹煑之法，沽飲者無不嘗鼎一臠。按：牛肉之禁，由來已久。宣室志載：朱峴女戒食牛肉而免禍，則自唐已然。或曰所戒者，蓋惟耕牛耳。至太牢固不在禁例。若其動言破戒，踏破菜園，則世將譏之爲迂儒。顧滬人既不惜物命，尤不惜物力，溝渠之間，粒米狼戾，恬不爲怪吁，暴殄甚矣，豈所以致福而召和也哉。

王韜《甕牖餘談》卷三《禁食蛙》 食物有古今不同，南北各異，若犬於古時

以爲珍饌，並講烹飪之法，祭於宗廟者曰羹獻，而令人罕食之。青蛙古亦入饌，《周禮》有蠙氏，鄭康成以爲今御所食蛙，則並以充天厨矣。漢《東方朔傳》云：長安水多蛙魚，貧者得以家給人足。則古昔關中已常食之如魚，不獨南人也。今粤東極嗜此，供諸盤飧，出以享客，奉爲珍味。江浙雖有食者，然率賤品視之，搢紳家以登庖爲戒。每歲四五月間，青蛙生發之際，官府多出示禁捕，以其能啄蟲保禾，大有益於農田也。故青蛙一名護穀蟲，其有捉取籠以入市者有罰。考蛙性熱甚補，然人多食，小便苦淋。妊娠食蛙，令子多病。粤居炎方，要宜少食，況賣者多以煎煠，加入辛辣，如抱薪救火，安能求益。講養生者，勿視作濟饑都護也。

史夢蘭《止園筆談》卷二　西河於清端公成龍守黄州時，長郎來省瀕行署中，止存一飧鴨，割半飯之，時人有半鴨於公之謡。署中家人悉食粥，其粥更異甚。以少俸買稻舂米，復炒糠釜中，令微焦，重磨取粉，每粥以少許黍米煑，垂熟入糠粉及蕎麥麵、黄荳粉和之。鎮東有魯晟者，聞風慕之，趨行七十里欲嘗此粥。公歡然見之曰：新客且一飯，再設則粥矣。晟明日東歸，以不得嘗異味爲恨恨恨。時又有糠粥於公之謡。公集有忍字歌一首，言淺意深，頗足資勸懲。【略】

李鴻章、黄彭年等《光緒畿輔通志》卷七四《輿地二九・物産二》　契丹國産大鼠曰毗狸，形類大鼠而足短，極肥，其國以爲殊味。《瀛水燕談》宋刁約使契丹，爲北語詩云：餞行三匹裂，密賜十毗狸。注云：毗狸形如鼠而大，穴居，食果穀，北人以爲珍膳，味如豘子而脆。《夢溪筆談》南使至北帳前見罣，密賜羊羓十枚，毘黎邦十頭。毘黎邦，大鼠也，契丹上供物，善麋物，若以一臠置十斤肉鼎，即時糜爛，臣下不敢畜，惟以賜南使。《畫墁録》

蔣師轍《臺游日記》卷三　光緒十八年六月二十一日，閩府志卷第十八物産，【略】獸則熊，類不一，有豬熊、狗熊、人熊、馬熊，各肖其形。豬熊毛勁如鬣，腹有脂可啖，掌爲八珍之一，然不易熟。庖人取其汁烹他物爲美，助其鮮美，可供數十烹，若爲屠門之嚼貽笑，知味矣。見《裨海紀游》，聞内山初闢時，番持熊掌出易鹽布之屬，不甚秘惜，近則知素高價。熊膽一具，輒直番餅數十枚，且有僞者，或言即鴉鼈膽。鹿，臺山無虎，故鹿最繁，角尾單弱，不似關東之濯，濯角一對，只可煎膠二十餘斤，見使槎録。山羊，能陟峻，生深山中，皮可作鞾。山鼠，土人捕得以蔗梗填腹，去毛炙黄，合豬肉煑食。【略】蝦蟆，多藏厨中，《漳志》謂之蝤蠐。煎食解毒最神。龍尖，口尖而身豐，味甘而脆美，出澎湖，多曬乾者。

俞樾《茶香室叢鈔》卷二一《炮鳳烹龍》　明宦官劉若愚《酌中志》云：凡遇大典禮，司禮監催督光禄寺，備辦茶飯，有所謂炮鳳烹龍者，鳳乃雄雉，龍則宰白馬代之。

俞樾《茶香室續鈔》卷二三《净肉》　國朝董含蓴鄉贅筆云：嘗讀《楞嚴經》，言菩薩元制食三净肉，謂不見爲我殺，不聞爲我殺，不疑爲我殺，益之以自死，鳥殘，今比邱得食五净肉。又曰净肉，除人蛇象馬驢狗獅子狐豬獼猴十種，餘俱可食。

按：此知回回教不食豬肉，即佛家净肉之説，蓋此十種中，惟豬肉人所常食，故以爲戒。餘九種本爲人所不食，故不戒之也。後人相傳以爲專戒豬肉，則失其旨矣。

俞樾《茶香室續鈔》卷二三《杭子》　國朝高士奇《天録識餘》云：杭子音元，鹽鴨子也，以其用杭木皮汁和鹽漬之，故名。宋朱翌《猗覺寮雜記》云：南人以鹽收鴨子，曰鹹丸子。《爾雅》杭魚毒。注謂杭皮厚赤，汁中藏卵果。廣韵亦云：煎汁藏卵果不壞。當用杭字。

按：此説未詳，考宋洪邁《容齋三筆》云：玉篇唐韵釋杭字云：木名，出豫章，煎汁藏果及卵，不壞。異物志云：杭子音元，鹽鴨子也，以其用杭木皮汁和鹽漬之。今吾鄉處處有此，然但用鹽漬，不用杭皮。

俞樾《茶香室續鈔》卷二三《南北人食羊不同》　宋人釣磯立談云：韓熙載使中原，中原人問江南何故不食剥皮羊。熙載曰：地産羅紈故耳。

按：此則南北人食羊，有剥皮不剥皮之異，自古然也。

俞樾《茶香室續鈔》卷二三《鑒虚煑羊脾法》　唐陸龜蒙《零陵總記》云：鑒虚爲僧，頗有風格，而出入内道場，賣弄權勢，杖殺於京兆府。城中言鑒虚善煑羊脾。傳以爲法。

按：唐趙璘《因話録》言：鑒虚有煑肉法，余已載於茶香室鈔卷十三矣，又記此事，爲閻黎一笑也。

又按：佛初立教，本不禁食肉。《涅槃經》又云：若肉，一切悉斷，梁武帝謂立言將謝，則大明側隱，貽厥將來。《涅槃經》又云：若乞得肉，以水洗之，味與肉别，然後得食。是又有此通融之法也。

俞樾《茶香室續鈔》卷二三《明人以食鴛爲重》　明王世禎《觚不觚録》云：

先君以御史請告里居，巡按來相訪，則留飯，葷素不過十器，或少益以糖密果餌海味之屬，進子鵝，必去其首尾，而以鵝首尾蓋之，曰御史無食鵝例也。

按：此知明人以食鵝爲重。

國朝俞正燮《癸巳存稿》引王世貞《家乘》所載同，且爲之說曰：今大清會典，光禄寺一等漢席，二十三盌，有鵝鷄鴨。二等二十盌，有鵝鷄鴨。三等十五盌，有鷄。然則十簋不用鵝鴨。王怿蓋以御史，明七品公宴，不用上等饌。

按理初引本朝之制，以説明事，未知合否，或明制亦與本朝同也。明祝允明《明野記》云：御饍日用三羊八鵝，孝宗初即位，減羊一聳三。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《饘餘》 宋黄朝英《緗素雜記》云：余按《資暇集》論畢羅云，蕃中畢氏羅氏好食此味，因謂之畢羅。後人加食旁爲餅饘字。又云，元和有姦僧鑒虚，以羊之六府，特造一味，傳之於今，時人遂以其號目之曰鑒虚，俗字又加食旁。按：鑒虚煑肉法，余已載於叢鈔十三，今乃知當時竟以爲食品之名，凡煑食羊府藏者，謂之鑒虚，其字并作饘餘矣。今字書中有餅饘，無饘餘。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《鸚武鮓孔雀臘》 宋范成大《桂海虞衡志》云：鸚鵡近海郡尤多，民或以鸚鵡爲鮓，又以孔雀爲臘，皆以其易得故也。又云，翡翠出海南邕賀二州，亦有臘而賣之。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《杭人食鵝》 明陳仁錫《西湖月觀》云：杭人喜食鵝。嘉靖間，侍御令巡官日報屠鵝之數，日屠一千三百有奇。按：杭人食鵝之風，今亦衰息矣。乃知一二百年間，人嗜好不同，即如此。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《述蕩之擊》 國朝沈自南《藝林彙考》引《庶物異名疏》云：《酉陽雜俎》食品有述蕩之擊。擊，掌後節中也。述蕩，獸名也，見獸部。按：述蕩不知何物，豈亦熊掌之類邪。注云：擊字腕。謙，欠三聲。愚謂字當作掔，即腕字也，作掔，非音謙，欠亦非。

袁大化等宣統《新疆通志》卷四八《禮俗》 既坐藉新布客前設茶食餡酪貫客至則繫羊馬户外請客覘之始屠以饗客殺牲先誦經馬以菊花青白線□者爲上，羊以黄首白身者爲上。血淨始烹食，然非其種人宰割亦不食也。每食淨水盥手頭必冠，儻事急遺忘，則以草一莖插頭上，方敢就食，否則謂爲不敬。食掇以手，謂之抓飯，其飯米肉相淪，雜以葡萄杏乾諸物，納之盆盂，列布毯上，主客席地圍坐相酬酢。割肉以刀，不用箸，禁烟酒，忌食豕肉，呼豕爲喬什孕，見即避之。性尤嗜茶，以其能消化肉食也。

程煦元《澉誌補録·禽畜》 醃鴨蛋，新可一帶居民善醃鴨蛋，味異尋常。

程煦元《澉誌補録·禽畜》 羊，鄉間豢羊，冬日恒作枯桑葉作飼料，故其味腴美，非他處所能及。

宋永岳《志異續編》卷三《祖餞》 某遠行途中，忽與故友遇友邀至家，其家人擬入城市殽品。友曰：十餘年渴別，急欲銜杯談心，安能待爾等往還十餘里耶。況屬夙好，相知在昔無須多品，剥紫團。截黄柱，剖皮毬，脱土磚，四者足以下酒矣。某不解何物，未幾坐飲捧上大片蛋一盤，友曰此即皮毬也。問何法，曰以生雞蛋十數枚，傾器内攪匀，灌入猪尿脬内，井内浸一宿，白自裏黄，如天生大蛋，再用香味和鹽泥包之。既而捧上紫紅大片如膏者一盤，曰此紫團也。其法，於臘月内，以雞鴨猪肉三物，切極細，裝入猪尿脬内，紮緊，外用鹽和好醬，厚敷風乾，既又捧上黄面紅心成寸節者一盤，曰此黄柱也。其法，以鮮肥竹笋連籜，火内煨熟，去籜壓去水，拖通内節，用金華火腿，切極細實笋内，火上烘乾。又上大塊火肉一盤，曰此土磚也。其法，臘月猪肉方塊，以鹽擦之，風微乾，用土印磚以肉爲餡，曬乾藏貯。某後告人曰：生平所食，味之香美，無有過此四者。

釋同揆《洱海叢談》 蚱蜢油炒如蝦，或曬炙下酒，市肆食店錫鏇盛列，以爲上味。至猓猓男婦小兒，見松柴中大毛蟲，即歡笑手取，火燎其毛嚼吞之。

潘榮陛《帝京歲時紀勝·八月》 彩兔

京師以黄沙土作白玉兔，飾以五彩粧顏，千奇百狀，集聚天街月下，市而易之。燈火熒輝，遊人絡繹，焦包爐炙，渾酒鑄篩，烤羊肉，熱燒刀，此又爲遊人之酌具也。

清袁棟《書隱叢説》卷一二《抱螺酥》 漢時八珍，猩唇豹胎之外，有酥酪蟬者。注云：以羊脂爲之。即今之抱螺酥也。

劉堅《修潔齋閑筆》卷七《八珍》 八珍：淳熬也，淳母也，炮也，擣珍也，漬也，熬也，糁也，肝膏也。又遮北八珍：醍醐也，塵沆也，野駝蹄也，鹿屑也，駝乳麋，天鵝炙也，紫玉漿、元玉漿也。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類·異味》 嘗異味。詳羹類染指。熊蹯。熊掌也，宰夫胹熊蹯不熟。胹體魚羔臛鳥煎鴻。胹熟爛。魚，燒也。臛臛少汁也。煎，熬也。封熊。封熊之蹯，翰音之蹠。薄者之炙，秋黄之蕪，白露之茹，蘭英之酒，凝脂之飯。秋時蕪黄、露下、葵滑。皆可食，茹菜之總名。丹穴雛。鳳雛美味，丹穴之雛。玄

豹胎。六禽。珍味也，鳧、雁、鷚、鶉、鷃也。熊掌，兔羓，楊誠齋謝陳思顏賜兔羓詩。禽殼，鯉首。首如鯉，尾如牛。玉鯉。雞炙。鵪羓。麋腱。熊白。肉之美者，猩唇熊白。煑飴。歸來煑豹胎，曆飫不能飴。雩肉。雩，肉味美，以饋膳。麟脂螭髓。謝玄卿遇神仙設素麟脂班螭髓。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・珍饌》　滫瀡。棗栗飴蜜以甘之，董萱、粉榆、兔羹，滫瀡以滑之，謂和飲食也。秦人洩曰滫，齊人滑曰瀡。炊金饌玉。盛饌。紫駝峯。八珍。淳熬、淳母、炮豚、炮牂、擣珍、清熬肝、骨也，又八珍羅玉俎。春行羔豚膳膏香，夏行腒鱐膳膏臊，秋行犢麝膳膏腥，冬行鴈羽膳膏羶。行，用也。膳，治也。羔，羊子。豚，豕子。膏香治以牛脂也。腒，乾魚。鱐，乾魚。膏臊治以犬脂也。犢，牛子。麝，鹿子。膏腥治以雞脂也。鱐，魚也。羽，雁也。膏羶治以羊脂也。王者之養，必順其節，煎和之味，亦各有所宜也。法膳。大官之法膳也。珍羞，土饌。富人之食。中厨。豐饌出中厨。蘭肴。蘭香也，蘭肴兼御饌。蒸殽蒸炙蘭藉。雕俎綺肴，温淳甘臐，甘脆肥膿。皆美飲食。玉俎，芳饌，豐膳，珍肴，珍膳。珍膳盈豆區。又唐十八學士更日，直宿供給珍膳。百羞。百羞並薦。蘭羞，綺饌，寶饌。御食也。瓊羞。瓊羞霞開。芳羞。羽觴芳羞。蒸豚。人乳蒸豚。蝤蛑炙。味南烹。貧饌。貧饌羞齷齪。

傳記

郭象《莊子注》卷二《養生主第二》　庖丁爲文惠君解牛，手之所解，肩之所倚，足之所履，膝之所踦，砉然嚮然，奏刀騞然，莫不中音，合於桑林之舞，乃中經首之會。言其因便施巧，無不開解，盡理之甚，既適牛理，又合音節。○庖人，丁其名也。管子有屠牛坦，一朝解九牛，刀可剃毛。爲，於僞反。文惠君，梁惠王也。砉音畫，皮骨相離，聲奏如字開也。騞音近，獲聲，大於砉也。中，丁仲反。下皆同。桑林，宋舞樂名。案：即《左傳》舞師題以旌夏是也。經首，咸池樂章也。文惠君曰：譆，善哉，技蓋至此乎。庖丁釋刀對曰：臣之所好者道也，進乎技矣。直寄道理於技耳，所好者非技也。○譆音熙，歎聲也。始臣之解牛之時，所見無非牛者，未能見其理間。三年之後，未嘗見全牛也。方今之時，臣以神遇而不以目視，官知止而神欲行，依乎天理，批大郤，導大窾，因其固然，技經肯綮之未嘗，而況大軱乎。良庖歲更刀，割也，不中其理間也。○歲一易刀，猶堪割也。族庖月更刀，折也。○族，衆也。今臣之刀十九年矣，所解數千牛矣，而刀刃若新發於硎。硎，砥石也。○硎音刑，磨石也。以十九年而刀刃若新發於硎，雖然，每至於族，吾見其難爲，交錯聚結爲族。怵然爲戒，視爲止，不復屬目於他物也。○爲，於僞反。下皆同。行爲遲，徐其手也。動刀甚微，謋然已解，得其宜，則用力少。○謋，化百反。如土委地，理解而無刀迹，若聚土也。提刀而立，爲之四顧，爲之躊躇滿志，逸足容豫，自得之謂。○躊，直留反。躇，直於反。善刀而藏之。拭刀而弢之也，善刀善猶拭也。文惠君曰：善哉。吾聞庖丁之言，得養生焉。以刀可養，故知生亦可養。

白居易《白孔六帖》卷八三《市三》　解牛。賈誼曰：屠牛坦一朝解十二牛，而芒刃不絶，所排剥刺皆中理。至於髖髀之間，非斤即斧也。投刃皆虚。庖丁解牛者，嘖然駭然矣，不中者投刃皆虚。丁曰：臣始解牛之時，所見非牛，三顧之後，未嘗見全牛也。今臣之刀，十九年所解千牛，而刃無肯綮，若初發硎，以其游刃，必有餘地。

李冗《獨異志》卷上　庖丁善解牛，投刃皆虚。丁曰：臣始解牛之時，所見無非全牛。三年之後，未嘗見全牛也。及今十九年，而刃無肯綮，若初發硎，游刃必有餘地也。

李昉《太平廣記》卷一三三《徐可範》　唐内侍徐可範，性好畋獵，殺害甚衆。嘗取活鱉鑿其甲，以熱油注之，謂之鱉餛。又性嗜饘驢，以驢縻絆於一室内，盆盛五味汁於前，四面迫以烈火，待其渴，飲五味汁盡，取其腸胃爲饌。前後烹宰不紀其數。後扈從僖宗，幸蜀得疾，每睡見羣獸鳥雀啄食其肉，痛苦萬狀。又須於牀下布火及以油醋灌其身，仍以罟網蓋覆方暫得睡。以日繼夜，常須如此。命將盡，惟一束黑骨而已。出《報應記》

李昉《太平廣記》卷一三三《何澤》　唐何澤者，容州人也，嘗攝廣州四會縣令。性豪横，唯以飲啖爲事，尤嗜鵝鴨，鄉胥里正恒令供納。常豢養鵝鴨千百頭，日加烹殺。澤只有一子愛憐特甚，嘗一日烹雙雞饗湯以待沸，其子似有鬼物撮置鑊中，一家驚駭，就出之，則與雙雞俱潰爛矣，故神明可交或作効。也。《易》

陸佃《鶡冠子》卷下《世兵第十二》　道有度數，節解窾空，就導

曰：始作八卦，以通神明之德。物有相勝，故水火可用也。東西南北，故形名可信也。有方矣，然後形名著焉。伊尹酒保，保，儲保也。太公屠牛，傳曰：太公少貧賤，值天涼屠牛賣肉，值天熱而肉敗。管子作革，或作草。百里奚官奴。百里奚，虞人也，虞亡，晉主辱之以媵。【略】

米芾《寶晉英光集》卷三《庖丁解牛刀》 庖丁解牛刀，無厚入有間。以此交世故，了不見後患。奈何觸褊心，忿氣益滋蔓。是非錯相干，惡成那及諫。智者善持已，頗覺操修辨。此道固不遠，可約亦可散。黃帝本齋心，斯民即晏粲。

祝穆《古今事文類聚》續集卷二七 屠牛垣一朝解十二牛而芒刃不頓者，所排擊剝割，皆衆理解也。

祝穆《古今事文類聚》後集卷三九《毛蟲部》 庖丁解牛

庖丁爲文惠君解牛，曰臣之刀，十九年所解千牛，而刀刃若新。彼節者有間，而刀無厚，以無厚入有間，而恢恢乎。其投刃必有餘地，是以十九年而刀如新。《莊子》屠牛坦一朝解十二牛而芒刃不頓。賈誼策

祝穆《古今事文類聚》後集卷三九《毛蟲部》 不忍烹羊

仁宗性仁恕，一日晨興語近臣曰：昨夕因不寐而甚飢，思食燒羊。侍臣曰：何不降旨取索。仁宗曰：比聞禁中每有取索外面，遂以爲例，誠恐自此遂夜宰殺以備非時供應，則歲月之久，害物多矣，豈不忍一夕之餒而啓無窮之殺也。時左右皆呼萬歲，至有感泣者。《魏秦記》

王應麟《困學紀聞》卷一〇《地理》 庖丁解牛行其所無事也。管子云：屠牛坦朝解九牛而刀可以莫鐵，則刃游間也。賈誼疏云：解十二牛。胡子知言云：一目全牛萬隙開。橫渠詩語也。

王三聘《事物考》卷七《宮室》 厨。《帝王世紀》曰：太昊取犧牲以供庖厨，此厨之始也。

王三聘《事物考》卷七《飲食》 炮炙。《古史考》曰：燧人鑽火，始果肉而燔之曰炮。《周書》曰：黃帝始燔肉爲炙。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・炙》 黃帝燔肉爲炙。《易》注云：黃帝始燔肉爲炙。

詹景鳳《古今寓言》卷五《文具類》 莊周《庖丁》：天下事無大小，莫不有理，解牛而得其理，則目無全牛，養生而得其理，則身有餘適。故寫其動作進止之度，以應夫行住坐卧之間，不敢須臾違理，此莊子之深於道者。

庖丁爲文惠君梁惠王也。解牛，手之所觸，肩之所倚，足之所履，膝之所踦。踦墜也。四句形容動作機括以起合舞中會之意。奏然音盡，皮骨相離聲。嚮然，奏進用也。刀騞音麥，聲大於奏也。然，莫不中音，合於桑林樂名。之舞，乃中經首樂名。之會。樂必有舞，會舞者之聚也。解牛而擬之，以樂言和順而不費力也。文惠君曰：嘻，善哉，技蓋至此乎。庖丁釋刀對曰：臣之所好者道也，進乎技矣。謂其技自學道得之而後至，於技非徒技也。始臣之解牛之時，所見無非牛者，三年之後，未嘗見全牛也。言牛之一身其可解處，全不容力，可一目而見也。方今之時，臣以神遇，而不以目視，言必與之會也。官耳目也。知止而神欲行，耳目之官，已知其止之所在，而神自然行乎其間。依乎天理。天理者，牛身天然之腠理也。批大卻，大卻，骨肉交際之處也。導大窾，窾，空也，骨節之間自有大空缺處也。因其固然。技經肯綮之未嘗，而況大軱大骨乎。我之爲技，其用刀也。未嘗經涉肯綮之間，況大骨乎。良庖庖之善者。歲更刀，割也。以其用刀猶於肯綮之間，或有割切，故其刀亦易損也。族庖衆人之爲庖者。月更刀，折也。以其斫大骨而有損刀，或折也。今臣之刀十九年矣，所解數千牛矣，而刀刃若新發於硎，砥石也，解牛雖多而其刃若新磨，然言其無所損也，此其故何也。彼節者有間，而刀刃者無厚，言牛之骨節自有間縫處，而我之刀又甚薄。以無厚入有間，以甚薄之刀，隨其間縫而解之。恢恢乎其於游刃，必有餘地矣。言其和順而無滯礙也，此蓋言世事之難易，皆有自然之理，我但順而行之，無所擾拂，其心泰然，故物皆不能傷其生，此所以爲養生之法也。是以十九年而刀刃若新發於硎，雖然，每至於族，音鏃，盤錯處也。吾見其難爲，雖然一轉，甚有味，蓋言人之處世，豈得皆爲順境，亦有逆境。當前之時，又當委曲順以處之，人行順境甚易，到逆境處多是手脚忙亂，安有不動其心者，所以添此一轉。怵然爲戒，視爲止，官雖知止而亦留。行爲遲，神雖欲行而亦遲。動刀甚微，我既加意仔細爲之，則其動刀也輕輕然，亦不敢甚着力。謋音麾，忽也。然已解，如土委地，提刀而立，爲之四顧。爲之躊躇滿志，從容盤桓，自愜其志。善刀爲拭其刀。而藏之。文惠君曰：善哉，吾聞庖丁之言，得養生焉。言和順而不費力也。

陳龍正《救荒策會》卷一《范仲淹進蝗蟲》 范仲淹爲江淮宣撫使，見民間以蝗蟲和野菜煮食，即日取以奏御，乞宣示六宮。【略】

馬驌《繹史》卷一一二下《列莊之學下》 庖下爲文惠君解牛，手之所觸，肩之所倚，足之所履，膝之所踦，砉然嚮然，奏刀騞然，莫不中音，合於桑林之舞，乃中經首之會。文惠君曰：譆，善哉。技蓋至此乎。庖丁釋刀對曰：臣之所好者，道也，進乎技矣。始臣之解牛之時，所見無非牛者。三年之後，未嘗見全牛

也。方今之時，臣以神遇而不以目視，官知止而神欲行。依乎天理，批大卻導大窾，因其固然，技經肯綮之，未嘗而況大軱乎。良庖歲更刀割也，族庖月更刀折也。今臣之刀十九年矣，所解數千牛矣，而刀刃若新發於硎，彼節者有間而刀刃者無厚。以無厚入有間，恢恢乎，其於遊刃必有餘地矣。是以十九年，而刀刃若新發於硎。雖然每至於族，吾見其難，爲怵然，爲戒視，爲止行，爲遲動。刀甚微，謋然已解如土，委地提刀而立。爲之四顧，爲之躊躇滿志，善刀而藏之。文惠君曰：善哉，吾聞庖丁之言，得養生焉。

方中德《古事比》卷四九《飲食》 何太宰每宴，不食尚方食，晉武令就其家取之，幸王武子第，侍婢數百各持琉璃器，食蒸豚有異，乃以人乳飲之。齊武帝幸芳林園，就虞悰求味，獻棚及雜殽數十與，求方不得，後體不快，僅獻醒酒鮪鮓一方。

王士禎《居易録》卷三四 張貌姑太宰慎言，字金銘，陽城人，萬曆庚戌進士。天啓中，以忤魏閹，遣戍甘肅。嘗有寄友人書云：僕至酒泉，即寓禪室新正，僦得一宅，傍有園，可引水種果蔬。僅借得《史記》一部，求《漢書》了不可得。若馬角未生，當以次讀《尚書》《禮記》，去留都未可知，亦漸有此中樂不思蜀之意。百年强半之人，雖罹網罟，然此中無恨，何所不可擬。元夕後，約地主以小隊馳關外，臂鷹牽犬，獵得黄羊野馬，割以佩刀，炙用野火，生嚼流血，亦大快事。茗酪最佳，羌婦魋結日獻酥潼，以餅餌報之。僕嗜此，殊勝步兵美醞耳。此書不惟見先生行乎患難之學，亦大有典午人風味。又嘗録煎酪法，寄同年錢塘某公云。

張江裁《舊京遺事》 京師筵席，以蘇州厨人包辦者爲尚，餘皆紹興厨人，不及格也。然宋世有厨娘作羊羹，費金無比，今京師近樸所費纔厨娘什之一二耳。

紀事

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 雞纖，細擗其臛令纖，然後漬以酢也。兔纖亦如之。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 胎，銜也，銜炙細密肉，和以薑椒鹽豉，已乃以肉銜裹其表而炙之也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 貊炙，全體炙之，各自以刀割出，於胡貊之爲也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 生腝，以一分膾，二分細切，合和挺攪之也。細切肉令散，分其赤白異切之，已乃會合和之也。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一四魏王肅《毛詩王氏注》卷二 或剥、或亨、或肆、或將。

分齊其肉所當用，則是既陳於俎，就俎上而齊之也。或肆或將，其事俱在。或亨之前，以二者事類相將故進，或亨於上，以配或剥耳。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一四魏王肅《毛詩王氏注》卷二 或燔或炙，取脾膋燔燎，報陽也。《釋文》

郭璞《爾雅注疏》卷九《考證》 杭魚毒。○《石經》杭作杭。鄭樵曰：今南人謂之杭樹，其皮可煎汁藏梅也。故編修朱彝尊曰：《爾雅》杭，魚毒。郭璞注云：杭，大木，子似栗，生南方，皮厚汁赤，中藏卵果。陸德明釋文云：杭音元，又作芫。鄭樵注云：今南人謂之杭木，其皮可煎汁藏梅。三家之釋，《爾雅》若是，蓋杭之用在子。沈瑩《臨海異物志》云：杭味似楮，用其皮汁和鹽漬鴨子。裴淵《廣州記》云：杭殼似栗，赤色，子大如栗，散有棘，刺破其外皮，肉白如脂肪，著核不離。賈思勰《齊民要術》作杭子法，云杭木皮净洗，細莖銼煮，取汁率二斗。及熱，下鹽一升和之，汁極冷，内甕中，浸鴨子一月，煮而食之。《廣韻》注：杭木名出豫章，煎汁藏果不壞。錢易《南部新書》云：湖州歲貢黄杭子，連蒂木瓜。故李景先戲蘇特曰：使君貴部有三黄杭子，五蒂木瓜。左文質《吴興統紀》云：大曆元年，進單黄杭子。談鑰《吴興志》云：唐歲貢單杭子一千三百五十顆，重黄杭子一千三百顆。樂史《寰宇記》湖州土産單杭子。予嘗問之州人，莫有識者。洪邁《容齋隨筆》云：杭如蒼耳、益母，莖幹不純，漬以藏鴨子則染其外。陶宗儀《輟耕録》云：今人以米湯和入鹽草灰，以團鴨卵，謂曰鹹杭子。按：今無錫土俗猶然。坊本《爾雅》乃謂杭爲杭。於是凡詮杭者，皆以杭義釋之。考諸顧野王《玉篇》，於杭則注木名，於杭則注州名。二義固秩然不紊也。若單黄、重黄、三黄，則造杭子法有不同爾。至若下彬下酒，以杭皮爲肴，則又專用皮已。

陶宗儀《説郛》卷九五上虞悰《食珍録》 渾羊設最爲珍食，置鵝於羊中，内實粳肉，五味全熟之。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一六梁崔靈恩《集注毛詩》 或剥或亨

解剥其皮，體解爛之，是煑熟之者。正義引定本集注

賈思勰《齊民要術》卷六《養雞第五九》 渝音（摘）[瘉]雞子法。打破，寫沸湯中，浮出，即掠取，生熟正得，即加鹽醋也。

炒雞子法。打破，著銅鐺中，攪令黃白相雜。細擘葱白，下鹽米、渾鼓、麻油炒之，甚香美。

賈思勰《齊民要術》卷六《養鵝鴨第六〇》 作杭子法。

純取雌鴨，無令雜雄，足其粟豆，常令肥飽，一鴨便生百卵。俗所謂穀生者。此卵既非陰陽合生，雞伏亦不成鶵，宜以供（贍）[膳]幸無[廢]卵之咎也。取杭木皮，《爾雅》曰：杭，魚毒。郭璞注曰：杭，大木，子似栗，生南方，皮厚汁赤，中藏卵、果。無杭皮者，虎杖根。牛李根並（作）[任]用。《爾雅》云：蔆，虎杖。郭璞注云：似紅草，麤大，有細（刺）[節]可以染赤。净洗細莖，銼煑取汁率二斗及熱下鹽一升和之。汁極冷，內甕中，汁熱，卵則致敗，不堪久停。浸鴨子。一月任食。煑而食之，酒食俱用。鹹徹則卵浮。吳中多作者，至十數解。久停稱善，亦得經夏也。

賈思勰《齊民要術》卷八《作魚鮓第七四》 作豬肉鮓法。用豬肥縱肉。净爛治訖，剔去骨，作條，廣五寸。三（分）易水煑之，令熟爲佳，勿令太爛。熟，出，待乾，切如鮓臠，片之皆令帶皮。炊粳米飯爲糝，以茱萸子、白鹽調和。布置一如魚鮓法。糝欲倍多，令早熟。泥封，置日中，一月熟。蒜、薤、薑、酢，任意所便。腥之尤美，炙之珍好。

賈思勰《齊民要術》卷八《脯臘第七五》 作五味脯法。正月、二月、九月、十月爲佳。用牛、羊、麞、鹿、野豬、家豬肉。或作條，或作片，罷，凡破肉皆須順理，不用斜斷。各自別槌牛羊骨令碎，熟煑取汁，掠去浮沫，停之使清。取香美豉，別以冷水淘去塵穢。用骨汁煑豉，色足味調，漉去滓。待[冷]，下鹽，適口而已，勿使過鹹。細切葱白，擣令熟，椒、薑、橘皮，皆末之。量多少，以浸脯，手揉令徹。片脯三宿則出，條脯須嘗看味徹乃出。皆細繩穿，於屋北簷下陰乾。條脯浥浥時，數以手搦令堅實。脯成，置虛靜庫中，着煙氣則味苦。紙袋籠而懸之。置於瓮則鬱浥，若不籠，則青蠅塵（汙）[污]。臘月中作條者，名曰豉脯，堪度夏。每取時，先取其肥者。肥者腻，不耐久。

作度夏白脯法。臘月作最佳，正月、二月、三月，亦得作之。用牛、羊、麞、鹿肉之精者。雜腻則不耐久。破作片，罷，冷水浸，搦去血，水清乃止。以冷水淘白鹽，停取清，下椒末，浸，再宿出，陰乾。浥浥時，以木棒輕打，令堅實，催使堅實而已，慎勿令碎肉出。瘦死牛羊及羔犢彌精。小羔子，全浸之。先用暖湯净洗，無復腥氣，乃浸之。

作甜（脆）[脆]脯法。臘月取麞、鹿肉，片厚薄如手掌，直陰乾，不着鹽。（脆）[脆]如凌雪也。

五味脯法。臘月初作。用鵝、鴈、雞、鴨、鶩、鴿、鵪、鶉、雉、兔、鴿、鵪、生魚，皆得作。乃净治，去腥竅及翠上脂瓶。留脂瓶則臊也。全浸，勿四破。別煑牛羊骨肉取汁，牛羊（科）[則]得一種，不須並用。浸豉，調和，一同五味脯法。浸四五日，嘗味徹便出，置箔上陰乾。火炙，熟搥。亦名豭臘，亦名豭魚，亦名魚臘。雞、雉、鶉三物，直去腥藏，勿開臆。

作（脆脯）[脆臘]法。臘月初作。任爲（三味脯）[五味臘]者，皆中作，唯魚不中耳。白湯熟煑，掠去浮沫，欲出釜時，尤須急火，急[火]則易燥。置箔上陰乾之。甜（脆）[脆]殊常。

賈思勰《齊民要術》卷八《羹臛法第七六》 食經作芋子酸臛法。豬、羊肉各一斤，水一斗，煑令熟。成治芋子一升，別蒸之，葱白一升，著肉中合煑，使熟。粳米三合，鹽一合，豉汁一升，苦酒五合，口調其味，生薑十兩。得臛一斗。

作鴨臛法：用小鴨六頭，羊肉二斤，大鴨五頭，葱三升，芋二十株，橘皮三葉，木蘭五寸，生薑十兩，豉汁五合，米一升，口調其味。得臛一斗。先以八升酒煑鴨也。

作豬蹄酸羹一斛法。豬蹄三具，煑令爛，擘去大骨，乃下葱、豉汁、苦酒、鹽，口調其味。舊法用餳六斤，今除也。

作羊蹄臛法。羊蹄七具，羊肉十五斤。葱三升，豉汁五升，米一升，口調其味，生薑十兩，橘皮三葉也。

作兔臛法。兔一頭，斷，大如棗。水三升，酒一升，木蘭五分，葱三升，米一合，鹽、豉、苦酒，口調其味也。

作酸羹法。用羊腸二具，餳六斤，瓠葉六斤。葱頭二升，小蒜三升，麵三升，豉汁、生薑、橘皮，口調之。

作胡羹法。用羊脇六斤，又肉四斤，水四升，煑，出脇，切之。葱頭一斤，胡荽一兩，安石榴汁數合，口調其味。

作瓠葉羹法。用瓠葉五斤，羊肉三斤，葱二升，鹽蟻五合，口調其味。

作雞羹法。雞一頭，解骨肉相離，切肉，琢骨，煮使熟。漉去骨，以葱頭二升，棗三十枚合煮。羹一斗五升。

作笋箹鴨羹法。肥鴨一隻，净治如糝羹法，臠亦如此。箹四升，洗令極净，鹽（盡）[净]，別水煮數沸，出之，更洗。小蒜白及葱白、豉汁等下之，令沸便熱也。

（肺）[肺]臐蘇本反法。羊肺一具，煮令熟，細切。別作羊肉臛，以粳米二合，生薑煮之。

作羊盤腸雖（斛）[解]法。取羊血五升，去中脉麻跡，裂之。細切羊胳肪二升，切生薑一斤，橘皮三葉，椒末一合，豆醬清一升，豉汁五合，麵一升五合，和米一升作糝，都合和，更以水三升澆之。解大腸，淘汰，復以白酒一過洗腸中，屈申以和灌腸。屈長五寸，煮之，視血不出，便熟。寸切，以苦酒、醬食之也。

羊節解法。羊肫一枚，以水雜生米三升，葱一虎口煮之，令半熟。取肥鴨肉一斤，羊肉一斤，豬肉半斤，合剉，作臛，下蜜令甜。以向熟羊肫投臛裏，更煮，得兩沸便熟。治羊合皮，如豬豘肫法善矣。

羌煮法。好鹿頭，純煮令熟，著水中洗，治作臠，如兩指大。豬肉、豚，作臛。下葱白，長二寸一虎口，細琢薑及橘皮各半合，椒少許，下苦酒、鹽豉適口。一鹿頭，用二斤豬肉作臛。

醋葅鵝鴨羹。方寸準，熬之。與豉汁、米汁。細切醋葅與之，下鹽。半熟。不醋，與葅汁。

臉臢。上力減反。下初減反。用豬腸。經湯出，三寸斷之，決破，切細，熬。與水，沸，下豉清、破米汁、葱、薑、椒、胡芹、小蒜並細切鍛。下鹽、醋。蒜子細切，將血奠與之，早與血則變。大可增米奠。

槧七艷反淡。用肥鵝鴨肉，渾煮。研爲候，長二寸，廣一寸，厚四分許。去大骨。白湯別煮槧，經半日久，漉出，淅其中杓迮去令盡。羊肉，下汁中煮，與鹽、豉。將熟，細切鍛胡芹、小蒜與之。生熟如爛，不與醋。若無槧，用菰菌，用地菌、黑裏不中。槧，大者中破，小者渾用。槧者，樹根下生木耳，要復接地生，不黑者乃中用。米奠也。

損腎。用牛羊百葉，净治令白，鼈葉切，長四寸，下鹽、豉中，不令大沸，大熟則肋，但令小卷止。與二寸蘇，薑末，和肉。漉取汁，盤滿奠。又用腎，切長二寸，廣寸，厚五分，作如上。奠亦用八。薑、鼈，別奠隨之也。

爛熟。爛熟肉，諧令勝刀，切長三寸，廣半寸，厚三寸半。將用，肉汁中葱、薑、椒、橘皮、胡芹、小蒜並細切鍛，并鹽、醋與之，別作臛。臨用，寫臛中和奠。有沈，將用乃下，肉候汁中小久則變，大可增之。

治羹臛傷鹹法。取車轍中乾土末，綿篩，以兩重帛作袋子盛之，繩繫令堅，沈著鐺中。須臾則淡，便引出。

賈思勰《齊民要術》卷八《蒸焦方九（反）[切]法第七七》 食經曰：蒸熊法，取三升肉，熊一頭，净治，煮令不能（羊）[半]熟，以豉清漬之一宿。生秫米二升，勿近水，净拭，以豉汁濃者二升漬米，令色黄赤，炊作飯。以葱白長三寸一升，細切薑、橘皮各二升，鹽三合，合和之。著甑中蒸之，取熟。蒸羊、肫、鵝、鴨，悉如此。一本：用豬膏三升，豉汁一升，合灑之。用橘皮一升。

蒸肫法。好肥肫一頭，净洗垢，煮令半熟，以豉汁漬之。生秫米一升，勿令近水，濃豉汁漬米，令黄色，炊作饋，復以豉汁灑之。細切薑、橘皮各一升，葱白三寸四升，橘葉一升，合著甑中，密覆，蒸兩三炊久。復以猪膏三升，合豉汁一升灑，便熟也。蒸熊、羊如肫法，鵝亦如此。

蒸雞法。肥雞一頭，净治，豬肉一斤，香豉一升，鹽五合，葱白半虎口，蘇葉一寸圍，豉汁三升，著鹽。安甑中，蒸令極熟。

焦豬肉法。净燖豬訖，更以熱湯遍洗之，毛孔中即有垢出，以草痛揩，如此三遍，梳洗令净。四破，於大釜煮之。以杓接取浮脂，别著瓮中，稍稍添水，數數接脂。脂盡，漉出，破爲四方寸臠，易水更煮。下酒二升，以殺腥臊，青、白皆得。若無酒，以醋漿代之。添水接脂，一如上法。脂盡，無復腥氣，漉出，板（初）[切]於銅鐺中焦之。一行肉，一行擘葱、渾豉、白鹽、薑、椒。如是次第布訖，下水焦之，肉作琥珀色乃止。恣意飽食，亦不餉。烏縣切乃勝燠肉。欲得着冬瓜、甘瓠者，於銅器中布肉時下之。其盆中脂，練白如珂雪，可以供餘用者焉。

焦豚法。肥豚一頭十五斤，水三斗，甘酒三升，合煮令熟。漉出，擘之。用稻米四升，炊一裝，薑一升，橘皮二葉，葱白三升，豉汁凍饋，作糝，令用醬清調味。蒸之，炊一石米頃下之也。

焦鵝法。肥鵝，治，（解）[解]，臠切之，長二寸。率十五斤肉，秫米四升爲糝。先裝如焦（肫）[豚]法，訖，和以（治）[豉]汁、橘皮、葱白、醬清、生薑，蒸之，如炊一石米頃，下之。

胡炮普教切肉法。肥白羊肉，生始周年者，殺，則生縷切如細（菜）[葉]，脂亦

切。著渾豉、鹽、擘葱白、薑、椒、蓽撥、胡椒，令調適。淨洗羊肚，酾之。以切肉脂肉於肚中，以向滿爲限，縫合。作浪中坑，火燒使赤，却灰火。內肚著坑中，還以灰火覆之，於上更燃火，炊一石米頃，便熟。香美異常，非煮、炙之例。

蒸羊法。縷切羊肉一斤，豉汁和之，葱白一升著上，合蒸。熟，出，可食之。

蒸豬頭法。取生豬頭，去其骨，煮一沸，刀細切，水中治之。以清酒、鹽、肉，蒸，皆口調和。熟，以乾薑、椒著上食之。

作懸熟法。豬肉十(片)[斤]，去皮，切臠。葱白一升，生薑五合，橘皮二葉，秫三升，豉汁五合，調味，(蒸若)[若蒸]七斗米頃下。

食次曰：熊蒸，大，剥，大爛。小者去頭脚。開(復)[腹]，渾覆蒸。熟，擘之，片大如手。又云：方二寸許。豉汁煮秫米，薤白寸斷，橘皮、胡芹、小蒜並細切，鹽，和糝。更蒸：肉一重，間末，盡令爛熟。方六寸，厚一寸，奠，合糝。又云：秫米、鹽、豉、葱、薤，切鍛爲屑，內熊腹中，蒸。熟，擘奠，糝在下，肉在上。又云：四破，蒸令小熟。糝用餦、葱、鹽、豉和之。宜肉下，更蒸。蒸熟，擘，糝在下，乾薑、椒、橘皮、糝在上。豚蒸如蒸熊。

鵝蒸，去頭，如豚。

賈思勰《齊民要術》卷八《胾臛煎消法第七八》 胾魚鮓法。先下水、鹽、渾豉、擘葱，次下豬、羊、牛三種肉，臛兩沸，下鮓。打破雞子四枚，寫中，如瀹雞子法。雞子浮，便熟，食之。

食經胾鮓法。破生雞子，豉汁，鮓，俱煮沸，即奠。又云：渾用豉。奠訖，以雞子、豉酢。(又)云：鮓沸，湯中與豉汁、渾葱白，破雞子寫中。奠二升。用雞子，衆物是停也。

五侯胾法。用食板零(捺)[椄]雜鮓肉，合水煮，如作羹法。

胾雞。一名魚雞，一名雞臟。以渾。鹽、豉，葱白中截，乾蘇微火炙，生蘇不炙，與成治渾雞，俱下水中，熟煮。出雞及葱，漉出汁中蘇、豉，澄令清。擘肉，廣寸餘，奠之，以暖汁沃之。肉若冷，將奠，蒸令煖。滿奠。又云：葱、蘇、鹽、豉汁，葱、蘇在上，奠按下。可增葱白，[擘]令細也。

(臟)[胾]白肉。一名白魚肉。鹽、豉煮，令向熟，薄切，長二寸半，廣一寸準，甚薄。下新水中，與渾葱白、小蒜、鹽、豉清。又霤葉切，長(二)[三]寸。與葱、薑，不與小蒜，霤亦可。

胾豬法。一名魚豬肉，一名豬肉鹽豉。一如魚白肉之法。

賈思勰《齊民要術》卷九《炙法第八〇》 炙(豚)[豚]法。

用乳下(豚)[豚]極肥者，殪、牸俱得。(擊)[擘]治一如煮法，(楷)[揩]洗、刮削，令極淨。小開腹，去五臟，又淨洗。以茅茹腹令滿，柞木穿，緩火遥炙，急轉勿住。轉常使(用市)[周匝]不(市)[匝]則偏燋也。清酒數塗以發色。色足便止。取新豬膏極白淨者，塗拭勿住。(著)[若]無新豬膏，淨麻油亦得。色同琥珀，又類

真金。入口則消，狀若淩(雷)[雪]，含漿膏潤，特異凡常也。

捧或作俸。炙。

大牛用膂，小犢用脚肉亦得。逼火偏炙一面，色白便割，割[徧]又炙一面。含漿滑美。若四面俱熟然後割，則澀惡不中食也。

膊奴感切。炙。

羊、牛、麞、鹿肉皆得。方寸臠切。葱白研令碎，和鹽、豉汁，僅令相淹。少時便炙，若汁多久漬，則(脅)[胁]。擪火開，痛逼火，迴轉急炙。色白熱食，含漿滑美，若舉而復下，下而復上，膏盡肉乾，不復中食。

肝炙。

牛、羊、豬肝皆得。臠長寸半，廣五分，亦以葱、鹽、豉汁膊之。以羊絡肚厴素千反脂裹，橫穿炙之。

牛胘炙。

老牛胘，厚而(脆)[脆]。剗穿，痛蹙令聚，逼火急炙，令上勞裂，然後割之。則脆而甚美。若挽令舒申，微火遥炙，則薄而且胶。

灌腸法。

取羊盤腸，净洗治，細鉗羊肉，令如篤肉，細切葱白，鹽、豉汁、薑、椒末調和，令鹹淡適口，以灌腸。兩條夾而炙之，割食甚香美。

食經曰：作跳丸炙法。

羊肉十斤，豬肉十斤，縷切之。生薑三升，橘皮五葉，藏瓜二升，葱白五升，合擣，令如彈丸。別以五斤羊肉作臛，乃下丸炙煑之，作丸也。

膊炙(豘)[豚]法。

小形(豘)[豚]一頭，膊開，去骨，去厚處，安就薄處，令調。取肥(豘)[豚]肉三斤，肥鴨二斤，合細琢。魚漿汁三合，琢葱白二升，薑一合，橘皮半合，和二種肉，著(豘)[豚]上，令調平。以斤竹串串之，相去二寸下串。以竹箸著上，以板覆上，重物迮之。得一宿。明旦，微火炙。以蜜一升合和，時時刷之，黄赤色便熟。先以雞子黄塗之，今世不復用也。

擣炙法。

取肥子鵝肉二斤，鉗之，不須細鉗。好醋三合，瓜葅一合，葱白一合，薑、橘皮各半合，椒二十枚作屑，合和之，更鉗令調。(聚)[裹]著充竹串上。破雞子十枚，別取白，先摩之令調，復以雞子黄塗之。唯急火急炙之，使焦，汁出便熟。作一挺，用物如上，若多作，倍之。若無鵝，用肥(豘)[豚]亦得也。

衙炙法。

取極肥子鵝一隻，净治，煑令半熟，去骨，鉗之。和大豆酢五合，瓜葅三合，薑、橘皮各半合，切小蒜一合，魚醬汁二合，椒數十粒作屑。合和，更鉗令調。取好白魚肉細琢，裹作串，炙之。

膊炙法。

肥鴨，净治，洗，去骨，作臠。酒五合，魚醬汁五合，薑、葱、橘皮半合，豉汁五合，合和，漬一炊久，便中炙。子鵝作亦然。

豬肉鮓法。

好肥豬肉作臠，鹽令鹹淡適口。以飯作糝，如作鮓法。看有酸氣，便可食。

食經曰：啖炙，

用鵝、鴨、羊、犢、麞、鹿、豬肉肥者，赤白半，細研煞之。以酸瓜葅、筍葅、薑、椒、橘皮、葱、胡芹細切，鹽、豉汁合和肉，丸之。手搦汝角切爲寸半方，以羊、豬胳肚厴裹之。兩歧簇兩條簇炙之，簇兩臠，令極熟。奠，四臠。牛、雞肉不中用。

擣炙，一名筒炙，一名黄炙。

用鵝、鴨、麞、鹿、豬、羊肉，細研，煞和調如啗炙。若解離不成，與少麵。竹筒六寸圍，長三(赤)[尺]，削去青皮，節悉净去。以肉薄之，空下頭，令手捉，炙之。欲熟，小乾，不著手，竪塲中，以雞鴨[子]白手灌之。若不均，可再上白。猶不平者，刀削之。更炙，白燥，與鴨子黄，若無，用雞子黄，加少朱，助赤色。上黄用雞鴨翅毛刷。之急手數轉，緩則壞。既熟，渾脱，去兩頭，六寸斷之。促奠二。若不即用，以蘆荻苞之，束兩頭，布蘆(問)[閒]可五分，可經三五日，不爾則壞。與麵則味少，酢多則難著矣。

範炙。

用鵝、鴨臆肉。如渾，椎令骨碎。與薑、椒、橘皮、葱、胡芹、小蒜、鹽、豉，切，和，塗肉，(塗)[渾]炙之。斫取臆肉，去骨，奠如白煑之者。

賈思勰《齊民要術》卷九《作脾、奥、糟、苞第八十一》 作脾肉法。

驢、馬、豬肉皆得。臘月中作者良，經夏無蟲，餘月作者，必須覆護，不密則蟲生。麤鱗肉，有骨者，合骨麤鉗，鹽、麴、麥蘗合和，多少量意斟裁，然後鹽、麴二物等分，麥蘗倍少於麴。和訖，內甕中，密泥封頭，日曝之。二七日便熟。煑供朝夕食，可以當醬。

作奧肉法。

先養宿豬令肥，臘月中殺之。擘訖，以火燒之令黃，用暖水梳洗之，削刮令淨，剖去五藏。豬肪熟取脂。肉臠方五六寸作，令皮肉相兼，著水令相淹漬，於釜中熟之。肉熟，水氣盡，更以向所熟肪膏煠肉。大率脂一升，酒二升，鹽三升，令脂沒肉，緩水煠半日許乃佳。漉出甕中，餘膏仍寫肉甕中，令相淹漬。食時，水煠令熟，而調和之如常肉法。尤宜新韭（新韮）爛拌。亦中炙噉。其二歲豬，肉未堅，爛壞不任作也。

作糟肉法。

春夏秋冬皆得作。以水和酒糟，搦之如粥，著鹽令鹹。內棒炙肉於糟中。著屋下陰地。飲酒食飯，皆炙噉之。暑月得十日不臭。

苞肉法。

十二月中殺豬，經宿，汁盡浥浥時，割作棒炙形，茅、菅中苞之。無菅、茅，稻稈亦得。用厚泥封，勿令裂，裂復上泥。懸著屋外北陰中，得至七八月，如新殺肉。

食經曰：作犬臅徒攝反法。

犬肉三十斤，小麥六升，白酒六升，煠之令三沸。易湯，更以小麥、白酒各三升，煠令肉離骨，乃擘。雞子三十枚著肉中。便裹肉，甑中蒸，令雞子得乾。以石迮之。一宿出，可食。名曰犬臅。

食次曰：苞臅法。

用牛、鹿頭、肫蹄，白煠。柳葉細切，擇去耳、口、鼻、舌，又去惡者，蒸之。別切豬蹄，蒸熟，方寸切，熟雞鴨卵、薑、椒、橘皮、鹽，就甑中和之。仍復蒸之，令極爛熟。一升肉，可與三鴨子，別後蒸令軟。以苞之，用散茅爲束附之，相連必致令裹。大如鞬雍，小如人脚蹲腸。大長二（赤）[尺]，小長（赤）[尺]半，大木迮之，令平正，唯重爲佳。冬則不入水。夏作，小者不迮，用小板挾之，一處與板兩重，都有四板，以繩通體纏之，兩頭與楔，楔蘇結反之二板之間，楔宜長薄，令中交度，如楔車軸法，强打不容則止。懸井中，去水一（赤）[尺]許。若急待，內水中。（時用）[用時]去上白皮。名曰水臅。又云：用牛、豬肉，煠切之如上。蒸熟，出置白茅上，以熟煠雞子白三重間之，即以茅苞，細繩穊束，以兩小板挾之，急（速）[束]兩頭，懸井水中。經一日許，方得。又云：藿葉薄切，蒸。將熟，破生雞子，并細切薑、橘。就甑中和之。蒸，苞如初。奠如白臅，一名迮（臅）[臅]是也。

賈思勰《齊民要術》卷九《作葅藏生菜法第八八》 作菹消法。

用羊肉二十斤，肥豬肉十斤，縷切之。菹二升，菹根五升，豉汁七升半，切葱頭五升。

蕭繹《金樓子》卷六《雜記篇一三下》 宋邱之鼎以烹鷄，多瀋則淡，少瀋則焦。

張鷟《朝野僉載》卷二 周張易之爲控鶴監，弟昌宗爲秘書監，昌儀爲洛陽令，競爲豪侈。易之爲大鐵籠置鵝鴨於其內，當中取起炭火銅盆，貯五味汁。鵝鴨繞火走，渴即飲汁。火炙痛即迴，表裏皆熟，毛落盡肉，赤烘烘乃死。昌宗活擸驢於小室內，起炭火，置五味汁如前法。昌儀取鐵橛釘入地，縛狗四足於橛上，放鷹鷂活按其肉，食肉盡而死，未死號叫酸楚不復可聽。

杜佑《通典》卷一一三《禮七三・開元禮纂類八・吉禮五》 祭日未明十刻，太官令帥宰人以鶯刀割牲，祝史以豆取毛血，攝事齋郎取毛血。置於饌所，遂烹牲。牲皆用勁。

樊綽《蠻書》卷八《蠻夷風俗第八》 取生鵝，治如膾法，方寸切之，和生胡瓜及椒椒啗之，謂之鵝鬬，土俗以爲上味。

劉恂《嶺表録異》卷上 容南土風，好食水牛肉，言其脆美。或炙或炙，盡此一牛。既飽，即以鹽酪薑桂調而啜之。薑是牛腸胃中已化草，名曰聖薑，腹遂不脹。案：《太平御覽》卷八百五十五引此曰：容南土風，好食水牛，言其脆美則柔毛，肥毳不足比也。每軍騎有局筵，必先此物。或炙此一牛。既飽，即以聖薑銷之。既至即以鹽酪薑桂調而啜之，腹遂不脹。北客到此，多赴此筵，但能食肉，罔有啜薑。與此書詳畧互異。

交趾之人重不乃羹，羹以羊鹿雞豬肉和骨同一釜煠之，令極肥濃。漉去肉，進葱薑，調以五味，貯以盆器，置之盤中。羹中有觜銀杓，可受一升即揖讓。

段公路《北户録》卷二《食目》 鮓。《説文》云：羊凝血也，音口紺反。今廣人生以五味酢食之。按《證俗音》云：南謂凝牛羊鹿血爲鮓，以薑噉之，消酒也。【略】褒牛頭，南人取嫩牛頭火上燋過。《證俗音》炙去毛爲燋，以廉反。復以湯，毛去根，再三洗了，加酒豉葱薑煠之。候熟，切如手掌片大，調以蘇膏椒橘之類，都內於瓶瓮中，以泥泥過，煻火重燒，其名曰褒愚。曾於衡州食熊蹯，大約滋味小異而不能及。又按：南朝食品中有奧肉法，奧即褒類也。先以宿豬肥者，臘月殺之，以火燒之令黃，煖水梳洗，削刮令淨，剖去五臟。豬肪熟取脂，臠方五寸，令皮肉相兼，著水令淹沒。於釜中炒之，肉熟水盡，更以向所熟肪膏，煠肉脂一升，酒二升，鹽三升，令脂沒肉，煠火煠半日許。漉

出瓮中餘齊，寫肉瓮中，令相淹。食時，水煮令熟，切調和如常肉法，尤宜新。其二歲豬肉未堅爛壞，不堪作。又有泛膩煎肖法。《方言》熬聚煎總蜜，火乾也。熬字，崔寔《四民月令》作炒，亦作燸字。燋字，詁訓一力反。古文熬字作燋。

藥名，煑也。顏之推云：渝，白煑肉。《爾雅》注作灼。合豐鷄、合豐白肉、密毛煎魚臨臉。盧滅反臨臉法：用猪腸經沸湯出，三寸斷之，決破細切熬之，與水沸下豉汁，研米葱薑椒胡荄蒜，下鹽酥，箸子細切，血將熟與之。早與血則變也。下淡熟有蟬膩。乃古人爵鷄蜩范之類也。

段公路《北户録》卷二《食目》 蒸炙牛胘。户堅反。老牛胘厚而脆，刻牢痛。蹙令聚逼火急炙，令上劈烈，然後割之則脆美。若挽令伸舒，微火遥炙，則薄而且朋。經云跳丸炙。如彈大。炙煑之。皮脯、馬腸，鹿尾，尺炙、筒炙、銜炙法。鹿角菜葅。紫菜葅。爛畔。盧龍時經云云。葛鑽。《説文》云：鑽，今呼羹，和飪爲之。

韓鄂《四時纂要》卷五《冬令・十二月》 此月中造者爲上時牛羊獐鹿等精肉破作片，冷水浸一宿，出搦之去血，候水清乃止。即用鹽和椒末泡，經再宿出，陰乾，捧打踏令緊。自死牛羊亦得。○兔脯。先作白鹽湯煑熟，去浮沫。欲出釜時，尤急火，火急乾，易置箔上，陰乾即成。脆美無比。若造生者，即依脯法。如五味者，先須鹽鮓兩三宿後，猛火焙熟乾，味甚佳矣。○乾臘肉。取牛羊獐鹿肉，五味，淹一宿，又以葱椒鹽湯中，猛火煑之，令熟後，掛著陰處，經暑不敗。遠行即致勢。

陶宗儀《説郛》卷四六下尉遲樞《南楚新聞》 百粤人以蝦蠏爲上味，先於釜中置小竿，俟湯沸，殺蝦蠏乃抱竿而熟，謂之抱竿熟。又云疥皮者最佳，切不可脱去錦襖子。

陶宗儀《説郛》卷七三尉遲樞《南楚新聞》 百粤人以蝦蠏爲上味。先於釜中置小芋，俟湯沸，投蝦蠏，皆抱芋而熟，謂之抱芋熟。又云疥皮者最佳，切不可脱去錦襖子。

孫光憲《北夢瑣言》卷三 唐崔侍中安潛，崇奉釋氏，鮮茹葷血。【略】鎮西川三年，唯多蔬食。宴諸司，以麵及蒟蒻之類染作顏色，用象豚肩、羊膸、膾炙之屬，皆逼真也。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 酒骨糟。

孟蜀尚食，堂《食典》一百卷，有賜緋羊。其法以紅麴煑肉，緊卷石鎮，深入酒骨淹透，切如紙薄，乃進。注云酒骨糟也。

薛居正《舊五代史》卷八《張萬進傳》 高祖有天下，命爲彰義軍節度使，所至不治，政由羣下。洎至涇原日，凶恣彌甚，每日於公庭列大鼎，烹肥羜，割越方寸以啜賓佐，皆流淚不能大嚼，俟其他顧，則致袂中。

李昉《太平廣記》卷二三四《御厨》 御厨進饌，凡器用有少府監進者，用九飣食，以牙盤九枚，裝食味於其間，置上前，亦謂之看食。見京都人説。兩軍每行從進食，及其宴設，多食雞鵝之類，就中愛食子鵝。鵝每隻價值二三千，每有設，據人數取鵝，煑去毛，及去五臟，釀以肉及糯米飯，五味調和。先取羊一口，亦煑剥，去腸胃，置鵝於羊中，縫合炙之。羊肉若熟，便堪去却羊，取鵝渾食之，謂之渾羊殁忽。翰林學士每遇賜食，有物若畢羅，形巨大，滋味香美，呼爲諸王修事。出《盧氏雜説》

温革《分門瑣碎録・烹飪》 京師爐蹄肚輩，天色煖回，遇刃薄夜賣不盡，便入漿水浸，來日略入五味鍋煑。

京師煑肉爐雞等，皆着蝦蟆蜘蛛共煑，云無蛆蠅。今市中造饅頭，亦是入蜘蛛者，云不壞。

京師賣煑熟猪肉香味珍絶，煑熳肉只斷血便止。又是其鍋釜煑肉，早晚不曾斷便添水，非釜毀不易也。今臨安食有四十年不易之汁，蓋食日久不斷火，少則加水，需入鍋滿。人衆不欲煑物速應糜者，就之頃刻而爛，蓋以肉汁而煑肉，相感故也。

京師雜煑，以鵝腸間白腸，其脆勝他腸也。

羊肉先以漿水□，少刻入茯苓一塊同煑則易爛。煑肉則欲易爛，以定器一片置(金)[釜]中。

夏月急作肉脯，要將遠行，薄批，只用鹽淹少時，勿着酒醋，用二物即入食器多自蘸。便攤添板上，無不速乾。

時魚須即烹食之，過時較壞，壞時勿棄之，留置瓶中，數日即化爲膏油，以點燈明朗特甚。

熊蹯最難熟，烹時須燈下着皂衣，背面立鼎傍，低項即熟。

張師正《倦游雜録・啗男胎衣》 桂州婦女産男者，取其胞衣，净濯細切，五味煎調之，召至親者合宴，置酒以啗，若不預者，必致忿争。《説郛》卷十四

張師正《倦游雜録・膏熒》 真宗時，有人奉使交趾，以膏熒配龍餅而食，熒中血皆如皂莢子，雖味不甚佳，莫知其何以致然。洎迴，苦求其法，乃取牛蜱瘕

而去其皮耳。

張師正《倦游雜録・蟻鮓》 嶺南暑月欲雨，則朽壤中白蟻蔽空而飛，入水翅脱，即爲蝦。土人遇夜於水次秉炬，蟻見火光，悉投水中，則以竹篦漉取，搏之如合捧，每搏一兩錢，以豚臠參之爲鮓，號天蝦鮓。又有大赤蟻，作窠於木杪，有數升器者。取其卵并蟻，以糝泊薑鹽釀爲鮓，云味極辛辣。

陶宗儀《説郛》卷三三上張師正《倦游雜録》 桂州婦人産男者，取其胞衣净灌細切，五味煎調之，召至親者合宴置酒而啗，若不預者必致忿争。

司馬光《資治通鑑》卷二七七《後唐紀六》 明宗長興元年（九三〇）九月甲戌初，璋爲梁將，指揮使姚洪嘗隸麾下，至是，將兵千人戍閬州；璋密以書誘之，洪投諸厠。誘，音酉。城陷，璋執洪而讓之曰：「吾自行間奬拔汝，行，户剛翻。今日何相負？」洪曰：「老賊！汝昔爲李氏奴，董璋先爲汴富人李讓家僮。掃馬糞，得臠炙，感恩無窮。」臠，力兗翻，肉作片也。炙，之夜翻，燔肉也。

司馬光《資治通鑑》卷二七七《後唐紀六》 明宗長興二年（九三一）十二月，甲寅朔，武安、静江節度使馬希聲聞梁太祖嗜食雞，慕之，既襲位，日殺五十雞爲膳；居喪無戚容。庚申，葬武穆王於衡陽，馬殷謚武穆王。衡陽，本漢蒸陽縣，吴分置臨蒸縣，隋改臨蒸縣爲衡陽縣，唐屬衡州，爲治所。將發引，頓食雞臛數盤，引，讀曰粥。臛，黑角翻，羹也。前吏部侍郎潘起譏之曰：「昔阮籍居喪食蒸豚；晉阮籍任情不羈而性至孝，母終，將葬，食一蒸豚，飲二斗酒，然後臨決，直言「窮矣！」舉聲一號，吐血數升，毁瘠骨立，殆至滅性。然不可以訓也。何代無賢！」

彭□《續墨客揮犀》卷三《血如皂莢子》 真廟時，有人奉使交趾，以骨羹配籠餅而食。羹中血皆如皂莢子，雖味不甚佳，莫知其何以能然。洎回，訪求其法，乃取牛蜱瘤而去其皮耳。

黄庭堅《山谷簡尺》卷下《答人簡》 庭堅稽首，伏奉手筆存問，喜承宿昔起居輕安，籠餅今日作韭羹，爲範公補益。甚愧浙中養病，寮爨鵝煲鴨也，茄鮓每頓烹飪，感刻。聞諸公數日中欲至摩圍，亦不害，但絶無果實，都不成盤飾。四十乳母乃一老精靈，禿鬢大脚，但可令執爨供，承慶兒亦黑醜，但差靈利耳。若一見惡心，便當掃迹不到南寺矣。

馬令《南唐書》卷二九《楚國》 ［馬］義聲嘗聞梁太祖好食雞，慕之日，烹五十雞以供膳。

陶宗儀《説郛》卷一一〇下佚名《開河記》 【略】叔謀既至寧陵縣，患風逆起坐不得。帝令太醫令巢元方往視之曰：風入腠理，病在胸臆，須用嫩羊肥者蒸熟，糝藥食之則瘥。叔謀取半年羊羔殺而取腔以和藥，藥未盡而病以瘥。自後每令殺羊羔日數枚，同杏酪五味蒸之，置其腔盤中，自以手臠擘而食之，謂曰含酥臠。鄉村獻羊羔者數千人，皆厚酬其直。

王讜《唐語林》卷一《政事上》 李德裕在浙西，命於大市集人，置釜取其水設司，取猪肉五斤煮。云若聖水也，肉當如故，遂巡熟爛。自此人心稍定，妖者尋而敗露。

王讜《唐語林》卷六《補遺》 郎士元詩句清絶，絶輕薄，好爲劇語。每云郭令公不琴，馬鎮西不入茶，田承嗣不入朝馬。如此語之曰，郎中言燧不入茶，請左顧爲設也。即依期而往，時豪家食次起羊肉一斤，層布於巨胡餅隔中，以椒豉潤以酥，入爐迫之後，肉半熟食之，呼爲古樓子。馬晨起啖古樓子，以佇士元至。馬喉乾如窯，即命急烹茶二十，飲十餘甌。士元已老，虚冷腹脹，屢辭。馬輒曰：馬鎮西不入茶，何遽辭也。如此，又七甌。士元固辭而起，及馬氣液俱下，因病數旬，馬乃遺絹二百匹。

江少虞《事實類苑》卷六二《骨羹》 真宗時，有人奉使交趾，以骨羹配籠餅而食。羹中血皆如皂莢子，雖味不甚佳，莫知其何以致。然洎回苦求其法，乃取牛蜱瘤而去其皮耳。

江少虞《事實類苑》卷六二《蟻鮓》 嶺南暑月欲雨則朽壞，中白蟻蔽空而飛，入水翅脱化爲蝦。土人遇夜於水次秉燭，蟻見火光悉投水中，則以竹篦漉取，搏之如合捧，每搏一兩斗，以豚臠糝之爲鮓，號天蝦鮓。又有大赤蟻作窠於木梢，如數升器者，取其卵并蟻，以糝泊薑鹽釀爲鮓，云味極辛辣。

莊綽《雞肋編》卷下 信州冬月，又以紅糟煮鮫鯉肉賣。鮫鯉乃穿山甲也。

朱勝非《紺珠集》卷六《酉陽雜俎》

朱勝非《紺珠集》卷一二《洞微志》 駝峯炙，將軍曲良翰作駝峯炙，甚美。

有人善食野物，採鴉雛之未毛者，以油塗之，復置巢中，至大不毛，取食之號鴉炙。後其妻産一物，正如其形狀也。

何薳《春渚紀聞》卷三《雀鰍蛇蟹之異》 錢塘北郭吕五以炙鰍鰻爲給，而鰍至難死，每以一大斛，置鰍滿中，投以鹽醋，聽其咀啖至困，然後始加刀炙。云令鹽醋之味，漬入骨中，則肉酥而味美，以故市之者衆。

孟元志《東京夢華録》卷四《肉行》 坊巷橋市，皆有肉案，列三五人操刀，生

熟肉從便索喚，闊切、片批、細抹、頓刀之類。至晚即有燠爆熟食上市。凡買物不上數錢得者是數。

徐兢《宣和奉使高麗圖經》卷二三《雜俗二・屠宰》 夷政甚仁，好佛戒殺，故非國王相臣，不食羊豕，亦不善屠宰。唯使者至，則前期蓄之，及期將用，縛四足投烈火中，候其命絶毛落，以水灌之。若復活，則以杖擊死，然後剖腹，腸胃盡斷，糞穢流注，雖作羹肉，而臭惡不絶，其拙有如此者。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 五生盤，羊、兔、牛、熊、鹿並細治。

林洪《山家清供》卷上《黄金雞》 李白詩云：堂上十分緑醑酒，杯中一味黄金雞。其法：煠雞净洗，用麻油鹽水煲，入葱椒，候熟擘釘，以元汁别供，或薦以酒，則白酒初熟黄雞正肥之樂得矣。有如新法川炒等製，非山家不屑爲，恐非真味也。或取人字爲有益，今益作人字，雞惡傷類也。每思茅容以雞奉母，而以蔬奉客，賢矣哉。《本草》云：雞小毒，補治滿。

林洪《山家清供》卷上《撥霞供》 向遊武夷六曲訪止止師，遇雪天得一兔無庖人可製。師云山間只用薄批，酒醬椒料沃之，以風爐安座上，用水少半銚，候湯響一杯後，各分以箸令自茭，入湯擺熟，啖之乃隨宜，各以汁供。因用其法，不獨易行且有團欒熱煖之樂。越五六年來京師，乃復於楊泳齋伯嵓席上見此，恍然去武夷如隔一世。楊熊家嗜古，學而清苦者宜此山家之趣。因詩之，浪湧晴江雪，風翻晚照霞。末云醉憶山中味，都忘貴客來。猪羊皆可。《本草》云：兔肉補中益氣，不可同雞食。

林洪《山家清供》卷下《鴛鴦炙》 蜀有雞素中藏綬如錦，遇晴則向陽，擺之出二角寸計。李文饒詩云：葳蕤散綬輕風裏，若御若垂何可疑。王安石詩云：天日清明即一吐，見童初見互驚猜。生而反哺，亦名孝雉。杜甫有香聞錦帶美之蘆區，留錢春塘，在唐舜選家持螯把酒。適有弋人携雙鴛至，得之煇以油爐，下酒醬香料，燠熟飲餘，吟勘得此甚適。詩云：盤中一箸休嫌瘦，入骨相思定不肥，不減錦帶矣。靖言思之吐綬鴛鴦，雖各以文朵烹，然吐綬能返哺，烹之忍哉。雉不可同胡桃木耳簞食下血。

林洪《山家清供》卷下《炙麞》 《本草》：秋後其味勝羊，道家羞爲白脯，其骨可爲麞骨酒。今作大臠，用鹽酒香料淹少頃，取羊脂包裹，猛火炙熟，擘去脂食其麞，麂同法。

林洪《山家清供》卷下《牛尾貍》 《本草》云：班如虎者最，如猫者次之，肉主療痔病。法去皮，取腸腑，用紙揩净，以清酒洗，入椒葱茴香於其内，縫密，蒸熟，去料物，壓宿，薄片切如玉。雪天爐畔論詩飲酒，真奇物也。故東坡有雪天牛尾之咏，或紙裹糟一宿尤佳。楊誠齋詩云：狐云韵勝冰玉，腑字則未聞。名季貍誤。隨齊相燧牛尾策，動封作糟丘子，南人或以爲繪。形如黄狗，鼻尖而尾大者狐也，其性亦温，可去風補癆，臘月取膽。凡暴亡者，以温水調，灌之即愈。

林洪《山家清供》卷下《杏煮羊》 羊作臠，真砂鍋内，除葱椒外，有一秘法，只用搥真杏仁數枚，活水煮之，至骨亦糜爛。每惜此法不逢，漢時一關内侯何足道哉。

曾敏行《獨醒雜志》卷四 湖湘巖竇中多石燕，附石而生，狀如海物中瓦壠。每天雨，則迸出墮地。採以入藥，以左右顧分雌雄，性大熱。時有虞都巡者，先君同僚也，自言服之。其法：每取雄者十枚，煆之以火，透紅，則出而漬酒中。候冷，復煆；既煆，復漬，如是者無算。度乾酒一升，乃取屑之。每早作，以二錢匕擦齒上，漱嚥以酒。

李燾《續資治通鑑長編》卷六六 景德四年九月丁亥，詔每歲冬首以蕃八節羊代之。

李燾《續資治通鑑長編》卷一八七 嘉祐三年六月壬子，上謂三司使張方平曰：「監御厨内臣竇昭齊等，宴日擅殺羊羔，且羊羔乃物之未成者，而枉其生理。嘗戒使勿殺，今復殺之，不可不懲也。」特衝替。

洪邁《夷堅志》丁卷《王立燋鴨》 中散大夫史忞自建康通判滿秩，還臨安鹽橋故居，獨留虞候一人，嘗與俱出市，值賣燋鴨者，甚類舊庖卒王立，虞候亦云無小異。時立死一年，史在官日，猶給錢與之葬矣。恍忽問已拜於前，曰：「倉卒逢使主，不暇書謁。」遂隨以歸，且獻盤中所餘一鴨。史曰：「汝既非人，安得白晝行帝城中乎？」對曰：「自離本府即來此。今臨安城中人，以十分言之，三分皆我輩也。或官員、或僧、或道士、或商販、或倡女，色色有之。與人交關往還不殊，略不爲人害，人自不能别耳。」史曰：「鴨豈真物乎？」曰：「亦買之於市，日五雙，天未明，齋詣大作坊，就釜竈煇治成熟，而償主人柴料之費，凡同販者亦如此。一日所贏自足以餬口，但至夜則不堪説，既無屋可居，多伏於屠肆肉案下，往往爲犬所驚逐，良以爲苦，而無可奈何。鴨乃人間物，可食也。」史與錢兩千遣去，明日復以四鴨至，自是時時一來。

洪邁《夷堅志支丁》卷一《韓莊敏食驢》 韓莊敏丞相嗜食驢腸，每宴客必用之，或至於再三，欲其脆美，而腸入鼎過熟則糜爛，稍失節則堅韌。庖人畏刑責，但生縛驢於柱，才報酌酒，輒旋剌其腹，抽腸出洗治，略置湯中，便取之，調劑五味以進。而持紙錢伺於門隙，俟食畢放箸無語，乃向空焚獻焉。在秦州日，一客中席起更衣，自公厨傍過。正見數驢咆頓柱下，皆已剖腸而未即死，爲之悚然。客生於關中，常食此肉，自此遂不復挂口。韓平生嚴毅，令行禁止。罷相之後，出鎮長安。時藩鎮庭參之儀久廢，唯初到日聊一講，韓令五日一爲之，僚吏厭苦。一旦得小詩於屏上，其詞曰：「五日一庭趨，全如大起居。相公南面坐，只是欠山呼。」韓讀竟，略不動色，徐言：「却是我錯了。」於是改令每過坐廳日原作「日過坐廳」，據周本改。則爲之，謗者亦息。人服其臨事不懼，堅强有決云。徐端立說。

洪邁《夷堅三志》辛卷六《五色雞卵》 信州五通樓前王氏，專售荷包鴨肉、調羹勝於它鋪。乾道六年正旦日，報曉雞忽誕青卵五枚如彈，舉家驚異，以五色線爲袋盛貯，置所事神像前，益嚴香火之奉，自此家業小康。

洪邁《夷堅三志》壬卷八《楊四雞禍》 信州玉虛觀道士徐真素說，石溪人楊四，工造酒，富家爭用之，因是生理給足。好食鷄，每醉，輒縛取一兩隻，褫以竹籠，然後酌沸湯從上淋沃。鷄負痛奔跳，毛羽脱落無餘，乃施剖腹，去其糞污，隨意啖之。凡二三十年，所殺萬計。淳熙九年七月二日，爲饒氏蒸酒，困卧竈側。信人土俗，坊場及上户，多就地結竈，用大桶作甑，可容酒壜十餘，而焚稻稈以燒煮。是日甑崩壞破，沸湯數斛，盡傾於厥身，跳擲呼叫，與鷄正同，兩日方死。

袁樞《通鑑紀事本末》卷二四上《梁氏亂亡》 太平元年三月甲寅，少霽，霸先將戰，調市人得麥飯分給軍士，士皆飢疲，會陳蒨饋米二千斛，鴨千頭，霸先命炊米煑鴨，人人以荷葉裹飯，焜以鴨肉數臠。

**徐夢莘《三朝北盟會編》卷二〇《政宣上帙》【略】第二十八程，至咸州。【略】以極肥猪肉或脂，剔切大片一小盤子，虚裝架起，間插青葱三數莖，名曰肉盤子，非大宴不設。

陸游《入蜀記》卷二 乾道六年八月七日，【略】宿清虚西室，曹君置酒堂中，炙鹿肉甚珍，酒尤清醇。夜寒可附火。

陸游《家世舊聞》卷上 楚公使虜歸，擒所得貔貅至京師。先君言：猶記其狀，如大鼠而極肥腯，甚長日，偶爲隙光所射，輒死。性能糜肉，一鼎之肉，以貔一臠投之，旋即糜爛，然虜人亦不以此貴之，但謂珍味耳。

祝穆《古今事文類聚》後集卷四〇《毛蟲部・蒸豚尤美》 晉王濟性豪侈，帝幸其家，供饌甚豐，蒸豚尤美。上間其故，對曰以人乳蒸之。上色不平，食未畢而去。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷五二《鼎鑊門・鼎》 鼎烹雞，函牛之鼎以烹雞。多汁則淡，少汁則熬。後《邊孫傳》。

葉隆禮《契丹國志》卷二七《重九》 九月九日，國主打圍門射虎，少者輸重九一筵席。射罷，於地高處卓帳，與番漢臣登高，飲菊花酒。出兔肝切生，以鹿舌醬拌食之。北呼此節爲「必里遲離」，漢人譯云「九月九日也」。又以菜黄研酒，灑門户間辟惡。亦有入鹽少許而飲之者。又云男摘二九粒，女一九粒，以酒咽者，大能辟惡。

陳景沂《全芳備祖集》卷二五《蔬部・薤》 碎録

豚脂用葱膏，用薤葱薤實諸醯以柔之。内則

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録・脯鮓》 肉鮓

生燒猪羊腿，精批作片，以刀背勻搥三兩次，切作塊子。沸湯，隨漉出，用布内扭乾。每一斤入好醋一盞，鹽四錢，椒油、草果、砂仁各少許，供饌亦珍美。

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録・補鮓》 瓜薑

醬瓜、生薑、葱白、淡笋乾、或茭白、鰕米、雞胸肉各等分，切作長條絲兒，香油炒過，供之。

算條巴子

猪肉精肥各另切作三寸長，各如算子樣。以砂糖、花椒末、宿砂末調和得所，拌勻，曬乾蒸熟。

爐焙雞

用雞一隻，水煑八分熟，剔作小塊。鍋内放油少許，燒熱，放雞在内略炒，以錠子或椀蓋定，燒及熱，醋酒相半，入鹽少許，烹之。候乾，再烹。如此數次，候十分酥熟，取用。

夏月醃肉法

用炒過熱鹽擦肉令軟勻，下缸内。石壓一夜，掛起。見水痕，即以大石壓乾，掛當風處，不敗。

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録・脯鮓》 肉生法

用精肉切細薄片子，醬油洗淨，入火燒紅鍋爆炒，去血水，微白即好。取出切成絲，再加醬瓜、糟薑蔥、大蒜、砂仁、草果、花椒、橘絲、香油，拌炒肉絲。臨食，加醋和勻，食之甚美。

糟豬頭蹄瓜法

用豬頭、蹄瓜，煮爛去骨，布包攤開，大石壓區實，落一宿，糟用甚佳。

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録》 黄雀鮓

每隻治淨，用酒洗拭乾，不犯水。用麥黄、紅麴、鹽、椒、葱絲，嘗味和爲止，却將雀入區罈内，鋪一層，上料一層，裝實，以箬蓋篾片芊定。候滴出，傾去，加酒浸，密封久用。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治養老益氣方》 食治老人補虚羸乏氣力，法製豬肚方。

猪肚一枚，洗如食法。人參半兩，去蓋頭。乾薑二錢，炮製鋰。椒二錢，去目不開口者，微炒去汗。葱白七莖，去鬚切。糯米三合。

右件擣爲末，入米合和相得入猪肚内，縫合，勿令洩氣。以水五升於鐺内，微火煮令爛熟。空心服，放温服之，次煖酒一中盞飲之。

食治老人頻遭重病，虚羸不可平復，宜服此枸杞煎方。

生枸杞根細銼一斗，以水五斗煮，取一斗五升澄清。白羊脊骨一具，銼碎。

右件藥以微火煎取五升，去滓，取入瓷合中。每服一合與酒一小盞合煖，每於食前温服。

食治老人補五勞七傷虚損，法煮羊頭方。

白羊頭蹄一副，頭蹄須用草火燒令黄色，刮去灰塵。胡椒半兩，蓽茇半兩，乾薑半兩，葱白切半升，豉半斤。

右件藥先以水煮頭蹄半熟，内藥，更煮令爛，去骨，空腹適性食之。日食一具，滿七具即止。禁生冷醋滑五辛陳臭猪雞等七日。

治老人大虚羸困極，宜服煎猪肪方。

猪肪不中水者半斤。

右入葱白一莖於銚内，煎令葱黄即止，候冷暖如身體，空腹頻服之，令盡暖，蓋覆卧至日晡後，乃白粥調糜，過三日後宜服羊肝羹。

羊肝羹方。

羊肝一具，去筋膜細切。羊脊腩肉二條，細切。麪末半兩，枸杞根五斤銼，以水一斗五升煮，取四升去滓。

右用枸杞汁煮前羊肝等令爛，入豉一小盞，葱白七莖切，以五味調和作羹，空腹食之，後三日愼食，如上法。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治眼目方》 食治老人肝臟虚弱，遠視無力，補肝猪肝羹方。

猪肝一具，細切去筋膜。葱白一握，去鬚切。雞子二枚。

右以豉汁中煮作羹，臨熟打破雞子，投在内食之。

又方，

青羊肝一具，細切，水煮熟漉乾。

右以鹽醬醋和食之，立効。

食治老人肝臟風虚眼暗，烏雞肝粥方。

烏雞肝一具細切。

右以豉和米作羹粥食之。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治耳聾耳鳴諸方》 食治老人久患耳聾，養腎臟，强骨氣，磁石猪腎羹方。

磁石一斤，杵碎，水淘去赤，用綿裹。猪腎一對，去脂膜，細切。

右以水五升煮磁石取二升，去磁石，投腎，調和以葱豉薑椒作羹，空腹食之。

食治老人五臟氣壅耳聾，烏雞膏粥方。

作粥及入酒，並得磁石常留起，依前法用之。

烏雞脂一兩，粳米三合。

右相合煮粥，入五味調和，空腹食之。烏雞脂和酒飲亦佳。

食治老人耳聾不差，鯉魚腦髓粥方。

鯉魚腦髓二兩，粳米三合。

右煮粥以五味調和，空腹食之。

食治老人腎臟氣憊耳聾，猪腎粥方。

猪腎一兩，去膜細切。葱白二莖，去鬚切。人參一分，去蘆頭。防風一分，去蘆。粳米二合，薤白去莖，去鬚。麪末半兩，枸杞根五斤銼，以水一

右件藥末并米葱薤，白著水下鍋中煮，候粥臨熟，撥開中心，下腎莫攪動，慢火更煮良久，入五味，空腹服之。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治五勞七傷諸方》 食治老人五勞七傷，益下元壯氣海服，經月餘肌肉充盛，老成少年，宜服食雌雞粥方。

黃雌雞一隻，去毛藏腹。肉蓯蓉酒浸一宿一兩，刮去皺皮切。生薯蕷一兩切。阿魏少許煉過。粳米二合淘入。

右以上先將雞爛煮擘骨，取汁下米，及雞肉蓯蓉等都煮粥，入五味，空心食之。

食治五勞七傷，陽氣衰弱，腰脚無力，宜食羊腎蓯蓉羹方。

羊腎一對，去筋膜脂，細切。肉蓯蓉一兩，酒浸一宿，刮去皺皮，細切。

右件藥和作羹，著葱白鹽五味末等，一如常法，空腹服之。

食治老人五勞七傷，陽氣衰弱，强益氣力，鹿腎粥方。

鹿腎一對，去脂膜，細切。肉蓯蓉二兩，酒浸一宿，刮去皮切。粳米三合。

右件藥先以水二盞煮米作粥，欲熟下鹿腎、蓯蓉、葱白三莖切。

食治老人虛損羸瘦諸方

食治老人臟腑虛損羸瘦，陽氣乏弱，雀兒粥方。

雀兒五隻，治如食法，細切。粟米一合。葱白三莖切。

右先將雀兒炒肉，次入酒一合，煮少時入水二大盞半，下米煮作粥，欲熟下葱白五味等，候熟空心服之。

食治老人虛損羸瘦，下焦久冷，眼昏耳聾，骨汁煮餅方。

大羊尾骨一條，以水五大盞煮，取汁二大盞五分。葱白五莖，去鬚切。麵三兩。陳橘皮一兩，湯浸去白穰焙。羊肉四兩細切。荆芥一握。

右件藥都用骨汁煮五七沸，去滓，用汁少許後搜麵作索餅，却於汁中與羊肉煮，入五味，空腹服之。

食治老人虛損羸瘦，助陽壯筋骨，羊肉粥方。

羊肉二斤。黄耆一兩生銼。人參一兩，去蘆頭。白茯苓一兩。棗五枚，粳米三合。

右件藥先將肉去脂皮，取精膂肉，留四兩細切，餘一斤十二兩，以水五大盞并黄耆等煎，取汁三盞，去滓，入米煮粥，臨熟下切了生肉更煮，入五味調和，空心食之。

食治老人虛損羸瘦，令人肥白光澤，雞子索餅方。

白麵四兩，雞子四兩，白羊肉四兩，炒作臛。

右件以雞子清搜麵作索餅，於豉汁中煮令熟，入五味和臛，空腹食之。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人脾胃氣虛方》 食治老人脾胃氣弱，不多食，四肢困乏無力，黄瘦，羊肉索餅方。

白羊肉四兩，白麵六兩。生薑汁二合。

右以薑汁搜麵，肉切作臛頭，下五味椒葱煮熟，空心食之，日一服，如常作益佳。

食治老人脾胃氣弱，不能飲食，多困無力，釀猪肚羹方。

猪肚一箇肥者，净洗之。人參末半兩，猪脾二枚，細切，飯半碗，葱白半握。

右總内猪肚中，相和入椒醬五味，訖縫口合蒸之，令爛熟，空心漸食之，能作三兩劑兼補勞。

食治老人脾胃氣弱，不多進食，行步無力，黄瘦氣微，見食即欲吐，雞子餺飥方。

雞子三枚。白麵五兩。白羊肉五兩，作臛頭。

右件以雞子白搜麵如常法作之，以五味煮熟，空心食之，日一服，常作極補虛。

食治老人脾胃氣弱，食不消化，羸瘦，舉動無力多卧，麪末索餅子方。

麪末二兩，搗爲麵。白麵五兩，生薑汁三兩，白羊肉二兩作臛頭。

右以薑汁搜麪末和麵作之，加羊肉臛頭及下醬椒五味，煮熟，空心食之，日一服，常服尤益。

食治老人脾胃氣弱，勞損不下食，羊脊粥方。

大羊脊骨一具，肥者搥碎。青粱米四合，净淘。

右以水五升煎取二升汁，下米煮作粥，空心食之，可下五味，常服其功難及，甚效。

食治老人脾胃氣弱，乾嘔不能下，食羊血方。

羊血一斤鮮者，麵醬作片。葱白一握。白麵四兩，捏切。

右煮血令熟，漸食之，三五服極有驗，能補益臟腑。

食治老人脾胃氣弱虛，嘔吐不下食，漸加羸瘦，粟米粥方。

粟米四合，净淘。白麵四兩。

右以粟米拌麵令勻，煑作粥，空心食之，一日一服，極養腎氣和胃。

食治老人飲食不下，或嘔逆虛弱，生薑湯方。

生薑二兩，去皮細切。漿水一升。

右和少鹽，煎取七合，空心常作開胃進食。

食治老人脾胃虛弱，惡心不欲飲食，常嘔吐，虎肉炙方。

虎肉半斤，切作臠。葱白半握，細切。

右件以椒醬五味調炙之，空心食，冷爲佳，不可熱食，損齒。

食治老人脾胃氣弱，不多食，痿瘦，黄雌雞餛飩方。

黄雌雞肉五兩。白麵七兩，葱白二合，細切。

右以切肉作餛飩，下椒醬五味調和，煑熟，空心食之，日一服，皆益臟腑，悦澤顔色。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人瀉痢諸方》 食治老人脾胃虛氣，頻頻下痢，瘦乏無力，猪肝煎。

猪肝一具，去膜切作片，洗去血。好醋一升。

右以醋煎肝，微火令泣盡乾，即空心常服之，亦明目，温中除冷氣。

食治老人脾胃氣冷，腸數痢，黄雌雞炙方。

雌雞一隻，如常法。

右以五味椒醬刷炙之令熟，空心漸食之，亦甚補益臟腑。

食治老人煩渴，小便黄色無度，黄雌雞羹方。

黄雌雞一隻，如常法，粳米二合淘净，葱白一握。

右切雞和煑作羹，下五味少著鹽，空心食之，漸進當效。

食治老人消渴，熱中飲水不止，小便無度，煩熱，猪肚方。

猪肚一具肥者，净洗之。葱白一握。豉五合綿裹。

右煑爛熟，下五味調和，空心，切漸食之，渴即飲汁，亦治勞熱皆差。

食治老人煩渴，臟腑乾枯渴不止，野雞臛方。

野雞一隻，如常法，葱白一握，粳米二合，細研。

右切作相和羹作臛，下五味椒醬，空心食，心常作服佳妙。

食治老人煩渴，飲水不足，日漸羸瘦困弱，兔頭飲方。

兔頭一枚，净洗之。豉心五合，綿裹。

右以水七升煑，取五升汁，渴即漸飲之，最效。

食治老人消渴，諸藥不差，黄瘦力弱，鹿頭方。

鹿頭一枚，炮去毛，净洗之。

右煑令爛熟，空心，日以五味食之，並服汁，極效。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人水氣諸方》 食治老人水氣病，四肢腫悶沉重，喘息不安，水牛肉方。

水牛肉一斤鮮。

右蒸令爛熟，空心，切以五味薑醋漸食之，任性爲佳。

食治老人水氣浮腫，身皮膚燥癢，氣急不能下食，心腹脹滿氣欲絶，貓肉羹方。

貓肉一斤，細切。葱白半握，切。粳米三合，浙。

右和煑作羹，下五味椒薑，空心，常食之，最驗。

食治老人水氣，身體虛腫，面目虛脹，水牛皮方。

水牛皮二斤，刮去毛净洗。橘皮一兩。

右相和煑令爛熟切，以生薑醋五味漸食之，常作尤益。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治喘嗽諸方》 食治老人上氣急，喘息不得，坐卧不安，猪頤酒方。

猪頤三具，細切。青州棗三十枚。

右以酒三升浸之，若秋冬三五日，春夏一二日，密封頭，以布絞去滓，空心，温，任性漸服之極驗。切忌鹹熱。

食治老人上喘咳嗽，身體壯熱，口乾渴燥，猪脂方。

猪肪脂一斤，切作臠。

右於沸湯中投煑之，空心以五味漸食之，其效不可比，補勞治百病。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治脚氣諸方》 食治老人脚氣，煩熱流腫，入膝滿悶，猪肚生方。

猪肚一具肥者，細切作生。

右以水洗，布絞令乾，好蒜醋椒醬五味，空心常食之，亦治熱勞補益效。

食治老人脚氣，逆悶嘔吐衝心，不能下食，猪腎生方。

猪腎二隻，去膜，細切作生。

右以蒜醋五味，空心食之，日一服佳極。

食治老人脚氣，煩瘅，緩弱不隨，行履不能，猪腎粥方。

豬腎二隻，去膜切細。粳米四合，淘。葱白半握。
右和煮作粥，下五味椒薑，空心食之，日一服最驗。

食治老人脚氣煩燥，或逆心間憒嘔逆，水牛頭方。

水牛頭一枚，炮去毛洗之。
右煮令爛熟，切以薑醋五味，空心漸漸食之，皆效。

食治老人脚氣，毒衝心身，面浮腫，氣急，熊肉腌方。

熊肉二斤肥者，切作塊。
右切以五味作腌臘，空心日炙食之，亦可作羹粥，任性食之，極效。

食治老人脚氣攻心煩悶，胸腹脹滿，烏雞羹方。

烏雞一隻，治如常法。葱白一握，細切。米二合，研。
右煮令熟，空心，切以五味作羹，常食之爲佳。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治噎塞諸方》 食治老人胸膈妨塞，食飲不下，漸黃瘦，行履無氣軟弱，羊肉索餅方。

羊肉白者四兩，切作臛頭。白麵六兩。橘皮末一分。
右擣薑汁搜麵，作之如常肉，下五味葱椒橘皮末等炒熟煮，空心食之，日一服，極肥健，温臟腑。

食治老人噎病，食不通，胸膈滿悶，黃雌雞餺飥方。

黃雌雞四兩，切作臛頭。白麵六兩。茯苓末二兩。
右和茯苓末搜麵作，豉汁中煮，空心食之，常作三五服，極除冷氣噎。

食治老人噎塞，水食不通，黃瘦羸弱，餛飩方。

雌雞肉五兩，細切。白麵六兩。葱白半握。
右如常法，下五味椒薑向雞汁中，煮熟，空心食之，日一服，極補益。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸痔方》 食治老人痔病，下血不止，肛門腫，豕狸羹方。

豕狸一兩，如常法治。
右細切，以麵及葱椒五味拌作片，炙熟，空心漸食之，亦可作羹粥，任性尤佳。

食治老人五痔久不愈，生瘡疼痛，野猪肉羹方。

野猪肉一斤，細切。葱白一握。米二合，細研。
右煮作羹，五味調和椒薑，空心漸食之，常作極效。

食治老人五痔泄血不止，積日困劣無氣，鴛鴦法炙方。

鴛鴦一枚如常法。
右以五味椒醬腌，火炙之令熟，空心漸食之，亦療久瘦瘡絶驗。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸風方》 食治老人中風，緩弱不仁，四肢搖動，無氣力，炙熊肉方。

熊肉一斤，切。葱白半握，切。醬椒等。
右以五味腌之炙熟，空心冷食之，恒服爲佳。亦可作羹粥，任性食之尤佳。

食治老人中風，頭旋目眩，身體厥强，筋骨疼痛，手足煩熱，心神不安，烏驢頭方。

烏驢頭一枚，炮去毛，净治之。
右以煮令爛熟，細切，空心以薑醋五味食之，漸進爲佳，極除風熱，其汁如醞酒，亦醫前患尤效。

食治老人中風煩熱，言語澀悶，手足熱，烏雞臛方。

烏雞半斤，細切。麻子汁五合。葱白一把。
右煮作臛，次下麻子汁，五味椒薑令熟，空心漸食之，補益。

食治老人中風，心神悖昧，行即欲倒，嘔吐，白羊頭方。

白羊頭一具，治如常法。
右以空心，用薑醋漸食之爲佳。

食治老人風熱煩毒，頑痹不仁，五緩六急，馳脂酒方野馳脂五兩，煉之爲上。

右空心温酒五合，下半匙已上，調脂令消，頓服之，日二服極效。

食治老人風攣拘急，偏枯不通利，雁脂酒方。

雁脂五兩，消之令散。
右每日空心温酒一盞，下脂半合許，調頓服之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《食治方》 燒肝散

治男子婦人五勞七傷，胸膈滿悶，飲食無味，脚膝無力，大腸虚滑，口内生瘡，女人血氣，并宜服之。

肉荳蔻三個，和皮。官桂，香白芷，當歸，破故紙，人參，茯苓，桔梗。各半兩。

右爲末，每服四錢半，羊肝四兩作片，糝藥在上，以紙裹後，用南粉塗，文武火煨熟，米飲嚼下。

參歸腰子，治心氣虛損。

人參半兩，細切。當歸半兩，上去蘆下去細者，取中段切。猪腰子一雙。

右以腰子用水兩碗，煮至一盞半，將腰子細切，入二味藥同煎至八分，喫腰子，以汁送下。有喫不盡腰子，同上二味藥滓，焙乾爲細末，山藥糊爲丸如梧桐子大，每服三五十丸。此藥多服爲佳。

崑山神濟大師方，獻張魏公丞相韓子常知府，閣中服之有效。

平江醫者丁御幹謂葛檟密云：此藥本治心氣怔忡而自汗者，不過一二服即愈，蓋奇藥也。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《食治方》 羊肺羹，治小便頻數，下焦虛冷。

羊肺一具，細切。羊肉四兩，細切。

右二味入五味作羹，空腹食之。

又方：生山芋半斤，削去皮。小荳葉嫩者一斤。

右二味豉汁中入五味，煮羹食之。

又方：生山芋半斤削去皮，薤白切一握。

右二味以豉汁煮羹，入五味如常法，空腹食之。

又方：生山芋半斤，削去皮。

右拍碎，慢火煎酒二升，候酒沸旋下山芋，入鹽椒葱白，空腹飲之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 妊娠諸病。

鹿頭肉粥

治妊娠四肢虛腫，喘急脹滿。

鹿頭肉半斤。蔓荆子去土一兩。良薑，茴香炒令香，各半兩。

右四味除鹿肉外，擣羅爲末，每服四錢匕，先將水五盞煮鹿肉，候水至三盞，去肉下白米一合，同藥末，候米熟，下五味調和得所，分作三服，一日食盡。

黄雞臛

治妊娠四肢虛腫，喘急脹滿。

黄雄雞一隻，去頭足及皮毛腸胃等，洗淨去血脉，於沸湯中掠過，去腥水。良薑一兩。桑白皮刮淨，銼一兩半。黄耆揀銼，一兩。

右四味銼後三味，與雞同煮，候雞熟去藥，取雞留汁，將雞細擘去骨，將汁入五味調和，入雞肉再煮，令滋味相入了，隨性食之，不計早晚，不妨別服藥餌。

雞子羹

治妊娠胎不安。

雞子一枚，阿膠炒令燥，一兩。

右取好酒一升，微火煎膠，令消後，入雞子并鹽一錢和之，分作三服，相次食之。

雞肉索餅

治妊娠養胎藏及治胎漏下血，心煩口乾。

丹雄雞一隻，取肉去肚作臛。白麪一斤。

右二味搜麪作索餅，和臛任意食之。

雞子酒，

治妊娠血下不止。

雞子五個，取黄。

右取好酒一盞同煎如稀餳，頓服之，未差更作服之，以差爲度。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 産後諸病

猪蹄粥

治産後乳汁不下。

母猪蹄一隻，治如食法，以水三盞煮取二盞，去蹄。王瓜根洗切。木通銼碎。漏蘆去蘆頭，各一兩。

右四味，除猪蹄汁外，粗擣篩，每服三錢匕，以煮猪蹄汁二盞，先煎藥至一盞半，去滓，入葱豉五味等，并白米半合煮作粥，任意食之。

猪蹄羹

治産後乳汁不下。

母猪蹄二隻，净洗銼。木通一兩半，銼作寸段。

右先將木通以水五升煎取四升，去木通，和猪蹄入五味，如常法煮羹，任意食。

又方：

猪蹄一具洗銼。粳米一合，净淘。

右用不拘多少，入五味煮作羹，任意食，作粥亦得。

牛肉羹

治產後乳無汁。

牛鼻肉淨洗，切作小片。

右用水煮爛，入五味如常法煮羹，任意食之。

鹿肉臛

治產後乳無汁。

鹿肉四兩，洗切。

右用水三碗煮，入五味作臛，任意食之。

三肉臛

治產後乳汁不下。

龜肉二兩，洗切。羊肉三兩，洗切。麞肉三兩，洗切。

右用水不拘多少，入五味煮爲臛，食之。

黃雌雞飯

治產後虛羸補益。

黃雌雞一隻，去毛及肚腸。生百合淨洗，擇一果。白粳米飯一盞。

右將粳米飯、百合入在雞腹內，以線縫定，用五味汁煮雞令熟，開肚取百合、粳米飯，和雞汁調和食之，食雞肉亦妙。

黃雌雞羹

治產後虛損。

黃雌雞一隻肥者，理如食法。葱白五莖，切。杭米半升。

右三味依常法，以五味調和爲羹，任意食之。

豬肚羹

治產後積熱勞極，四肢乾瘦，飲食不生肌肉。

獵豬肚一件，淨洗，先以小麥煮令半熟，取出肚細切，令安一處。黃耆銼碎，半兩。人參三分。杭米三合。蓮實銼碎，一兩。

右以水五升煮豬肚，入人參、黃耆、蓮實，候爛濾去藥并肚，澄其汁令清，方入米煮，臨熟入葱白，五味調和，作粥任意食。

脯雞糝

治產後心虛忪悸，徧身疼痛。

黃雌雞一隻，去毛頭足腸胃，淨洗，以小麥兩合，水五升，煮雞半熟，即取出雞去骨。蜀椒去目。

羊肉粥

治產後七日後，宜喫此粥。

白羊肉去脂膜，四兩，細切。杭米淨淘，三合。生地黃汁三合。桂去粗皮，銼取末一分。

右以水煮肉并米熟後，入地黃汁并桂末，令得所，以五味調和，空心任意食之。

豬腎粥

治產後寒熱狀如瘧，豬腎粥方。

豬腎去脂膜，細切，一對。香豉一合。白杭米三合。葱三莖，細切。

右四味以水三升煮豬腎豉葱至二升，去滓下米，煮如常法，以五味調和，作粥食之，未瘥更作。

豬腎臛

治產後血塞消渴，日夜不止。

并開口，炒汗出取末。□錢。葫去苗，二錢。乾薑末半錢。粳米□合。

右先取水再煮雞，及米令爛，入葱薤椒薑葫末等，次又入五味鹽醬煎熟，任意食之。

豬腎臛

治產後風虛勞冷，百骨節疼，其體煩熱。

豬腎一對，去脂膜薄切。羊腎一對，去脂膜薄切。

右以五味并葱白豉爲臛，處常食之，不拘時。

冬瓜撥刀

治產後血塞消渴，日夜不止。

冬瓜研取汁三合。小麥麪四兩。地黃汁三合。

右三味一處搜和如常麪，切爲撥刀，先將麞肉四兩細切，用五味調和煮汁，熟後却漉去肉，取汁下撥刀麪煮令熟，不拘多少，任意食之。

煨豬肝

治產後赤白痢，腰腹疼痛，不能下食。

豬肝四兩。蕪荑末一錢。

右將豬肝薄切，糝蕪荑末於肝葉上，五味調和，以濕紙裹塘灰火煨熟，去紙食。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 豬子肝

治小兒久痢。

豬子肝一具。

右切作片炙熟，空心食之。

雞子餌

治小兒秋夏中暴冷，忽下痢腹脹，乍寒乍熱渴甚。

雞子二枚，去殼。胡粉半兩，炒令黃。黃蠟一棗大。

右先將黃蠟於銚子內，微火上鎔，次下雞子黃及胡粉調和，候冷作餅，與兒空心午後食之。量兒大小增減。

韓奕《易牙遺意》卷上《脯鮓類》 千里脯

牛羊豬肉皆可，精者一斤，釀酒二盞，淡醋一盞，白鹽四錢，冬三錢，茴香、花椒末一錢，拌一宿，文武火煲，令汁乾，曬之。詩曰：

不問豬羊與太牢，一斤切作十來條。一盞淡醋二盞酒，茴香花椒末分毫。白鹽四錢同攪拌，淹過一宿慢火熬。酒盡醋乾穿曬却，味甘休道孔聞韶。

搥脯

新宰圈豬帶熱精肉一斤，切作四五塊，炒鹽半兩，擦入肉中，直待筋脉不收。日曬半乾，量用好酒和水，并花椒、蒔蘿、橘皮，慢火煲乾，碎搥。

火肉

以圈豬方殺下，只取四隻精腿，乘熱用鹽。每一斤肉鹽一兩，從皮擦入肉內，令如綿軟，以石壓竹棚上，置缸內。二十日，次第番三五次，以稻柴灰一重，間一重疊起。用稻草煙燻一日一夜，掛有煙處。初夏，水中浸一日夜，淨洗仍前掛之。

臘肉

肥嫩獷豬肉十斤，切作二十段，鹽八兩，酒二斤，調勻。猛力擦入肉中，令綿軟，大石壓去水痕，十分乾。以剩下所淹酒調糟，塗肉上，以篾穿之，掛通風處。

又法

肉十斤，先以鹽二十兩煎湯，澄清取汁，將肉置汁中，二十日取出，掛通風處。

又法

夏月鹽肉，須用炒鹽擦入，勻淹一宿掛起。見有水痕，便用大石壓去水，乾掛風中。

韓奕《易牙遺意》卷上《脯鮓類》 生燒豬羊肉法

腿精批作片，以刀背勻搥三兩次，切作塊子。沸湯內隨漉出，用布內紐乾。每一觔入好醋一盞，鹽四錢，椒油、草果、砂仁各少許，供饌亦珍美。

大熇肉

肥嫩杜圈豬約重四十斤者，只取前胛，去其脂，剔其骨，去其拖肚，淨取肉一塊，切成四五斤塊，又切作十字爲四方塊。白水煲七八分熟，撈起停冷，搭精肥切作片子，厚一指，淨去其浮油。水用少許，厚汁放鍋內。先下熇料，次下肉，又次淘下醬水，又次下元汁燒滾，又次下末子細熇料在肉上，又次下紅麵末，以肉汁解薄傾在肉上。文武火燒滾令沸，直至肉料上下皆紅色，方下宿汁，畧下鹽，去醬板，次下鰕汁，掠去浮油，以汁清爲度，調和得所，頓熱其肉與汁，再不下鍋。與豉汁鵝同法，但不用紅麵，加些豆豉搥在汁中。

捉清汁法

以元去浮油，用生鰕和醬搯在汁內，一邊燒火，使鍋中一邊滾起，泛來掠去之。如無鰕汁，以豬肝搥碎和水傾入代之，三四次下鰕汁，方無一點浮油爲度。

留宿汁法

宿汁每日煎一滾，停傾少時，定清方好。如不用，入錫器內，或瓦罐內，封蓋掛井中。

用紅麵法

每麵一酒盞許，隔宿酒浸令酥，研如泥，以肉汁解薄傾下。

麅熇料方

炙用官桂、白芷、良薑等分，不切，完用。

細熇料方

甘草多用，官桂、白芷、良薑、桂花、檀香、藿香、細辛、甘松、花椒、宿砂、紅豆、杏仁等分，爲細末用。

凡肉汁要十分清，不見浮油方妙，肉却不要乾枯。

燒鴨羹

大肥鴨以石壓死，甑過撏去毛，剁下頭頸，倒瀝血水在盆內留下。却開肚皮去腸，入鍋中。先下醬水與酒，并瀝下血水煮一滾，方下宿汁，并麅熇料擘碎入汁中。又下胡蘿蔔，多則損汁味，又下研細豬胆。臨熟，火向一邊燒，令汁浮油滾在一邊，然後撒之，汁清爲度。又下牽頭，以指按鴨胸部上肉，軟爲熟。細熇

料紫蘇多用爲主，花椒次用，甘草次用，茴香以下並減半之用。杏仁、桂皮、桂枝、甘松、檀香、砂仁，研爲細末，沙糖、大蒜、胡葱，研爛如泥，入前乳末和勻。每汁一鍋，約用燒料一碗，又加紫蘇末，另研入汁。牽緑荳粉，臨時多少打用。

又煲鴨法

宿汁每日多留瞶，徒感反。用法，見大爐肉條。鴨頸剁下，盤受下血水，自口邊起劃一刀，取頸骨搥碎。鴨煲軟後撈起，搭脊血并瀝下血，生塗鴨胸部上，和細燒料再蒸用。

瓜薹法

醬瓜、生薑、葱白、淡笋乳，或茭白、蝦米、雞胸肉各等分，切作長條絲兒，香油炒過供之。

水雞乳

治大水雞，湯中煲浮即撈起，以石壓之，令十分乳收。

鵝蒸鵝

用肥鵝肉切作長條絲，用鹽酒葱椒拌勻，放白觧内蒸熟，麻油澆供。

又法

鵝一隻不剁碎，先以鹽淹過，置蕩鑼内蒸熟，以鴨彈三五枚灑在内。候熟，杏膩澆供，名杏花鵝。

筭條巴子

猪肉精肥各另切作三寸長條，如筭子樣，以沙糖、花椒末、宿砂末，調和得所，拌勻，曬乳蒸熟。

燥子蛤蜊

用猪肉肥精相半，切作小骰子塊，和些酒，煲半熟。入醬，次下花椒、砂仁、葱白、鹽醋和勻，再下緑荳粉，或麪水調下鍋内作膩。一滾盛起，以蛤蜊先用水煲去殼，排在湯盞子内，以燥子肉洗供。新韭、胡葱、菜心、猪腰子、筭、茭白，同法。

爐焙雞

用雞一隻，水煲八分熟，剁作小塊。鍋内放油少許燒熱，放雞在内罗炒，以鏇子或椀蓋定，燒極熱。酒醋相半，入鹽少許烹之，候乳再烹。如此數次，候十分酥熟，取用。

川猪頭

猪頭先以水煲熟，切作條子，用沙糖、花椒、砂仁、醬拌勻，重湯蒸頓。

釀肚子

用猪肚一箇治淨，釀入石蓮肉，洗擦苦皮十分淨白。糯米淘淨，與蓮肉對半，實裝肚子内，用線扎緊，煲熟壓實，候冷切片。

魯明善《農桑衣食撮要》卷下 十一月，【略】鹽鴨子。自冬至至清明前，每一百箇，用鹽十兩，灰三升，米飯調成團，收乾甕内，可留至夏間食。

魯明善《農桑衣食撮要》卷下 十二月，【略】臘肉

肉一斤，鹽一兩半擦之，擦參入聲。壓五六日。入酒糟或濁酒，翻轉了再壓五日。背陰處亮乾，若生白殕，以泥封一宿，煲如故。黑豆中藏，可過夏月。

忽思慧《飲膳正要》卷一《聚珍異饌》 馬思答吉湯，補益，温中順氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。官桂二錢，回回豆子半升，搗碎去皮。右件一同熬成湯，濾淨。下熟回回豆子二合，香粳米一升，馬思答吉一錢，鹽少許，調和勻，下事件肉、荒荽葉。

大麥湯，温中下氣，壯脾胃，止煩渴，破冷氣，去腹脹。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。大麥仁二升，滾水淘洗淨，微煲熟。右件熬成湯，濾淨。下大麥仁熬熟，鹽少許，調和令勻，下事件肉。

八兒不湯，係西天茶飯名。補中下氣，寬胸膈。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。蘿蔔二箇。右件一同熬成湯，濾淨。湯内下羊肉，切如色數大。熟蘿蔔切如色數大。咱夫蘭一錢，薑黄二錢，胡椒二錢，哈昔泥半錢，荒荽葉、鹽少許，調和勻，對香粳米乾飯食之。入醋少許。

沙乞某兒湯，補中下氣，和脾胃。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。沙乞某兒，五箇，係蔓菁。

右件一同熬成湯，濾淨。下熟回回豆子二合，香粳米一升，熟沙乞某兒切如色數大，下事件肉，鹽少許，調和令勻。

苦豆湯，補下元，理腰膝，温中順氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。苦豆一兩，係葫蔗巴。

右件一同熬成湯，濾淨。下河西兀麻食，或米心餌子，哈昔泥半錢，鹽少許調和。

木瓜湯，補中順氣，治腰膝疼痛，脚氣不仁。

羊肉一脚子，缺成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。

右件一同熬成湯，濾淨。下香粳米一升，熟回回豆子二合，肉彈兒木瓜二斤取汁，沙糖四兩，鹽少許，調和，或下事件肉。

鹿頭湯，補益，止煩渴，治脚膝疼痛。

鹿頭蹄一付，退洗淨，卸成塊。

右件用哈昔泥豆子，大研如泥，與鹿頭蹄肉同拌勻。用回回小油四兩同炒，入滾水熬令軟。下胡椒三錢，哈昔泥二錢，葷撥一錢，牛妳子一盞，生薑汁一合，鹽少許，調和。一法，用鹿尾取汁，入薑末鹽，同調和。

松黃湯，補中益氣，壯筋骨。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。

右件同熬成湯，濾淨。熟羊胸子一箇，切作色數大。松黃汁二合，生薑汁半合，一同下。炒葱鹽醋荽荽葉調和勻，對經捲兒食之。

粉湯，補中益氣，建脾胃。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，去皮。

右件同熬成湯，濾淨。大麥粉三斤，豆粉一斤，同作粉。羊肉炒細乞馬、生薑汁二合，荽荽葉、鹽醋調和。

大麥粉，補中益氣，建脾胃。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢。

右件同熬成湯，濾淨。下羊肝醬取清汁，胡椒五錢，熟羊肉切作甲葉，糟薑二兩，瓜蓋一兩，切如甲葉，鹽醋調和，或渾汁亦可。

糯米粉搗粉，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢。

右件同熬成湯，濾淨。下胡椒五錢，糯米粉二斤，與豆粉一斤，同作搗粉。羊肉切細乞馬，入鹽醋調和，渾汁亦可。

河豚羹，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢，鹽醬拌餡兒。皮用白麵三斤作，河豚小油煠熟，下湯內，入鹽調和，或清汁亦可。

阿菜湯，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢。

右件同熬成湯，濾淨。下羊肝醬同取清汁，八胡椒五錢。另羊肉切片，羊尾子一箇，羊舌一箇，羊腰子一付，各切果葉。磨菰二兩，白菜一同下清汁，鹽醋調和。

鷄頭粉雀舌餌子，補中益精氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。

右件同熬成湯，濾淨。用鷄頭粉二斤，豆粉一斤，同和，切作餌子。羊肉切細乞馬，生薑汁一合，炒葱調和。鷄頭粉血粉，補中益精氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。

右件同熬成湯，濾淨。用鷄頭粉二斤，豆粉一斤，羊血和作搗粉。羊肉切細乞馬，炒葱醋一同調和。

鷄頭粉撏麵，補中益精氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。

右件同熬成湯，濾淨。用鷄頭粉二斤，豆粉一斤，白麵一斤，同作麵。羊肉切片兒乞馬，入炒葱、醋一同調和。

鷄頭粉搗粉，補中益精氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢。

右件同熬成湯，濾淨。用羊肝醬同取精汁，入胡椒一兩，次用鷄頭粉二斤，豆粉一斤，同作搗粉。羊肉切細乞馬，下鹽醋調和。

鷄頭粉餛飩，補中益精氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。

右件同熬成湯，濾淨。用羊肝醬同取精汁，下胡椒五錢，糯米粉二斤，與豆粉一斤，作枕頭餛飩。湯內下香粳米一升，熟回回豆子二合，生薑汁二合，木瓜汁一合，同炒葱鹽勻調和。

雜羹，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。右件同熬成湯，濾淨。羊頭洗淨二箇，羊肚、肺各二具，羊白血雙腸兒一付，並煠熟切。次用豆粉三斤作粉。蘑菰半斤，杏泥半斤，胡椒一兩，入青菜、芫荽、炒葱、鹽醋調和。

韋素羹，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。右件同熬成湯，濾淨。豆粉三斤作片粉。精羊肉切條，道乞馬，山藥一斤，糟薑二塊，瓜薑一塊，乳餅一箇，胡蘿蔔十箇，蘑菰半斤，生薑四兩，各切。鷄子十箇，打煎餅切。用麻泥一斤，杏泥半斤，同炒葱、鹽醋調和。

珍珠粉，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子半升，搗碎去皮。右件同熬成湯，濾淨。羊肉切乞馬，心肝肚肺各一具，生薑二兩，糟薑四兩，瓜薑一兩，胡蘿蔔十箇，山藥一斤，乳餅一箇，鷄子十箇作煎餅，各切。次用麻泥一斤，同炒葱、鹽醋調和。

黃湯，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。回回豆子二合，香粳米一升，胡蘿蔔五箇切用。右件同熬成湯，濾淨。下熟回回豆子半升，搗碎去皮。羊後脚肉、丸肉、彈兒肋枝一箇，切寸。金薑黃三錢，薑末五錢。咱夫蘭一錢，芫荽菜同鹽醋調和。

三下鍋，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢。右件同熬成湯，濾淨。用羊後脚肉、丸肉、彈兒丁頭餌子羊肉，指甲匾食。胡椒一兩，同鹽醋調和。

葵菜羹，順氣，治癖閉不通。性寒，不可多食，今與諸物同製造，其性稍温。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢。右件同熬成湯。熟羊肚肺各一具切，蘑菰半斤切，胡椒五錢，白麵一斤拌鷄爪麵。下葵菜，炒葱鹽醋調和。

瓠子湯，性寒，主消渴，利水道。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。右件同熬成湯，濾淨。用瓠子六箇，去穰皮切，掠熟。羊肉切片，生薑汁半合，白麵二兩，作麵絲。同炒葱鹽醋調和。

團魚湯，主傷中益氣，補不足。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。右件熬成湯，濾淨。團魚五六箇煠熟，去皮骨，切作塊。用麵二兩，作麵絲。生薑汁一合，胡椒一兩，同炒葱鹽醋調和。

盞蒸，補中益氣。

揭羊背皮或羊肉三脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢。陳皮二錢，去白。小椒二錢。

右件用杏泥一斤，松黃二合，生薑汁二合，同炒葱鹽，五味調勻，入盞內蒸令軟熟，對經捲兒食之。

臺苗羹，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。草果五箇。良薑二錢。右件熬成湯，濾淨。用羊肝下醬取清汁。豆粉五斤作粉，乳餅一箇，山藥一斤，胡蘿蔔十箇，羊尾子一箇，羊肉等，各切細。入臺子菜、韮菜，胡椒一兩，鹽醋調和。

熊湯，治風痺不仁，脚氣。

熊肉二脚子，煠熟切塊。草果三箇。右件用胡椒三錢，哈昔泥一錢，薑黃二錢，縮砂二錢，咱夫蘭一錢，葱鹽醬一同調和。

鯉魚湯，治黃疸，止渴安胎，有宿癖者不可食之。

大新鯉魚十頭，去鱗肚洗淨。小椒末五錢。右件用芫荽末五錢，葱二兩切，酒少許，鹽一同淹拌，清汁內下魚，次下胡椒末五錢，生薑末三錢，蘑菰末三錢，鹽醋調和。

炒狼湯，古《本草》不載狼肉，今云性熱，治虛弱，然食之未聞有毒。今製造用料物以助其味，暖五藏温中。

狼肉一脚子，卸成事件。草果三箇。胡椒五錢。二錢。薑黃二錢。咱夫蘭一錢。右件熬成湯，用葱醬鹽醋一同調和。

圖像，補益五藏。

羊肉一脚子，煮熟細切。羊尾子二箇，熟切細。
藕二枝。蒲笋二斤。黄瓜五箇。生薑半斤。乳餅二箇。糟薑四兩。瓜蘆半斤。
鷄子一十箇，煎作餅。

蘑菰一斤。蔓菁菜　韮菜各切條道。
右件用好肉湯，調麻泥二斤，薑末半斤，同炒葱鹽醋調和，對胡餅食之。
春盤麵，補中益氣。
白麵六斤，切細麵。羊肉二脚子，煮熟，切條道乞馬。
羊肚肺各一箇煮熟切。鷄子五箇，煎作餅裁觚。
生薑四兩，切。韮黄半斤。蘑菰四兩。臺子菜　蓼牙　胭脂
右件用清汁，下胡椒一兩，鹽醋調和。
皂羹麵，補中益氣。
白麵六斤，切細麵。羊胸子二箇，退洗淨煮熟，切如色數塊。
右件用紅麵三錢淹拌，熬令軟，同入清汁内。下胡椒一兩，鹽醋調和。
山藥麵，補虚羸，益元氣。
白麵六斤。鷄子十箇，取白。生薑汁二合。豆粉四兩。
右件用山藥三斤，煮熟研泥，同和麵。羊肉二脚子，切丁頭乞馬。用好肉湯，下炒葱鹽調和。
掛麵，補中益氣。
羊肉一脚子，切細乞馬。掛麵六斤。蘑菰半斤，洗淨切。鷄子五箇，煎作餅。糟薑一兩，切，瓜蘆一兩，切。
右件用清汁，下胡椒一兩，鹽醋調和。
經帶麵，補中益氣。
羊肉一脚子，炒焦肉乞馬。蘑菰半斤，洗淨切。
右件用清汁，下胡椒一兩，鹽醋調和。
羊皮麵，補中益氣。
羊皮二箇，揀洗淨煮軟。羊舌二箇熟。羊腰子四箇熟，各切如甲葉。蘑菰一斤，洗淨，糟薑四兩，各切如甲葉。
右件用好肉釀湯，或清汁，下胡椒一兩，鹽醋調和。秃秃麻食，係手撇麵。
補中益氣。
白麵六斤，作秃秃麻食。羊肉一脚子，炒焦肉乞馬。
右件用好肉湯，下炒葱調和勻，下蒜酪香菜末。
細水滑，絹邊水滑一同。
補中益氣。
白麵六斤作水滑。羊肉二脚子，炒焦肉乞馬。
鷄兒一箇，熟切絲。蘑菰半斤，洗淨切。
右件用清汁，下胡椒一兩，鹽醋調和。
水龍餌子，補中益氣。
羊肉二脚子，熟切作乞馬。白麵六斤，切作錢眼餌子。
鷄子十箇。山藥一斤。糟薑四兩。胡蘿蔔五箇。瓜蘆二兩，各切細。三色彈兒，内一色肉彈兒，外二色粉，鷄子彈兒。
右件用清汁，下胡椒二兩，鹽醋調和。
馬乞，係手搓麵，或糯米粉，鷄頭粉亦可。補中益氣。
白麵六斤作馬乞。羊肉二脚子，熟切乞馬。
右件用好肉湯，炒葱醋鹽一同調和。
搠羅脱因，係畏兀兒茶飯。補中益氣。
白麵六斤，和按作錢樣。羊肉二脚子，熟切。羊舌二箇，熟切。山藥一斤。蘑菰半斤。胡蘿蔔五箇。糟薑四兩，切。
右件用好醞肉湯，同下炒葱醋調和。
乞馬粥，補脾胃益氣力。
羊肉一脚子，卸成事件，熬成湯濾淨。梁米二升，淘洗淨。
右件用精肉切碎乞馬，先將米下湯内，次下乞馬、米葱鹽熬成粥，或下圓米、渴米、折米皆可。
湯粥，補脾胃，益腎氣。
羊肉一脚子，卸成事件。
右件熬成湯，濾淨。次下梁米二升，作粥熟，下米葱鹽，或下圓米、渴米、折米皆可。
梁米淡粥，補中益氣。
梁米二升。
右先將水滾過，澄清濾淨。次將米淘洗三五遍，熬成粥，或下圓米、渴米、折

河西米湯粥，補中益氣。

羊肉一脚子，卸成事件。河西米二升。次下細乞馬米、葱鹽同熬成粥，或不右熬成湯，濾浄。下河西米，淘洗浄。次下細乞馬米、葱鹽同熬成粥，或不用乞馬亦可。

撒速湯，係西天茶飯名。

治元藏虛冷，腹内冷痛，腰脊酸疼。

羊肉兩脚子，頭蹄一付。草果四箇。官桂三兩。生薑半斤。哈昔泥如回回豆子兩箇大。

右件用水一鐵絡熬成湯，於石頭鍋内盛，頓下石榴子一斤，胡椒二兩，鹽少許。炮石榴子用小油一杓，哈昔泥如豌豆一塊，炒鵝黄色，微黑湯末子油去浄澄清。用甲香、甘松、哈昔泥、酥油燒煙薰瓶，封貯任意。

炙羊心，治心氣驚悸，鬱結不樂。

羊心一箇，帶係桶。咱夫蘭三錢。

右件用玫瑰水一盞浸取汁，入鹽少許，簽子簽羊心，於火上炙。將咱夫蘭汁徐徐塗之，汁盡爲度。食之安寧心氣，令人多喜。

炙羊腰，治卒患腰眼疼痛者。

羊腰一對。咱夫蘭一錢。

右件用玫瑰水一杓浸取汁，入鹽少許。簽子簽腰子，火上炙，將咱夫蘭汁徐徐塗之，汁盡爲度。食之有効驗。

攢鷄兒，肥鷄兒十箇，掃洗浄熟切攢。生薑汁一合。葱二兩，切。薑末半斤。小椒末四兩。麵二兩，作麵絲。

右件用煠鷄兒湯，炒葱醋入薑汁調和。

炒鵪鶉，鵪鶉二十箇，打成事件。蘿蔔二箇，切。薑末四兩。羊尾子一箇，各切如色數。麵二兩，作麵絲。

右件用煠鵪鶉湯，炒葱醋調和。

盤兔，兔兒一箇，切作事件。蘿蔔二箇，切。羊尾子一箇，切片。細料物二錢。

右件用炒葱醋調和，下麵絲二兩，調和。

河西肺，羊肺一箇。韭六斤，取汁。麵二斤，打糊。酥油半斤。胡椒二兩。生薑汁二合。

右件用鹽調和勻，灌肺煠熟，用汁澆食之。

薑黄腱子，羊腱子一箇，熟。羊肋枝二箇，截作長塊。豆粉一斤。白麵一斤。咱夫蘭二錢。梔子五錢。

右件用鹽料物調和，揉腱子，下小油煠。

鼓兒簽子，羊肉五斤，切細。羊尾子一箇，切細。鷄子十五箇。生薑二錢。葱二兩，切。陳皮二錢，去白。料物三錢。

右件調和勻，入羊白腸内煠熟，切作鼓樣。用豆粉一斤，白麵一斤，咱夫蘭一錢，梔子三錢，取汁同拌鼓兒簽子，入小油煠。

帶花羊頭，羊頭三箇，熟切。羊腰子四箇。羊肚肺各一具，煠熟，切攢胰脂染。生薑四兩。糟薑二兩，各切。鷄子五箇，作花樣。蘿蔔三箇，作花樣。

右件用好肉湯，炒葱鹽醋調和。

魚彈兒，大鯉魚十箇，去皮骨頭尾。羊尾子二箇，同剁爲泥。生薑一兩，切細。葱二兩，切細。陳皮末三錢。胡叔末一兩。哈昔泥二錢。

右件下鹽入魚肉内拌勻，丸如彈兒，用小油煠。

芙蓉鷄，鷄兒十箇，熟攢。羊肚肺各一具，熟切。生薑四兩，切。胡蘿蔔十箇，切。鷄子二十箇，煎作餅，刻花樣。赤根芫荽打糝。胭脂梔子染。杏泥一斤。

右件用好肉湯，炒葱醋調和。

肉餅兒

精羊肉十斤，去脂膜筋搥爲泥。哈昔泥三錢。胡椒二兩。葷撥一兩。芫荽末一兩。

右件用鹽調和勻，捻餅，入小油煠。

鹽腸，羊苦腸水洗浄。

右件用鹽拌勻，風乾，入小油煠。

腦瓦剌，熟羊胸子二箇，切薄片。鷄子二十箇，熟。

右件用諸般生菜，一同捲餅。

薑黄魚，鯉魚十箇，去皮鱗。白麵二斤。豆粉一斤。芫荽末二兩。

右件用鹽料物淹拌過揉魚，入小油煠熟，用生薑二兩切絲，芫荽葉、胭脂染蘿蔔絲，炒葱調和。

攢鴈，鴈五箇，煠熟切攢。薑末半斤。

右用好肉湯，炒葱鹽調和。

豬頭薑豉，豬頭二箇，洗浄切成塊。陳皮二錢，去白。良薑二錢。小椒二錢。官桂二錢。草果五箇。小油一斤。蜜半斤。

右件一同熬成，次下芥末，炒葱醋鹽調和。

蒲黃瓜齏，淨羊肉十斤，煮熟，切如瓜齏。小椒一兩。蒲黃半斤。

右件用細料物一兩，鹽同拌勻。

攢羊頭，羊頭五箇，煮熟攢。薑末四兩。

右件用好肉湯，炒葱鹽醋調和。

攢牛蹄，馬蹄熊掌一同。

牛蹄一付，煮熟攢。薑末二兩。

右件用好肉湯，同炒葱鹽調和。

細乞思哥

羊肉一脚子，煮熟切細。蘿蔔二箇，熟切細。羊尾子一箇，熟切。哈夫兒二錢。

右件用好肉湯，同炒葱調和。

肝生，羊肝一箇，水浸切細絲。生薑四兩，切細絲。蘿蔔二箇，切細絲。香菜蘑子各二兩，切細絲。

右件用鹽醋芥末調和。

馬肚盤，馬肚腸一付，煮熟切。芥末半斤。

右件將白血灌腸刻花樣，灑脾和脂，剜心子攢成，炒葱鹽醋芥末調和。

煠膘兒係細項。

膘兒二箇，卸成各一節。哈昔泥一錢。葱一兩，切細。

右件用鹽一同淹拌少時，入小油煠熟。次用咱夫蘭二錢，水浸汁，下料物荒荽末同糝拌。

熬蹄兒，羊蹄五付，退洗淨，煮軟切成塊。葱十莖。料物五錢。

右件下麵絲，炒葱醋鹽調和。

熬羊胸子，羊胸子二箇，退毛洗淨，煮軟切作色數塊。薑末二兩。料物五錢。

右件用好肉湯，下麵絲，炒葱鹽醋調和。

魚膾，新鯉魚五箇，去皮骨頭尾。生薑二兩。蘿蔔二箇。葱一兩。香菜蘑子各切如絲，胭脂打糝。

右件下芥末，炒葱鹽醋調和。

紅絲，羊血同白麵依法煮熟。生薑四兩。蘿蔔一箇。香菜蘑子各一兩，切細絲。

右件用鹽醋芥末調和。

燒鴈，燒鵝鴨、燒鴨子等一同。

鴈一箇，去毛腸肚淨。羊肚一箇，退洗淨包鴈。葱二兩。荒荽末二兩。

右件用鹽同調，入鴈腹內燒之。

燒水札，水札十箇，揭洗淨。荒荽末一兩。葱十莖。料物五錢。

右件用鹽同拌勻燒，或以肥麵包水札，就籠內蒸熟，亦可。或以酥油水和麵包水札，入爐鐵內爐熟，亦可。

柳蒸羊

羊一口帶毛。

右件於地上作爐三尺深，周回以石燒令通赤。用錢芭盛羊，上用柳子蓋，覆土封，以熟爲度。

倉饅頭，羊肉羊脂葱生薑陳皮各切細。

右件入料物鹽醬，拌和爲餡。

鹿妳肪饅頭，或做倉饅頭，或做皮薄饅頭，皆可。

鹿妳肪、羊尾子各切如指甲片。生薑、陳皮各切細。

右件入料物鹽，拌和爲餡。

茄子饅頭，羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陳皮各切細。嫩茄子去穰。

右件同肉作餡，却入茄子內蒸，下蒜酪香菜末食之。

剪花饅頭

羊肉、羊脂、羊尾子、葱陳皮各切細。

右件依法入料物鹽醬拌餡，包饅頭，用剪子剪諸般花樣蒸，用胭脂染花。

水晶角兒，羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陳皮、生薑各切細。

右件入細料物鹽醬拌勻，用豆粉作皮包之。

酥皮奄子，羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陳皮、生薑各切細，或下瓜哈孫，係山丹根。

右件入料物鹽醬拌勻，用小油、米粉，與麵同和作皮。

撇列角兒，羊肉、羊脂、羊尾子、新韮各切細。

右件入料物鹽醬拌勻，白麵作皮，鐵上炮熟，次用酥油蜜。或以葫蘆瓠子作餡亦可。

時蘿角兒，羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陳皮、生薑各切細。

右件入料物鹽醬拌勻，用白麵蜜與小油拌，入鍋內滾水，攪熟作皮。

天花包子，或作蟹黃亦可。藤花包子一同。

羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陳皮、生薑各切細。

天花滾水燙熟，洗淨切細。

右件入料物鹽醬拌餡，白麵作薄皮蒸。

荷蓮兜子，羊肉二脚子，切。羊尾子二箇，切。雞頭仁八兩。松黃八兩。八擔仁四兩。蘑菰八兩。杏泥一斤。胡桃仁八兩。必思答仁四兩。胭脂一兩。梔子四錢。小油二斤。生薑八兩。豆粉四斤。山藥二斤。鷄子三十箇。羊肚肺各二付。苦腸一付。葱四兩。醋半鉼。芫荽葉

右件用鹽醬五味調和勻，豆粉作皮，入盞內蒸。用松黃汁澆食。

黑子兒燒餅，白麵五斤。牛妳子二升。酥油一斤。黑子兒一兩，微炒。

右件用鹽減少許，同和麵，作燒餅。

牛妳子燒餅，白麵五斤。牛妳子二升。酥油一斤。茴香一兩，微炒。

右件用鹽減少許，同和麵，作燒餅。

餛餅，經捲兒一同。

白麵十斤。小油一斤。小椒一兩，炒去汗。茴香一兩，炒。

右件隔宿用酵子、鹽、減、温水一同和麵，次日入麵接肥，再和成麵。每斤作二箇，入籠內蒸。

頗兒必湯，即羊辟膝骨。

主男女虛勞，寒中羸瘦，陰氣不足，利血脉，益經氣。

頗兒必三四十箇，水洗淨。

右件用水一鐵絡同熬，四分中熬取一分，澄濾淨，去油去滓，再凝定。如欲食，任意多少。

米哈訥闕列孫，治五勞七傷，藏氣虛冷，常服補中益氣。

羊後脚一箇去筋膜，切碎。

右件用淨鍋內乾爁熟，令蓋封閉不透氣。後用淨布絞紐取汁。

郭翼《雪履齋筆記》 宋制，屠牛之禁甚嚴，劉後村嘗有斷劉棠《勘語》云：棠忝預鄉書顧以屠殺爲業，每有屠牛之訟，常是掛名在法，曾得解人止免公罪杖，而殺牛乃是私罪徒人。殺牛馬三頭者雖會赦，猶配隣州。計劉棠平日所殺，何啻累千百頭，罪止徒流，恐又非解元之所能免。本合將劉棠送獄提勘，前後過犯解府從條施行。屬當盛暑刑獄，使者方日奉詔，慮囚不欲淹延枝蔓，劉棠勘杖一百，牒尉司差人監下都保，劉棠酒坊肉店日下拆除。按：劉棠以得解人而奏刀，市井躬效屠坦之業殊爲怪事，乃後村據罪論斷，曾不假貸，可見當時有司之剛執。今私宰載道，或有倚庶宗爲坊店者，城旦之律，豈竟成虛設耶。

孔齊《靜齋至正直記》卷二《烹雞法》 雞之爲畜身有風，人食之能動風氣。鎮江顧利賓姊丈與余言，凡治此具俟燖毛後，必以少鹽擦其徧體如澡浴狀，加以香油少許，復以湯洗淨，然後烹而食之可也。

佚名《居家必用事類全集》己集《肉食》 已下並載李氏食品諸法

醃藏肉品

江州岳府臘肉法，新豬肉打成段，用煮小麥滾湯淋過控乾，每斤用鹽一兩，擦拌置甕中，三二日一度翻。至半月後，用好糟醃一二宿出甕，用元醃汁水洗淨，懸於無烟浄室，二十日以後，半乾濕，以故紙封裹。用淋過浄灰於大甕中，一重灰一重肉埋，訖盆合置之凉處，經歲如新。煮時米泔浸一炊時，洗刷浄下清水中，鍋上盆合土擁，慢火煮，候滾即徹新，停息一炊時，再發火再滾，住火良久取食。此法之妙，全在早醃，須臘月前十日醃藏，令得臘氣爲佳，稍遲則不佳矣。

婺州臘豬法，肉三斤，許作一段，每斤用浄鹽一兩，擦令勻入缸，醃數日，逐日翻三兩遍，却入酒醋中停。再醃三五日，每日翻三五次，取出控乾。先備百沸湯一鍋，直芝麻油一器，將肉逐旋各臠，署入湯蘸，急提起，趁熱以油勻刷，掛當烟頭處熏之。日後再用臘糟加酒拌勻，表裏塗肉上。再醃十日，取出掛厨中烟頭上。若人家烟少，集籠糠烟熏十日可也，其烟當晝夜不絶。羊肉亦當依此法爲之。

醃豬舌，每斤用鹽半兩，一盞川椒、蒔蘿、茴香少許，細切葱白，醃五日翻三四次。用細索穿掛透風處，候乾紙袋盛。

四時臘肉，收臘月肉醃肉滷汁，浄器收貯，泥封頭。如要用時，取滷一椀，加臘水一椀，鹽三兩，將豬肉去骨，三指厚五寸闊段子，同鹽料末醃半日，却入滷汁內浸一宿。次日，其肉色味與臘肉無異。若無滷汁，每肉一斤用鹽四兩，醃二宿亦妙。煮時先以米泔清者，入鹽二兩，煮一二沸，換水煮。

脯法，歌括云：不論豬羊與大牢，一斤切作十六條。大盞醇醪小盞醋，馬芹蒔蘿入分毫。揀浄白鹽秤四兩，寄語庖人慢火熬。

孔聞韶。

紅羊脯，肥羊肉十五斤，半斤作一條，用鹽十五兩，醃三伏時。取出，却用糟三斤，鹽三兩拌勻，再醃三宿，取出不去糟。於甑上猛柴烟熏乾，次年五六月，洗

剝煑食。

羊鹿獐等肉，作條或片，去筋膜微帶脂，每斤用鹽一兩，天氣煖加分半，醃半日，入酒升半，醋一盞，經兩宿取出曬乾。

羊牛等肉，去骨淨，打作小長段子，乘肉熱精肥相間，三四段作一垛，布包石壓，經宿，每斤用鹽八錢，酒二盞，醋一盞，醃三五日。每日翻一次，醃至十日，後日曬至晚，却入滷汁，以汁盡爲度，候乾，掛厨中烟頭上。此法惟臘月可造。

牛腊鹿脩，好肉不拘多少，去筋膜，切作條或作段。每二斤用鹽六錢半，川椒三十粒，葱三大莖細切，酒一大盞，同醃三五日，日翻五七次，曬乾。猪羊做此。

醃鹿脯，淨肉十斤去筋膜，隨褁打作大條，用鹽五兩，川椒三錢，蒔蘿半兩，葱絲四兩，好酒二升，和肉拌醃。每日翻兩遍，冬三日，夏一伏時。取出以線逐條穿，油搽，曬乾爲度。

又法，鹿肉或麂子肉去皮膜連脂，細切二十斤，用鹽二十兩，入蕪荑一合一處拌勻。用羊大肚一箇，去草芽，裝滿縫合，用杖子夾定於風道中，或日曬乾。

醃鹿尾，刀剃去尾根上毛，剔去骨，用鹽一錢，蕪荑半錢，填尾內，杖夾風吹乾。

醃鵝鴨等，掃淨，於胸上剖開，去腸肚。每斤用鹽一兩，加入川椒、茴香、蒔蘿、陳皮遍擦，醃半月後，曬乾爲度。

夏月收肉不壞，凡諸般肉，大片薄批，每斤用鹽二兩，細料物少許，拌勻，勤翻動。醃半日許，榨去血水，香油抹過，蒸熟，竹簽穿懸烈日中，曬乾收貯。

夏月收熟肉，切作大塊，每斤用鹽半兩醃片時，入陳皮、茴香、川椒、酒醋醬少許，煑至酒醋乾，以篩子盛，烈日曝乾。

又法，夏月收熟肉，用磁器盛，頓放鍋內，鍋中少貯水，燒滾，候冷再燒，常令熱氣不絕，可留二三日不壞。

夏月收生肉，白麵搜和，如捍餅麵劑，裹生肉作盞來大塊，油缸內浸，久留不壞，肉色如新，麵堪作餅食麵用。

夏月煑肉停久，每肉五斤，用胡荽子一合，醋二升，鹽三兩，慢火煑熟，透風處放。若加酒葱椒同煑，尤佳。

醃鹹鴨卵，不拘多少，洗淨控乾，用灰篩細二分，鹽一分拌勻，却將鴨卵於濃米飲湯中蘸濕，入灰鹽滾過收貯。

佚名《居家必用事類全集》己集《造鮓品》 黃雀鮓，每百隻，脩洗淨，用酒半升，洗拭乾不犯生水。用麥黃、紅麵各一兩，鹽半兩，椒半兩，葱絲少許，拌勻。却將雀逐箇平鋪餅器內一層，以料物摻一層裝滿，箬蓋篾插。候滷出傾去，入醇酒浸密封固。

省力鮓，青魚或鯉魚，切作三指大臠，洗淨。每五斤用炒鹽四兩，熟油四兩，薑橘絲各半兩，椒末一分，酒一盞，醋半盞，葱絲兩握，飯摻少許，拌勻。磁瓶實捺，箬蓋篾插，五十日熟。

鵝鮓，肥者二隻去骨，用淨肉，每五斤細切，入鹽三兩，酒一大盞，醃過宿去滷。用葱絲四兩，薑絲二兩，橘絲一兩，椒半兩，蒔蘿、茴香、馬芹各少許，紅麵末一合，酒半升，拌勻入罐實捺，箬封泥固。猪羊精者，皆可倣此治造。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》

肉羹食品

油肉釀茄，白茄十箇去蒂，將茄頂切開，剜去穰，更用茄三箇切破，與空茄一處籠內蒸熟取出。將空茄油內煠得明黃漉出，破茄三箇研作泥。有精羊肉五兩切燥子，松仁用五十箇切破，鹽醬生薑各一兩，葱橘絲打拌，葱醋浸，用油二兩，將料物肉一處炒熟。再將茄泥一處拌勻，調和味全，裝於空茄肉供，蒜酪食之。

油肉豉茄，白茄十箇去蒂，切作兩半，錢厚半月切。油煠得黃色漉出，用精羊肉四兩切碎，油二兩，將肉炒熟。用生薑一兩，陳皮三片，各切作絲碎，葱二握，鹽醬各一兩，醋少許，將物料茄肉同拌過，加蒜酪食尤佳。

佚名《居家必用事類全集》庚集《回回食品》 海螺厮，雞卵二十箇，打破攪勻，以羊肉二斤細切，入細料物半兩，碎葱十莖，香油炒作燥子，攪入雞卵汁令勻。用醋一盞，酒半盞，豆粉二兩調糊，同雞子汁燥肉再攪勻，傾入酒瓶內。箬扎口入滾湯內煑熟，伺冷打破瓶，切片，酥蜜澆食。

即你疋牙，豆粉和麪爲稠糊，於滾油內澆下，煠如軟食之類，或去豆粉，止用麪蜜餳花，冷水調糊煠。

哈里撒，小麥一碗擣去皮，牛肉四五斤，或羊肉切臠，同煑極糜爛，入碗攤開，澆羊尾油，或羊頭油，同黃燒餅供。加松仁妙。

西河肺，連心羊肺一具浸淨，以豆粉四兩肉汁破開，麪四兩韭汁破開，蜜三兩，酥半斤，松仁、胡桃仁去皮淨十兩，擂細濾去滓，和攪勻，灌肺滿足，下鍋煑熟。大單盤盛托至筵前，刀割煠內，先澆灌肺，剩餘汁入麻泥煑熟，作受賜。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》

女直食品

斷刺葵菜冷葵，葵菜去皮，嫩心帶稍葉，長三四寸，煠七分熟，再下葵葉候熟。凉水浸拔，揀莖葉另放，如簇春盤樣，心葉四面相對放，間裝雞肉皮絲、薑絲、黃瓜絲、筍絲、萵筍絲、麻菇絲、鴨餅絲、羊肉、舌腰子、肚兒、頭蹄肉皮，皆可爲絲。用肉汁淋蓼子汁，加五味澆之。

蒸羊眉突，羊一口焯淨，去頭蹄腸肚等，打作事件。用地椒、細料物、酒醋調勻，澆肉上浸一時許。入空鍋內柴棒架起，盤合泥封，發火不得大緊。候熟，碗內另供原汁。

塔不剌鴨子，大者一隻，掃淨去腸肚，以榆仁醬肉汁調，先炒葱油，傾汁下鍋，小椒數粒，後下鴨子，慢火煠熟折開，另盛湯供。鵝鴨鷄同此製造。

野鷄撒孫，煠熟，用蒲上肉剁爛，用蓼葉數片細切，豆醬研紐汁，芥末入鹽，調滋味得所，拌肉墐內供。鶴鶉製造同。

賈銘《飲食須知》卷八《獸類》 猪肉味苦性微寒，【略】燒肉忌桑柴。凡煠肉同皁莢子、桑白皮、高良薑、黃蠟，不發風氣。得舊籬筏易熟。煠肉封鍋，入楮實子二三十粒易爛且香。夏天用醋煠肉可留數日。煠臘肉將熟，以紅炭投鍋內，則不油發氣。洗猪肚用麪洗腸臟，用砂糖能去穢氣中病豬毒。【略】煠硬肉，入山查數顆易爛。

熊掌難腬，得酒醋水三件同煠熟，即大如皮毬，且易輭也。【略】土撥鼠肉味甘性平，雖肥而煠之無油味，多食難剋化，微動風。

賈銘《飲食須知》卷八《獸類》 凡煮羊肉，用杏仁或瓦片則易爛。同胡桃及萊菔煮則不臊。【略】

凡煮牛肉，入杏仁、蘆葉則易爛。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 燻肉煠肉醬肉，先去筋膜，淨切作寸段小塊，畧切碎路，肉上加荔枝，以葱椒鹽酒淹少時，用沸湯投下，畧撥動，急連湯取肉於器中養浸，以肉汁提清，入糟薑片，或山藥塊，或筍塊，同供元汁。

腰肚雙脆雞脆同前法，雞脆用胸子白肉，切作象眼骰子塊，仍切碎路如荔子皮，餘如前法。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 煠猪頭肉，用肉切作大塊，每用半水半酒，鹽少許，長段葱白，混花椒入硃鉢或銀鍋內，重湯頓一宿。臨供旋入糟、薑片、新橙橘絲，如要作糜，入糯米擂碎，生山藥一同頓。猪頭一隻，可作糜四分。

川猪頭，用猪頭不劈開者，以草柴火薰去延，刮洗極淨，用白湯煠，凡換湯煠五次，不入鹽。取出後，冷切作柳葉片，入長段葱絲、韭筍絲，或茭白絲，用花椒杏仁芝蘇鹽拌勻，酒少許灑之，蕩鑞內蒸，手餅卷食。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 蜜釀紅絲粉。用真粉入胚子搜和勻，用濃稻草灰汁或炭灰汁作湯，索粉於中，即成清鷄汁供。鷄絲或肉絲任用作點頭。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 水龍子，用猪精肉二分，肥肉一分，剁細，入葱椒杏仁醬少許，乾蒸餅末少許和勻，用醋着手圓之，以真粉作衣。沸湯下，纔浮便起清，辣汁任供。

黃雀去毛以頭及翅，和葱椒剁碎釀腹內，用好甜酒重湯，頓食酒內入鹽少許。

燒猪臟或肚，先用湯煠熟前物，入切碎蒜片并麄燥子，合鹽少許，就鍋內竹棒閣起，蓋鍋漫火燒之，鍋內仍用水一盞。

燒猪肉，洗肉淨，以葱椒及蜜少許鹽酒擦之。鍋內竹棒閣起，鍋內用水一盞，酒一盞蓋鍋。用大草把一箇燒，不用撥動。候過再燒草把一箇，候鍋蓋冷即熟。

燒鵝，用燒肉法，亦以鹽椒葱酒多擦腹內外，用酒蜜塗之入鍋內。餘如前法，但先入鍋時，以腹向上，後翻，則以腹向下。

劉基《多能鄙事》卷一《飲食類·糟醬醃藏法》

醃藏肉法

新猪肉切成段塊，用煠小麥滾湯淋過，控乾，每斤用鹽一兩，捺置缸中，三日一翻。半月後，用好酒糟醃兩宿出缸，用原缸滷淨洗，懸無烟處淨室中。二十日後半乾，以故紙封裹，用淋過淨灰，於大甕中一重灰一重肉埋訖盤蓋，置凉處，經歲如新。煠時以米泔浸一炊時，洗刷淨，下清水鍋中，盆蓋，慢火煠。候沸即徹薪停火一時，再發火煠滾住火，良久取出食。此法之妙全在早醃，須臘月前十日作，得臘氣乃佳，遲則不佳矣。牛羊馬驢等肉，皆可同此法。

臘肉法

肉三斤作一塊，每斤用鹽一兩，挼令勻，入缸醃數日。每日翻二三遍，却入酒醋中停，再醃三五日，日翻三五次。取出控乾，先備百沸湯一鍋，真麻油一器，

將肉逐塊罨入湯醢即提起，趁熱以油勻刷，掛烟頭熏之。日後再用臘糟加酒拌勻，再醃十日。諸肉並可依此法。

四時臘法

臘月醃肉滷，淨器收貯，泥封之。要用則取一椀臘水，一椀鹽三兩和勻，將肉去骨，切三指厚五寸闊，用鹽料勻拌半日，入滷水內浸一宿。次日，臘味與臘月者無異。

肉脯法

諸般獸肉皆可，一斤切作十六條，好酒一大盞，醋一盞，淨鹽四兩，馬芹、蒔蘿各少許，慢火熬酒醋乾收之。

醃豬舌

豬舌一斤，鹽半兩，酒一盞，川椒蒔蘿茴香各少許，細切葱白。醃五日，日翻三四次，用細索掛當風處，候乾，用紙袋盛掛之。

紅羊脯

肥羊肉十五斤，以半斤切作一條，用鹽十五兩，醃三伏時取出。糟三斤，鹽三兩拌勻，再醃三宿取出，不去糟。於竈上猛柴烟薰乾，次年五六月洗剥淨煮食。

鹿獐羊等肉

或作條或作片，去筋膜脂帶，每斤用鹽一兩，天氣暖則加一分半。醃半日，入酒一升半，醋一盞，經宿取出，焙乾。

牛羊肉

去骨打作小長條，精肥相間，三四條作一埵，布裹石壓經宿。每斤用鹽八錢，酒二盞，醃三五日，每日翻一次。醃至十日後，日曬至晚，復入滷汗，但汁盡爲度。候乾，掛厨烟上，臘月可造。

牛猪鹿脩

好肉去筋膜切作條，或作片，每二斤用鹽六錢半，川椒三十粒，葱三莖細切，阿魏、甘草同煮，頻焯去沫，候熟收之。又法：精肉一片，每二斤用鹽六錢半，川椒三十粒，葱三莖細切，一大碗同醃三五日，日翻六七次，曬乾。猪羊倣此。

醃鹿脯

淨肉十斤，去筋膜打作條，用鹽五兩，川椒三錢，蒔蘿半兩，葱白四兩，好酒二升，和肉拌醃，每日翻二次，冬三日夏一伏時。取出以索逐條穿，用香油搽，曬乾爲度。

又法：鹿獐肉皮去膜連脂細切，每二十斤用鹽二十兩，蕪荑二合，拌勻。用大羊肚一箇裝滿縫合，用挾夾定，於當風日處乾暴。

醃鹿尾

用刀剃去尾根上毛，剔去骨，用鹽一錢，蕪荑半錢，填其中，挾夾，風吹乾之。

夏月收肉法

凡諸般肉大片薄批，每斤用鹽二兩，細料物拌勻，勤翻轉，醃半日許。榨去血水，以香油抹過蒸熟，竹簽穿，懸烈日中曬乾收之。

又法：白麪搜和如捍餅麪劑，肉去骨切作塊如盞大，以麪裹油，缸浸，久留如新，麪仍可食。

夏月收熟肉法

以肉切作大塊，每斤用鹽半兩醃片時，入橘皮、蒔蘿、川椒末、酒醋，相肉多少，醬少許，同煮，至酒醋乾，以篩盛，烈日暴乾。

又法：用磁器盛肉頓鍋中，少著水燒滾，冷則再燒，乾則添水，令熱氣長不絶，可留二三日。

夏月煮肉停久法

每肉五斤用芫荽子一合，醋二升，鹽三兩，慢火煮熟，透風處放之。加酒椒葱同煮可也。

又法：橘花曬乾爲末，每暑月煮肉抄一匙煮之，可半月不壞，甚妙。

又法：用白礬少許同煮，亦可留數日。

水昌貔

精羊肉去皮脂薄批片，以鹽椒馬芹研好醋，澄去滓，醃一時，久攤篩上，烈日中暴乾。精猪肉亦可，夏月肉宜用此法。

肉豉法

猪肉精肥逐項切小塊，同羊脂微炒以酒醋水，用川椒、鹽、杏泥、碾砂、木香、椒皮一錢。先下肉於鍋內炒，次用豉薑橘絲馬芹，候炒乾焙收之。

又法：羊肉五斤連皮脇皆可，醋三升，芫荽子一合，絹袋貯，鹽二兩，酒三盞，蒜瓣三兩，同煮慢火養熟，壓成塊切，曬乾收之。

又法：精肉切塊或條，每斤用鹽半兩，酒醋各一椀，碾砂仁、良薑、椒葱橘皮

各少許，慢火煮汁盡，曬乾，可留三箇月。

鶉雀兔魚醬

右等治淨，每一斤用白鹽白麴末各四兩，葱三根切一寸長，酒三合，胡椒、蒔蘿、川椒、乾薑爲細末，各一錢，紅麴末二兩，同拌勻。每十斤入熟油十兩，再拌入餅，箬蓋泥封。臘月造，三月開著，四月熟。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》

燒肉品

筵上燒肉事件，羊腳煺熟燒，羊肋生燒，麞鹿腳煺半熟燒，黃牛肉煺熟燒，野雞脚兒生燒，鵪鶉去肚生燒，水扎兔生燒，苦腸蹄子，火燎肝，腰子，脅肉已上生燒。羊耳舌，黃鼠沙鼠，搭剌不花，膽灌脾並生燒。羊脇肪半熟燒。野鴨川鴈熟燒。督打皮生燒。全身羊爐燒。

右件除爐燒羊外，皆用簽子插於炭火上，蘸油鹽醬細料物，酒醋調薄糊，不住手勤翻，燒至熟，剥去麪皮供。

鍋燒肉，猪羊鵝鴨等，先用鹽醬料物醃一二時，將鍋洗淨燒熱，有香油遍澆，以柴棒架起肉盤合紙封，慢火焰熟。

剗燒肉，但諸般肉批作片，刀背搥過，滾湯蘸布紐乾，入料物打拌，上剗燒熟，割入堞，澆五味醋供。

釀燒魚，鯽魚大者，肚脊批開洗淨，釀打拌肉，杖夾燒熟供。

釀燒兔，只用腔子。將腿脚肉與羊脇縷切，饋飯一匙料物打拌，釀入腔內線縫合，杖夾燒熟供。

碗蒸羊，肥嫩者每斤切作片，籠碗一隻，先盛少水下肉，用碎葱一撮，薑三片，鹽一撮，濕紙封碗面，於沸上火炙數沸，入酒醋半盞，醬乾薑末少許，再封碗慢火養，候軟供。砂銚亦可。

煠肉品

煠諸般肉法，羊肉滾湯下，蓋定慢火養。○牛肉亦然不蓋。○馬肉冷水下，不蓋，入酒煠。○獐肉冷水下，煠七八分熟。○鹿肉亦然，煠過則乾燥無味。○駝峯駝蹄醃一宿，滾湯下一二沸，慢火養。其肉衝油，火緊易化，加地椒。○熊掌用石灰沸湯撏淨，布纏煠熟，或糟尤佳。○熊白批小段，焯微熟，同蜜食，多食破腹。○鹿舌尾冷水下，慢火煠，水少火慢不損味，做肉絲用。○鵝老鴈青鸘滾湯下，慢火養八分熟。○虎肉獾肉土肉埋一宿，鹽醃半日，下冷水煠半熟，換水加葱椒酒鹽煠熟。○煠硬肉用磁砂、桑白皮、楮實同下鍋立軟。○敗肉入阿魏同煠，如無用胡桃三箇，每箇鑽十數竅，臭氣皆入胡桃中。○煠驢馬腸無穢氣，候半熟漉出，用香油葱椒麪，盤內入胡桃三箇，換水煠軟。○煠肥肉，先用芝麻花茄花同物料調稀糊塗上，火炙乾，下鍋煠熟。

肉下酒

生肺，獐肺爲上，兔肺次之，如無，山羊肺代之。一具全無損者，使口咂盡血水，用涼水浸，再咂再浸，倒盡血水，如玉葉方可用。韭汁蒜泥酪生薑自然汁，入鹽調味，勻濾去滓，以濕布蓋肺。氷凘用灌袋。灌之務要充滿，就筵上割散之。

酥油肺，用獐兔肺，如無，羯羊肺亦可。依上去血水，用蜜酥加稠酪、杏泥、生薑汁同和，濾紐去滓，布蓋氷凘，筵前割散。

瑠璃肺，用殺羊肺，依上去血淨。用杏泥四兩，生薑汁四兩，酥四兩，蜜四兩，薄荷葉汁二合，酪半斤，酒一盞，熟油二兩。已上和勻，濾滓二三次，依前法灌至滿水凘，就筵割散。

水晶膾，猪皮刮去脂洗淨，每斤用水一斗，葱椒陳皮少許，慢火煮皮軟，取出細切如縷，却入原汁內再煮。稀稠得中，用綿子濾，候凝即成膾切之，醯醋澆食。○又法，鯉魚皮鱗不拘多少，沙盆內擦洗白，再換水濯淨，約有多少添水。加葱椒陳皮煮至稠粘，以綿濾淨，入鱞少許，再煮再濾。候凝即成膾，縷切，用韭黃、生菜、木犀、鴨子筍絲簇盤，芥辣醋澆。

魚鱠，魚不拘大小，鮮活爲佳。去頭尾肚皮，薄切攤白紙上晾片時，細切如絲，以蘿蔔細剉布紐作米，薑絲少許，拌魚鱠入堞飣作花樣，簇生香菜芫荽，以芥辣醋澆。○將魚頭尾煮薑辣羹，加菜頭供，浙西人謂之燙鱠羹。

鱠醋，煨葱四莖，薑二兩，榆仁醬半盞，椒末二錢，一處擂爛，入酸醋內加鹽并糖，拌鱠用之，或減薑半兩，加胡椒一錢。

肝肚生，精羊肉并肝，薄切攤紙上，血盡縷切。韭、芫荽、蘿蔔、薑絲，用膾醋澆。炒葱油抹過，肉不腥。

聚八仙，熟雞爲絲，襯腸焯過剪爲線。如無，熟羊肚針絲，熟蝦肉熟羊肚胘細切，熟羊舌片切，生菜油鹽揉糟，薑絲、熟笋絲、藕絲、香菜、芫荽簇堞內，鱠醋澆。或芥辣，或蒜酪，皆可。

假炒鱔，羊膂肉批作大片，用豆粉白麪，表裏勻糝，以骨魯搥拍，如作湯臠相似，蒸熟放冷。斜紋切之。如鱔生用，木耳、香菜簇飣，鱠醋澆作下酒。縱橫切

皆不可，唯斜紋切爲製。

曹家生紅，羊膂肉四兩細切，熊白一兩，如無，肚胘代。糟薑絲半兩，水晶鱠半兩，酥二錢，蘿蔔絲、嫩韭、香菜簇，鱠醋澆。

水晶冷淘膾，猪夾脊皮三斤淨，及腠刷淨，入鍋添水，令高於皮三指。急火煮滾，却以慢火養，伺耗大半，即以杓撇清汁，燒大漆單盤內，如作煎餅，乘熱摇蕩，令遍滿盤底。候凝揭下，切如冷淘，簇生菜韭笋蘿蔔等絲，五辣醋澆之。

肉灌腸紅絲品

松黄肉絲，用麵醬或榆仁醬研爛，入薑汁、醋，松子研爛，芥末等濾去滓，調和得所，入鹽喫。肉入黄瓜絲，名黄瓜肉絲。

韭酪肉絲，稠酪入，細切生韭，蒜泥鹽少許，攪匀，澆肉食。

灌肺，羊肺帶心一具，洗乾淨如玉葉，用生薑六兩，取自然汁，如無，以乾薑末二兩半代之。麻泥、杏泥共一盞，白麪三兩，豆粉二兩，熟油二兩，一處拌匀，入鹽肉汁，看肺大小用之，灌滿煮熟。○又法，用麪半斤，豆粉半斤，香油四兩，乾薑末四兩，共打成糊，下鍋煮熟，依法灌之，用慢火煮。

湯肺，肺一具生切作條或塊，用薑四兩，取自然汁，杏泥二兩，醬一匙，頭鹽錢半，打拌淹肺，下滾肉汁內，兩滾便盛供。

灌腸，肥羊盤腸并大腸洗淨，每活血杓半，涼水杓半，攪匀，依常法灌滿。活血用水旋對，不可多了，多則凝不能灌入。

肉下飯品

千里肉，連皮羊浮脇五斤，醋三升，葫荽子一合，絹袋盛，鹽三兩，酒三盞，蒜瓣三兩，同煮，慢火養熟，壓成塊切，晒曬乾。

乾鹹豉，精羊肉每斤切作塊，或挺子鹽半兩，酒醋各一椀，砂仁、良薑、椒、葱、橘皮各少許，慢火煮汁盡，曬乾，可留百日。

法煮羊頭，撏燎淨，下鍋煮，入葱五莖，橘皮一片，良薑一塊，椒十餘粒，滾數沸，入鹽一匙尖，慢火煮熟，放冷切作片。臨食木椀盛酒灑，蒸熟入楪供，勝燒者。作簽亦佳。羊棒臆尾靶皆可製。

法煮羊肺，切爲數段晾洗，入沙罐煮，用生薑三片，良薑椒鹽各少許，葱三莖，候半熟，再切細，添些酒再煮軟供。羊肚托胎握，濕紙塞罐口，勿泄味。慢火煨，候硬髓皆可，禁中謂雜遝。

牛肉瓜薑，每十斤切作大片，細料物一兩，鹽四兩，拌匀醃過宿，次早翻動，再醃半日，控出。此春秋醃法。夏伏醃半日，冬醃三日，控乾，用香油十兩煉熟，傾肉下鍋，不住手攪，候油乾，傾入醃滷再炒，用釅醋傾入，上指半高，慢火熬五六滾，下醬些，小慢火煮令汁乾，漉出，篩子攤曬，乾爲度。如要久留，肉每斤用鹽六錢，酒醋各半盞，經年不壞，猪羊皆可。

骨炙，帶皮羊脇每枝截兩段，用磁砂末一捻，沸湯浸，放温，蘸炙急翻，勿令熟，再蘸再炙，如此三次。好酒畧浸，上鐘一翻便可食。凡猪羊脊膂麅兔精肉，用羊脂包炙之。

紅燒腊，夾精帶肥，每段約三斤，涼水浸一二時，燒滾下鍋。用葱三莖，川椒茴香各三錢，煮兩三沸漉出，用石壓去油水，切作大片。皂角汁合漿水洗，再以温水淘淨，肉汁澄清，入醬下鍋，却放肉煮，不用蓋。用大料物兩半，紅麴半兩，慢火燒軟，掠去油末，將肉漉出，控乾調汁，滋味得所。下白礬末紫小撮，起渾脚澄清。別碗裝肉汁，澆葱絲供。

川炒雞，每隻洗淨，剁作事件，煉香油三兩，炒肉，入葱絲鹽半兩，炒七分熟。用醬一匙，同研爛胡椒川椒茴香，入水一大碗，下鍋煮熟爲度，加好酒些小爲妙。

燒鵝鴨，每隻洗淨，煉香油四兩，爐變黄色，用酒醋水三件中停浸，没入細料物半兩，葱三莖，醬一匙，慢火養熟爲度。

鵪雀兔魚醬，洗淨，各別置之，每斤料用白鹽麵末四兩，葱三莖，切一寸長，酒三合，胡椒、蒔蘿、川椒、乾薑，並爲細末，各一錢，紅麵末二兩，同拌匀。每十斤入熟油六兩，再拌，入餅裝，箬蜜泥封。臘月造，三月開，四月熟。唯魚醬加葷撥半錢。

一了百當，牛羊猪肉共三斤剁爛，鰕米□淨半斤，搗爲末。川椒、馬芹、茴香、胡椒、杏仁、紅豆各半兩，爲細末。生薑細切十兩，麪醬斤半，臘糟一斤，鹽一斤，葱白一斤，蕪荽細切二兩。用香油一斤煉熟，將上件肉料一齊下鍋炒熟，候冷裝磁器內封蓋，隨食用之。亦以調和湯汁，尤佳。粘合平章常用。

馬駒兒，馬核桃腸洗淨翻過，將馬肉羊肉同川椒、陳皮、茴香、生薑、葱、榆仁、醬一處剁爛，裝入腸內。每箇核桃裝滿，線扎煮熟，就筵上割塊，又入芥末肉絲食之。

盤兔，肥者一雙，煮七分熟。折開縷切。用香油四兩煉熟下肉，入鹽少許，葱絲一握，炒片時，却將元汁澄清下鍋滾二三沸，入醬些小，再滾一二沸，調麪仁、醬一處剁爛，裝入腸內。每箇核桃裝滿，線扎煮熟，就筵上割塊，又入芥末肉絲，更加活血兩杓，滾一沸，看滋味添鹽醋少許。若與羊尾羊腦縷切同炒，尤妙。

署兔，剥皮去腸肚等，用成塊，良薑、橘皮、川椒、茴香、葱并蘿蔔五七塊填腹中。杜硝一塊在口内，用水一大碗，入酒醋鹽油各少許，於鍋内安杖子閣兔，勿令着水。瓦盆蓋紙糊合縫，勿走氣煮。覺水滾溢扯火，溢過再燒一食久，即熟矣。

粉骨魚，鯉魚洗淨，勿切碎，鹽醃控乾，以葛蔓釀抹魚腹，煎令皮焦，放冷。用水一大碗，蒔蘿川椒各一錢，馬芹橘皮各二錢，細切。糖一兩，豉三錢，鹽一兩，油二兩，酒醋各一盞，葱一握，醬一匙，楮實末半兩，攪勻。鍋内用箬葉鋪，將魚頓放，箬覆蓋，傾下料物水浸没，盤合封閉，慢火養熟，其骨皆酥。

肉羹食品

骨插羹，羊肥肋每枝截五段，每斤用水二碗，煮轉色，下淘淨碎白粳米兩匙，葱三握，侯肉半軟，下去皮山藥塊三之一，攪勻，令上下濃戀。俟米軟，入酒半盞，鹽半錢，乾薑末少許，醋半杓，更入少乳餅、笋簪尤佳。鷄鵝鴨鴒亦同此製造。

蘿蔔羹，羊肉一斤，骰塊切，蘿蔔半斤如上切。水一二碗，葱三莖，川椒三十粒，慢火煮，入乾薑末一稔，鹽酒醋各少許，軟爲度。

炒肉羹，羊精肉切爲縷，腎肫脂骰塊切，二兩。葱二握，水四碗，先燒熱，下肉葱，入酒醋調和。肉軟，下脂薑末少許。

假鱉羹，肥雞煮軟去皮，絲擘如鱉肉。黑羊頭煮軟，絲擘如裙欄。鴨子黄與豆粉搜和爲卵焯熟，用木耳粉皮襯底，面上對裝。肉湯蕩，好湯澆，加以薑絲菜頭供之，加乳餅尤佳。

劉基《多能鄙事》卷一《飲食類・造酢法》

海棠鮓

猪羊肉皆可造，須盡去皮骨，沸湯焯過細切。每肉一斤用鹽一兩，葱白五莖爲絲，香油半兩，微煎炒之，入川椒馬芹各一錢，紅麴三錢，小麥黄一兩，並爲末，酒醋各半盞，粳米飯三匙，一同拌勻，入磁封固之。冬半月，夏七日熟。

黄雀鮓

每雀百枚治淨，用酒半升洗拭乾，不犯生水。用麥黄蘗，紅麴各一兩，鹽半兩，葱絲拌勻，將雀逐箇平鋪罐内，以料物糝一層裝滿，用箬蓋竹篾插。候滷出傾去，入醇酒，密封泥固之。

鵝鮓

肥鵝用淨肉細切，每五斤入鹽二兩，酒一大椀，醃過宿，去滷。用葱絲二兩，薑絲四兩，橘皮絲一兩，椒皮末半兩，蒔蘿、茴香、馬芹各少許，紅麴末一合，酒半升，拌勻，入罐實捺，箬封竹插，泥固之。猪羊精肉皆可依此。

金溪鮓

鵝鴨肥者皆可，治淨肉薄切，以四分爲率，入猪脂一分，每斤炒鹽八錢，葱白十莖切絲，馬芹川椒末各半錢，紅麴二錢，粳米飯三匙，醋半合，同和勻，入餅封之。

逡巡鮓

諸般皆可，但淨肉薄切，入圓椒、馬芹、杏仁、薑橘葉、花鹽、米粉、紅麴拌勻，用笋簟裹，入甑蒸，半熟取出，以醋少許，鍋内炒過可用。

羊内鮓

精羊肉一斤細切，用鹽一兩，紅麴末一兩，馬芹、葱、薑絲隨意多少，飯一掬，温漿水洒，拌勻入罐緊捺，以箬笋簟蓋。春夏日暴，秋冬火煨五日熟。

劉基《多能鄙事》卷二《飲食類・烹餅法》

法煮羊頭

羊頭治淨下鍋煮，入葱五根，橘皮一片，良薑一塊，椒十餘粒，滾數沸，入鹽一匙尖。慢火煮熟，放冷，切作片。臨食以木盆盛，酒灑蒸熟，入碟供，勝燒者。羊膀臆尾皆可製。

煮猪羊以故打鼈土篾一把同煮，立軟。

煮臘肉過梅後必塵，可隔箬以田中泥盒一宿，次日洗淨而煮，則味美而色白。

法煮羊肺

羊肺切爲數段，掠入砂罐煮，用生薑三片，良薑椒鹽各少許，葱三握，濕紙塞罐口勿泄味。慢火煨，候半熟，再切細，添些酒再煮軟供。羊肚托胎硬髓皆可，禁中謂之雜溫。

雞子線

薄酒鍋中煮沸了，以雞子開竅入鹽，用箸攪勻，旋傾令如線，以酒供之。

肉鹽

每牛羊肉十斤切作大片，細料物一兩，鹽四兩，拌勻醃過宿，次日翻轉，再醃半日，控出，此是春秋醃法。夏伏醃半日，冬醃三日。控乾，用香油十兩煉熟，傾肉下油鍋，不住手攪，候油乾入醃鹵，再炒用釀醋傾肉上，指半高，慢火熬三五十滾，下醬些，小慢火煮，令汁乾漉出，篩中攤曬，乾爲度。若欲久留者，每斤用鹽六錢，酒醋各半盞，可留經年不壞。諸肉皆可造。

骨炙

帶皮羊脇，每枚截作兩段，用礪砂末一捻，沸湯浸放，温醋炙急翻，勿令熟，再蘸再炙，如此三次。好酒署浸，上鏟一翻，便可食。

凡猪羊脊膂，獐兔等肉，用羊脂皮膜包炙之。

紅熼腊

精帶肥肉每段約三斤，涼水浸一二時，燒滾下鍋，用葱三根，川椒回香各三錢，煮二三沸，漉出。用石壓去油水，切作大片。皂角汁合漿水洗，再以温水淘淨。肉汁澄清，入醬下鍋，却放肉煮，勿蓋。大料物一兩半，紅麴半兩，慢火熼軟，掠去油沫。將肉漉出控乾，調汁，滋味得中。下白礬末少許去渾脚，別碗裝肉汁，澆葱絲。

川炒雞

每隻治淨，切作事件，煉香油三兩炒，内入葱絲，鹽半兩，炒七分熟，以醬一匙，同研爛胡椒回香，入水一大碗，下鍋煮熟，加好酒少許。

熼鵝鴨

每隻治淨，煉香油四兩爐變黄色，用酒醋水三件中停浸，没入細料物半兩，葱三根，醬一匙，慢火養熟。

馬駒兒

馬核桃腸淨洗翻過，將馬羊肉同川椒、橘皮、回香、生薑、葱、榆仁醬一處剁爛，裝入腸内，綿扎。煮熟劃塊，入芥末供之。

盤兔

肥兔一隻煮七分熟，拆開細切，用香油四兩煉熟，下肉，入鹽葱絲一掬炒片時。將汁澄清，下鍋滾二三沸，入醬些少。再滾一二沸，調麪絲，更加活血酌杓，滾一沸，看滋味添鹽醋。若用羊尾羊腰縷切，同炒尤佳。

醬兔

兔剥去皮及腸肚等以成塊，良薑、回香、川椒、橘皮、葱并蘿蔔五七塊填腹中，矾硝一塊在口内。以水一大碗，入酒醋鹽油各少許，於鍋内安杖子閣兔，勿令着水。瓦盆蓋，紙糊合縫，勿走氣煮。覺水滾，扯火溢過，再燒一食久即熟。

生肺

獐兔爲上，羊肺次之，全無損者一具，使口咂盡血水，用凉水浸，再咂再浸，倒盡血水，方可。用蒜泥、韭汁酪、生薑自然汁，入鹽調味勻，濾去滓，以濕布蓋肺水沉，用罐袋灌之。

酥油肺

獐爲上，兔次之，羊又次之。依上去血水，用蜜酥加稠酪、杏泥、生薑汁同和，濾紐去滓，布蓋水沉罐袋灌之。

琉璃肺

羯羊肺，依上去血水，用杏泥、生薑汁、酥蜜各四兩，薄荷葉汁三合，酪半斤，酒一盞，熟油二兩，和勻，濾二三次，依灌之。

水晶鮓

猪皮刮去脂淨洗，每斤用水一斗，葱椒橘皮各少許，慢火煮皮軟，取出細切，却入原汁内再煮。稀稠得中，用綿濾，候凝切之，醋澆食甚美。

生肝肚

精羊肉并肚薄批，攤紙上，挹盡血水，切如絲。羊百葉亦一般切，簇嫩韭、芫荽、蘿蔔、薑，用鮓醋澆。炒葱油抹肉不腥。

聚八仙

熟雞爲絲，槭腸淳過剪爲線，無亦可。熟羊肚細切，熟鰕肉并熟羊舌片切，生菜油鹽揉，糟薑絲、熟筍絲、藕絲、香菜、芫荽、簇碟内，鮓醋或芥辣醋，或蒜酪澆之。

水晶冷淘膾

猪皮三斤刮淨入鍋，用水高皮三指，急火煮滾，却以慢火養俟耗大半，即以杓撇其清汁，澆大漆盤内，如作煎餅乘熱搖蕩，令遍滿盆底。候凝揭下，切如冷淘，簇生菜、韭、笋、蘿蔔等絲，辣醋澆之。

鍋燒肉

猪羊鵝鴨等先用鹽醬料物醃二時，將鍋淨洗燒熱，用香油遍澆，以柴架起肉盆，合紙封之，慢火煨熟。

劉燒肉

諸般肉批片，搥過滾湯，醋布紐乾，入料物伴上劉，不住手翻轉熟之。

燒肉事件

羊膊煑熟燒，羊肋生燒，黃牛肉煑熟燒，獐鹿膊煑半熟燒，鵪鶉去肚生燒，野鴨鴈熟燒，羊娇昉半熟燒。腰子，水扎兔，苦腸蹄子，火燎肝，黃雀，砂雀，臍肉，羊耳舌，已上生燒。

右俱用簽插於炭火上，蘸油鹽醬料物酒醋，調薄糊燒，不住手翻轉，至熟，剥去麪皮供。

熟灌肺

羊肺洗淨，用生薑六兩取自然汁，麻泥杏泥共一盞，白麪三兩，豆粉熟油各二兩，拌勻入鹽，灌滿煑熟。

湯肺

肺一具生切作條或塊，用生薑四兩取自然汁，杏泥二兩，醬一匙，頭鹽一錢半，鹽醃，下滾肉汁內，兩滾便熟。

灌腸

半盤腸并大腸洗淨，每血杓半，涼水稱之攪勻，依常法灌滿活血，則旋旋對，不可多，多則凝灌不入。

紅絲飪飥

生蝦研自然清汁和麪，依常法搜造飪飥。別用雞白肉研爛和丸，蝦粕煎汁，合湯澆食。

紅絲

活血兩碗，涼水碗半，對攪須臾，自凝劃開，入湯煑。

油肉穰茄

茄十箇去蔕，切開頂，剜去穰，更用茄三箇切碗，與空茄一處籠肉蒸熟取出。將空茄油內煠明黃色漉出，將破茄三箇研作泥，用精羊肉五兩作臊子用，松子仁五十箇切破，鹽醬薑各一兩，葱橘絲拌，葱醋浸。用油二兩，將料物與肉一處炒熟，再將茄拌勻，裝入空茄中，蒜酪食之。

油肉豉茄

茄十箇去蔕，切作兩半錢厚，油煠黃漉出。用精羊肉六兩切碎，油二兩，將肉炒熟。用生薑一兩，橘皮三片，各切絲，葱絲二掬，鹽、醬各一兩，醋少許，將物料茄肉同拌，蒜酪食。

煑凍雞法

雞依法治淨，切大塊，微炒過。淨羊頭一箇，同入釜煑熟。入鹽筆，去羊頭，漉出於磁器內，以油紙再重封密，沉井底，如冬月者。

乾肉醢

精肉沸湯淖過，切骰子塊，猶以豬羊脂煎令微熟，別換汁，入酒醋椒杏葱料鹽醬煑乾，取出焙燥，久留不壞。

煑諸肉法

老羊肉同瓦片煑即易爛。羯羊以胡桃數枚，鑽孔煑之，不臊。凡煑羊以醬晷浸了，白茯苓末同煑極妙。

狸肉以胡桃煑之，去臊。

淡蛤蜊之類，以燈心五七莖同煑，則柱不黏。

敗肉以胡桃或稻草，入阿魏同煑亦可。

老雞以查子煑之。

素羹入榧子肉煑之甚妙。

牛羊肉須滾湯下，蓋定慢火養熟。

馬肉冷水下，不蓋，入酒煑。

獐鹿肉冷水下，煑八分熟，煑過則無味。

熊掌用石灰沸湯樑淨，布纏煑熟，或糟之亦佳。

熊白批小段，淖過微熟，同蜜食，多食破腹。

鵪老鴈魚鷹之類，滾湯慢火養八分熟。

虎羆肉土埋一宿，鹽醃半日，下冷水煑半熟，換水，加葱椒鹽酒同煑。

煑硬肉用磁砂、桑白皮、楮實同下鍋，立軟。

肥肉先以芝蘇茄花同料物，調稀糊塗肉，火炙乾，却下鍋煑。

煑驢馬腸，候半熟漉出，同香油葱椒麪，盆內入胡桃一箇，換水煑則無臭氣。

劉基《多能鄙事》卷二《飲食類・回回女真食品》

海螺斫

雞卵二十箇打破攪勻，以羊肉二斤細切，入細料末半兩銼碎，葱十莖香油炒，作肉燥，攪入卵汁令勻。用酒半盞，豆粉二兩調糊，同前肉燥再攪勻，傾入瓶內，箬扎口，滾湯內煑熟。伺冷，破瓶取出，切片，酥蜜澆食。

哈里沙

小麥一椀搗去皮，牛肉四五斤或羊肉，同煮糜爛，入椀攤開，加松子仁、羊尾油澆，同黃燒餅供。

河西柿

連心羊肺一具浸淨，以豆粉四兩內汁破開，麪四兩韭汁破開，蜜三兩，酥半斤，松子胡桃去皮淨十兩，研細濾去滓，和勻灌肺滿，下鍋煮熟，單盤盛托至筵前，刀割，楪內先澆灌肺餘汁，入麻泥煮熟，作受賜。

蒸羊眉突

羊一口燔淨，去頭蹄腸肚，打作事件。用地椒、細料酒、醋調勻澆肉上，浸一時許，入空鍋內，柴棒架起，盤合泥封，發火勿緊，候熟，椀內另供原汁。

宋濂《元史》卷一〇《世祖紀七》 〔至元十五年〕冬十月己未，享于太廟，常設牢醴外，益以羊、鹿、豕、蒲萄酒。

金幼孜《北征録》卷一 〔永樂八年三月〕十六日五鼓，發凌霄峰。【略】遂下馬略休息，忽有軍師過，見予三人亦下馬同坐草間，問駐蹕處。亦不知，乃取羊肉、淹鵝、餅同食。【略】峽中行十餘里，途窮復四穿過數山，忽遇刑部侍郎金純，要予下馬息山間食麪。忽寧陽侯至，要予三人同金侍郎至營，午飡，食黃羊、天鵝。適其新射得野馬，就爓食，飲燒酒兩盃。

解縉等《永樂大典》卷二四〇五《酥》 灌肺酥，《食經》諸品用獐鹿肺，如無，羯羊肺亦可。依上去血水，用蜜酥加稠酪、杏泥、生薑汁同和，濾紐去滓，布蓋水沃，莚前割散。

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四五《風俗・時令》 〔正月〕五日忌出門，以新肉置釜中炭火炙之，或以麻豆，名曰迸窮。

鄺璠《便民圖纂》卷一四《製造類上》 煮諸肉。牛肉猛火煮至滾，便當退作慢火，不可蓋，蓋則有毒。若老牛肉，入碎杏仁及蘆葉一束同煮，易軟爛。○馬肉冷水下，入葱酒煮，不可蓋。○羊肉滾湯下，蓋定慢火養熟。若老羊同瓦片煮則易爛，羝羊同核桃煮則不臊。○豬羊肉以舊籬上篾一把，入鍋同煮立軟。○獐肉冷水下，煮不宜過，過則乾燥無味。○鹿肉宜與肥豬、羊肉同煮，以鹿肉乾燥，借其油味浸入，令肉性滋潤。煮不宜過，滾水下。○兔肉鹽醃一宿，冷水下，加葱椒，宜蘿蔔製，亦可與肥肉同煮。若煮太熟，則肉乾無味。○老鷄鵝鴨，取猪胰一具切爛同煮，以盆蓋定，不得揭開，約熟爲度，則肉軟而汁佳。或用櫻桃葉數片煮老鵝，赤餳糖兩塊煮老鷄，皆能易軟。○煮陳臘肉同。

燒肉。猪羊鵝鴨等，先用鹽醬料物醃一二時。將鍋洗淨燒熱，用香油遍澆。以柴棒架起肉盆，令紙封，慢火燒熟。

四時臘肉。收臘月內醃肉滷汁，淨器收貯，泥封頭。如要用時，取滷一碗，加臘水一碗，監三兩。將猪肉去骨，三指厚五寸闊段了，同鹽料末醃半日，却入滷汁內浸一宿。次日，其肉色味與臘肉無異。若無滷汁，每肉一斤，用鹽半斤醃二宿，亦妙。煮時，先以米泔清者，入鹽二兩，煮三沸，換水煮。

收臘肉法。新猪肉打成段，用煮小麥滾湯淋過，控乾。每斤用鹽一兩擦拌，置瓮中，三二日一度翻，至半月後，用好糟醃一二宿。出瓮，用元醃汁水洗淨，懸於無煙淨室。一二十日以後，半乾半濕，以故紙封裹。用淋過淨灰，於大瓮中，一重灰一重肉，埋訖盆合，置之凉處，經歲如新。煮時米泔浸一炊時，洗刷淨，下清水中鍋，上盆合，土擁慢火煮。候滾即撤薪，停息一炊時，再發火再滾，住火，良久取食。此法之妙，全在早醃，須臘月前十日醃藏，令得臘氣爲佳，稍遲則不佳矣。牛羊馬等肉，並同此法。如欲色紅，須纔宰時，乘熱以血塗肉，即顏色鮮紅可愛。

夏月收肉。凡諸般肉，大片薄批，每斤用鹽二兩，細料物少許拌勻，勤番動。醃半日許，榨去血水，香油抹過蒸熟，竹簽穿，懸烈日中，曬乾收貯。

夏月煮肉停久。每肉五斤，用胡荽子一合，醋二升，鹽三兩，慢火煮熟，透風處放。若加酒葱椒同煮，尤佳。

淹鵝鴨等物。掃淨，於胸上剖開，去腸肚。每斤用鹽一兩，加川椒、茴香、蒔蘿、陳皮等，擦淹半月後，曬乾爲度。

醃鴨卵。不拘多少，洗淨控乾，用竈灰篩細，二分鹽一分拌勻。却將鴨卵於濃米飲湯中蘸濕，入灰鹽滾過收貯。

造脯。歌括云：不論猪羊與犬牢，一斤切作十六條。大盞醇醋小盞醋，馬芹蒔蘿入分毫。揀淨白鹽秤四兩，寄語庖人慢火熬。酒盡醋乾方是法，味甘不論孔聞韶。

牛腊鹿脩。好肉不拘多少，去筋膜，切作條，或作段。每二斤用鹽六錢半，川椒三十粒，葱三大莖細切，酒一大盞，同淹三五日，日翻五七次，曬乾。猪羊倣此。

蒸猪肉法。淨擦猪訖，更以熱湯遍洗之，毛孔中即有垢出，以草痛搓。如此

三遍，刷洗令淨。四破於大釜煠之，以杓接取浮脂，則著甕中，稍稍添水，數數接脂。脂盡漉出，破爲四方寸臠，易水更煠。下酒二升，以殺腥臊，清白皆得，若無酒以酢漿代之。添水接脂，一如上法。脂盡無復腥氣，漉出板。初於銅鍋中蒸之，一行肉一行擘葱、渾豉、白鹽、蓋椒，如是次弟布訖，下水蒸之。肉作琥珀色乃止，恣意飽食，亦不餉，鳥驛切乃勝燠肉。欲得着冬瓜甘瓠者，於銅器中布肉時下之，其盆中脂練白如珂雪，可以供餘用者爲。

搗鴈鴨。大者一隻搗淨，去腸肚，以榆仁醬肉汁調。先炒葱油，傾汁下鍋，入椒數粒，後下鴨子。慢火煠熟，拆開，另盛湯共鴈。鴨鷄同此製造。

造鴈鮓。肥者二隻去骨，用淨肉。每五斤細切，入鹽三兩，酒一大盞，淹過宿。去滷，用葱絲四兩，薑絲二兩，橘絲一兩，椒半兩，蒔蘿、茴香、馬芹各少許，紅麴末一合，酒半升，拌勻，入鐘實捺，箬封泥固。猪羊精者，皆可似此治造。

沈周《石田雜記》 炒豬腸，用荸薺如藥飲片切了，曬乾爲末。臨炒時，撒末子在内，不要蓋鍋，待熟傾白酒些少，則肥美。

煠老雞鵝，凡殺過，置在淨處，待其肉冷，然後焊毛，煠之易爛如嫩者。至，涉句不得食。縣令具舟迎之，令嘗餽牛炙、白酒。戴炙，柳宗元《饗軍堂記》：燔鮀戴炙之物，均飫於卒士。駝峰，《西陽雜俎》云：將軍曲良翰能爲驢駿駝峰炙。杏炙，又云飲食有杏炙盡炙。炮炙，張説《宴薛王山池序》云：炮炙薰林唐。

王可大《國憲家猷》卷四八《方技一》 煠羊有數法，獨酥黄世難得之。熟羊截片，研椹子、杏仁、和醬，拖麪煎之。且自侈爲甚妙。詩云：雪翻夜鉢裁成玉，春化寒酥剪作金。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》 煠老鷄鵝，殺過，安淨處，待其肉冷，滑毛，煠方易爛。

明王大可《國憲家猷》卷四九《方技二》 曬乾荸薺爲末，炒豬腸不宜蓋鍋。縻爛。

明王大可《國憲家猷》卷四九《方技二》 煠羊肉，槌真杏仁數枚煠，骨亦熟時少烹白酒，脆美。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》 煠肉亦有火候。東坡所謂慢着火，少着水，火候足時他自美。又黄昇日食鹿肉二斤，自晨煠至日西下，則曰火候足矣。

食品烹飪總部・肉食部・紀事

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》 燒鵝。洗肉淨，以鹽柳葱酒多擦腹内，外用酒蜜塗之。鍋内竹棒閣起，鍋内用水一盞，酒一盞。蓋鍋用濕帋封縫，乾則以水潤之。用大草把一個燒，不用撥動。候過，再燒草把一個，住火。飯頃，以手候鍋蓋冷，開蓋，翻鵝再蓋。以濕帋仍前封縫。再燒草把一個，候鍋蓋冷，即熟。入鍋時，以腹向上，後翻，則以腹向下。

汪宗姬《儒函數類》卷二七《八類・八之一》 八珍，《禮記・内則》：淳熬，煎醢加於陸稻上；沃之以膏，曰淳熬。淳母，煎醢加於黍食上，沃之以膏，曰淳母。炮，取豚，若將刲之，剖之，實棗於其腹中，徧塗以苴之塗，而以謹塗炮之塗皆乾，擘之，濯手以摩之，去其皽爲稻粉，糔溲之以爲酏，以付豚，煎諸膏，膏以滅之，鉅鑊，湯以小鼎，寘鑊内於其中，使其湯毋滅鼎。三日三夜毋絶火，而後調之以醢醢。擣珍，取牛羊麋鹿麕之肉必胨，每物與牛若一捶反側之，去其餌，孰出之去其皽，柔其肉潰，取牛肉必新殺者，薄切之，必絶其理，湛美酒期朝而食之以醢，若醢醷爲熬，捶之去其皽，編萑布牛肉焉。屑桂與薑以灑諸上而鹽，乾而食之。施羊亦如之，施麋、施鹿、施麕，皆如牛羊，欲濡肉則釋，而煎之以醢飲，乾肉則捶而食之糝，取牛羊豕之肉三如一，小切之與稻米，稻米二肉一合以爲餌。煎之肝膏，取狗肝一幦之，以其膏濡炙之舉燋，其膏不蓼，取稻米舉糔，溲之小切，狼臅膏以與稻米爲酏。續《東軒雜録》八珍，猩脣、鯉尾、熊蹯、豹胎、駝峰、鱉裳、鹿炙、豕膘。

郎瑛《七修類稿》卷四七《事物類・食用製法》 【略】又蒸過乾冬菜，同肉炒亦然。

郎瑛《七修類稿》卷四七《事物類・食用製法》 曬乾荸薺爲末，炒豬腸，不宜蓋鍋，熟時少烹白酒，脆美脆美。

吴正倫《養生類要後集》 法製豬肚方。補老人脾胃不足，虚羸乏力。

豬肚一具洗淨，人參五錢，乾薑一錢泡，川椒一錢炒出汗，去口不開者，葱白五莖去鬚切，粳米五合。

右藥研爲末，以米合和相得，入豬肚内縫合，勿令泄氣。以水五升，用砂鍋内，慢火煮令極爛。空心服之，次飲酒三五盃。

牛髓膏。用熟牛脂骨内髓四兩，核桃仁去皮，二兩。

右二味和，擣成膏，空心食，入少鹽。大能補腎，消痰極效。

汪珂玉《古今鹺略補》卷一《生息》《異物志》杭子音元，鹽鴨子也，杭木皮汁和鹽漬之。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・膾一北堂書鈔》細者爲膾。《禮記》云：肉腥細者爲膾，大者爲軒。鄭玄注云：言大切細切，異名也。切之爲膾。凡牛與羊魚皆可膾而切之爲膾。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・鯖北堂書鈔》五侯鯖。《語林》云：婁護字君卿，歷遊五侯之門，每旦，五侯遣餉之，若卿乃合五侯所餉鯖之而美，所謂五侯鯖，君卿之爲也。醒酒鮪。《齊書》云：武帝就虞悰求諸飲食方，悰秘不出。上醉，後體不快，悰乃獻醒酒鯖鮮一方而已。

俞安期《唐類函》卷一七八《食物部三・煎和二白帖》春膳膏蘇。凡用禽獸，春宜羔豚膳膏蘇。注：蘇，牛脂。夏膳膏臊。夏宜腒鰒，膳膏臊。注：臊，犬脂也。腒，乾雉也。鰒，乾魚也。秋膳膏腥。秋宜犢麑，膳膏腥。腥，豬脂。冬膳膏羶。冬宜鮮羽，膳膏羶。注：羶，羊脂也。鮮，魚也。羽，鴈也。膳謂脂膏煎和。捶而食之。乾肉則捶而食之。醯以柔之。切葱若薤，實醯以柔之。《禮》

卓明卿《卓氏藻林》卷四《飲食類》燔炙、燔用肉，炙用肝，或燔或炙。

卓明卿《卓氏藻林》卷四《飲食類》春行羔豚膳膏香，夏行腒鰒膳膏臊，秋行犢麑膳膏腥，冬行蠯羽膳膏羶。行，用也。膳，治也。羔，羊子。豚，豕子。膏香治以牛脂也。腒，乾雉。鰒，乾魚。膏臊治以犬脂也。犢、牛子。麑，鹿子。膏腥治以雞脂也。蠯，魚也。羽，鴈也。膏羶治以羊脂也。王者之養，必順其節，煎和之味，亦各有所宜也。

卓明卿《卓氏藻林》卷四《飲食類》擊鮮，鮮，新殺之肉也，謂擊殺牲宰，與我食鮮也。鳧羔，烹羊鳧羔。

劉胤昌《劉氏類山》卷三《膳饈》糝食，牛羊豕肉三如一，小切之，與稻米肉一合以爲餅。

張位《洪陽張先生警心類編》卷一《懲忿編・飲食紳言》唐張易之兄弟侈於食，競爲殘酷。爲大鐵籠，置鵝鴨於內，當中起炭火，銅盆貯五味汁，鵝鴨遶火走，渴即飲汁，火炙痛即迴。表裡皆熱，毛落盡肉赤乃死。昌宗以其法作驢炙。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合禽部》地羊家鹿

南人食犬呼地羊，廣人食鼠呼家鹿。

鼠脯

北方層冰之下，有鼠食冰，肉重千斤，爲脯足以禦熱。

雲師雨師

霍山有雲師如蠶，長六寸，似兔。雨師似蛹，長七八寸，似蛭。雨雲之時，出在石上，肉甘，可熟而食。

追復脯

西北荒有追復脯，其味如麋，食一片復一片。

小兒臂

臨海有肉，大如小兒臂，長五寸，中有腹無口，堪作炙食。

甲乙膏

蜀人二月，好以豉雜黄牛爲甲乙膏，非尊親厚知不得而預。

火候足

黄昇曰饗鹿肉三斤，自晨煮至日影下門西，則喜曰火候足矣。

視肉

秋山有視肉，形如牛肝，有兩目，食之無盡，尋復生如故。

王圻《稗史彙編》卷一一九《飲食門・食類下》食用製法：【略】

曬乾孛薺爲末，炒豬腸不宜蓋鍋，摻末，少烹白酒，則其味脆美。

謝肇淛《五雜組》卷五《人部一》桂州婦人生子，輒取其衣胞洗浄細切，五味調和烹之，以享親友。此夷俗也。然余習見富貴之家，取紫河車爲丸，千錢一具，皆密令穩婆盜出。血肉腥穢以爲至寶，不亦可恠之甚耶。

董斯張《吴興備志》卷二九《瑣徵第二五之三》章文莊入太學爲集正，嘗置酒揭饌單於鑪亭品目矣。異其間有大鵬卵者最奇，大如瓜，片切餖飣大盤中，衆皆駭愕，不知何物。好事者窮詰之，其法乃以鳧蛋數十，黄白各聚一器，先以黄入羊胞蒸熟，次復入大豬胞，以白入之，再蒸而成。

鄭瑄《昨非庵日纂》卷二〇《冥果》張易之爲鐵籠，置鵝鴨於內。中起炭火，銅盆貯五味汁，鵝鴨遶火走渴，即飲汁，表裏皆熟，乃死。昌宗活欄驢於小室中，起炭火，置汁如前。

鄭瑄《昨非庵日纂二集》卷二〇《冥果》煬帝開汴渠，以麻叔謀爲開河都護，役丁夫三百六十萬人，延途掘人墳墓，毀人室廬。叔謀既至寧陵縣，患風，坐起不得，醫者謂須用嫩羊肥者，蒸熟椹藥。自是日取羊羔數枚，同杏酪五味蒸之，謂曰含酥臠。鄉村獻羊羔者數千人，皆厚酬其直。

陳龍正《救荒策會》卷四《董煟救荒法統論》一、燒蝗法：掘一坑，深闊約

五尺，長倍之，下用干柴茅草，發火正炎，將袋中蝗蟲，傾下坑中。一經火氣，無能跳躍。此《詩》所謂「秉畀炎火」也，古人亦知瘞埋可復出，故以火治之。

論曰：蝗可和野菜煮食，見於范仲淹疏。又曝乾食之，與蝦米相類，久食亦不發疾。此飢民佐食救死之一物也。盡力捕之，既除害，又佐食，何憚而不爲？然西北人肯食之，東南人往往不肯食，亦以水區被蝗時少，不習見聞故耳。

李日華《時物典彙》卷下《菰菜類・蝗》 交趾重不録羹，以羊鹿鷄猪肉，內一釜煑之，令極肥濃。漉去肉，調以五味，貯以盆器。羹中有齒銀杓，可受一升。主人先舉，即滿斟一杓，內鼻入鼻，仰首徐傾之。飲盡傳杓，如酒巡行，後續以諸饌，謂之不録會。

劉侗《名物通》卷四《飲食部・典實》 庖人製法：春行羔豚膳，膏薌。秋行犉牡膳，膏臊。冬行麋鹿膳，膏腥。冬行鶡鷸羽膳，膏羶。

鄭仲夔《玉麈新譚雋區》卷八《荒雋》 縕雲青田之間有土獠，居民目爲野客。凡漢人與往來者，至則先以乾小鼠點湯，客嗽之盡則喜便留，罄賓主之歡，凡珍異之饌靡不出供。或見而畏難不食，即以爲不知味，不復獻一茶。

陳繼儒《文奇豹斑》卷九《器用》 杭子，杭音元，鹽鴨子，以其用杭木皮汁和鹽漬之，故名。

陳繼儒《文奇豹斑》卷一〇《人事》 羊肉作臛置砂鍋內，投以椎碎杏仁數枚，活水煑骨亦靡爛。

陳繼儒《文奇豹斑》卷一〇《人事》 《歲節記》：洛陽人重陽作羊肝餅、迎涼脯。

包汝楫《南中紀聞》 苗民得牛肉輒生啖，宰牛剖腹，取牛肚，輒裂破分飼牛，大腸矢爭取吞咽，以爲能除脾疾。

孫丕顯《文苑彙雋》卷二二《飲食部・雜記》 膰炙，膰用肉，炙用肝。

孫丕顯《文苑彙雋》卷二二《飲食部・鮓》 含風鮓，房壽六月調羊略，作含風酢。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷三《養生部三・獸屬制》

牛宜黃牛角豎栗者。

屠牛皆解剥其皮，用皮者，以温湯瀹之去毛。其肉不可先以水洗，洗則肉青。治胃脾析，雜石灰揉洗白而去盡穢氣。《禮》曰：脾析。注曰：百葉也。《酉陽雜俎》曰：治犢頭，去月骨，舌本近喉，有骨如肉。

食品烹飪總部・肉食部・紀事

烹牛鐵稱錘，燃紅，投水中，不過三次。水熱易爛，不宜蓋鍋。每斤入砂硝少許於內，烹易糜爛。汁中入醬油醋，瀹之美，淡者宜蒜醬。

牛修《禮》曰：婦贊脯修曰抄，曰加薑桂曰修。

用肉軒之，每二三斤，叉咀白芷、官桂、生薑、紫蔻水烹，甜醬調和，俟汁竭，架鍋中炙，燥爲度，宜醋。《內則》注曰：大切曰軒，凡叉咀之物，入囊括之同烹。後多故此。

牛脯《禮》注曰：脯，乾肉也。又曰鱐腴。鱐音翦。

用肉薄切爲牒，烹熟壓乾，油中煎。再以水烹去油，漉出，以酒挼之，加地椒、花椒、蒔蘿、葱鹽，又投少油中，炒香燥。少儀曰：聶之言牒也。先蓄葉切之，復報切之則成膾。撒馬兒罕有水晶鹽，堅明如水晶，琢爲盤，以水濕之，可和肉食。

牛鱐牛二制

一視橫理薄切爲牒，用酒醬花椒沃片時，投寬猛火湯中，速起。凡和鮮筍葱頭之類，皆宜先烹之。一以肉入器，調椒醬，作沸湯淋色，故即用也。《禮》曰薄切之，必絶其理。

熟鱐牛

切細膾，冷水中烹，以胡椒、花椒、醬醋葱調和。有軒之和，宜酸薤芫荽。

鹽煎牛

肥腩者，薄皴音拔。牒，先用鹽酒葱花椒沃少時，燒鍋熾，遂投內，速炒，色改即起。

油炒牛三制

一用熟者切大臠，力兗切。或膾，以鹽酒花椒沃之，投油中炒乾香。一生者切膾，同制。加醬生薑，惟宜熱鍋中速炒起。一生膾，沃鹽、赤砂餹，投熬油，速起。

牛餅子即醢。二制。

一用肥者碎切，机音几上報斫細爲醢，和胡椒、花椒、醬浥、白酒，成丸餅，沸湯中烹熟，浮先起，以胡椒花椒醬油醋葱調汁，澆瀹之。一醬油煎。

火牛肉

軒之，每爲二斤三斤計，一斤炒鹽二兩，揉擦勻和，醃數日。石灰泡湯，待冷，取清者洗潔。風戾之，懸烟突間。

熏牛肉

皴爲二三寸長，潤薄軒，用醬揉融液，焚鵜穀稞烟熏，熟即齕乾之。熏物倣此。

生牛腊音昔。《説文》曰乾肉曰腊。《韻府》曰：腊，粑也。二制。

一皴爲二指濶，薄牒，沃以香油、鹽、花椒、葱，日暴之期則蒸。一淡暴乾，日用以水同醬油烹。

熟牛粑二制

一用精者，視理薄切爲牒，和以鹽酒花椒，布苴壓乾，作沸湯微燙，日暴之。一用精者，切爲軒，以花椒醬沃頃之，加酒水醬油醋寬烹，至汁竭爲度，俟冷，或析爲細縷。

馬

取肉，冷水下，不蓋鍋，入酒烹。有同牛制。

驢唐李令問好珍饌，有炙驢。

同牛制。視所宜。

羊齊王肅曰：羊陸産之最，有綿羊、山羊、宜山羊。

封音奎羊時，捫其口，不使鳴，不發羶。胃中去穢，速以石灰雜亂穰内之，揉洗，遂脱穢盡而白。其腸同用。翻其肥者在内，脂易凝結，浴以熱水，掃毛瀹湯，調温脱之，易潔。血以鹽水調凝，速入温水中，慢烹熟。胸前有羶骨，刳時取去。

烹羊

取肉烹糜爛，去骨，乘熟以布苴壓實，冷而切之爲餤，惟頭最宜熟。肉宜燒葱白醬，或花椒油，或汁中惟加醬油瀹之。

爐於刀切。羊二制

一肉烹糜爛軒之，先合爐料，同鮮紫蕪菜水煎濃汁，加醬調和入肉。一以爐料汁烹羊肩背，俟熟，加醬調和，撈起，架鍋中炙燥爲度。

爐料凡爐物用此佳，孩兒菊味次之。

香白芷二兩。藿香二兩。官桂花二兩。甘草五錢。咬咀之

生爨牛

與牛同制。

熟爨羊

與牛同制。

油炒羊宜粑狖。《詩》注曰：狖，未成羊也。

用羊爲軒，先取鍋蒸油，入肉，加酒水烹之，以鹽蒜葱花椒調和。

醬炙羊《詩》注曰：炕火曰炙，謂以物貫之，而舉于火上以炙之。今無此制，惟封於鍋也。炕，口盎切。

用肉爲軒，研醬末、縮砂仁、花椒屑、葱白、熟香油，揉和片時，架少水鍋中，紙封，鍋蓋，慢火炙熟，或熟者，復炙之。《禮》曰：羊炙。

炕羊二制。前制即《飲膳正要》曰柳蒸羊。

一用土塼音摶。甃砌高，直竈下，留方門，將堅薪熾火燔使通紅，方置鐵鍋一口，於底實以濕土。封肥稚全體羊計二十斤者，去内臟，遍塗以鹽，止於一斤，摻以地椒花椒蒔蘿坋葱屑，取小鐵攣束其腹，以鐵樞籠其口，以鐵鉤貫其脊，倒懸竈中，乘鐵梁間。以以大鍋通調水泥，墐封一宿。俟熟，或以爐料實於腸，週纏其體炕之。有常開下方門時，以煉火續入，復閉塞。一以兩鍋相合，架羊於中，蜜塗其口。炕熟制，尤簡而便也。

火羊肉

用肩肘，陟柳切每斤炒鹽一兩，揉擦深透，甕器中三五日，取石灰泡湯，俟冷，洗潔，置于寒風中戾之。懸近煙突間。

豬宜豬，豬音墳。

殺豬瀹湯不宜太熱，撏毛易脱，其膚潔，眼下有息肉去之。其腸胃用醋鹽揉，無穢氣。肉之佳者，用短肋。音勒。《禮》曰：豚拍注曰：脅也。

烹豬

宜首宜蹄，烹糜爛去骨，以布苴壓餤。冷宜醬鹽，熱肉宜花椒油、花椒鹽、蒜醋、蒜水。凡烹時，其汁中，冬月加鹽少許及白酒，夏月别加白礬少許。須日挹去其油并滓，而用其清再續以水，是謂原汁，愈久愈美，烹肉益佳。蘇東坡云：净洗鐺，少著水，柴頭罨煙焰不起。待他自熱莫催他，火候足時他自美。

蒸豬

取肉方爲軒，銀錫砂鑼中置之，水和白酒蒸至稍熟，加花椒醬復蒸糜爛，以汁瀹之。有水鍋中慢烹，復半起，其汁漸下，養糜爛，又俯仰，交翻之。

鹽酒燒豬

取肥嬌蹄，每一二斤以白酒鹽葱花椒和浥。頃之，加少水鍋中，紙封固，慢煬火俟熟。

鹽酒烹豬

烹稍熟，乘熱以白酒鹽葱花椒遍擦，架鍋中。鍋中少沃以熟油蒸香，又少沃以酒，微蒸取之。

燒豬

用首同羊。

鹽煎豬先烹肉，熟而切之亦宜。

用肉方皴牒，入鍋炒色，改少，加以水烹熟。汁多則杓起，漸沃之，後凡有不宜汁覓者，多倣此。同花椒葱鹽調和，和物俟熟，宜芋魁削去皮，先芼熟。白菜蘑擘碎，芼熟，去水。茄芼熟去水，乾再芼柔。山藥刮去皮，先芼熟。

蔣頭　絲瓜稃音劃，去皮芼。胡蘿蔔　甘露子　秔糯米粉熟範爲蘭。

醬煎豬先烹肉，熟而切之亦宜。

同鹽煎，惟用醬油炒黃色，加花椒葱和物，宜合麪筋樹雞。洗去沙，即木耳。韓退之《答鄧道士寄樹雞詩》云：割取乖龍左耳來。

醬烹豬二制。先烹肉，熟而切之亦宜。

一同前制。甘草水烹，加醬縮砂花椒葱調和。和物宜生薑、湯婦去涎，冷水再洗，沸乾入之。加燈草芼試，燈草黑色則有毒。朱文公先生《紫薑詩》云：風餐謝肥脂。蒟蒻、音若。去麤皮，大切片，芼熟，撈起。每一枚視老稚，用淋灰水二椀或三椀，搗糜糰爲餅。再用水芼，色明潤，碎切和之。《本艸》云：生戟人喉。後多倣此。蘆筍、去莖，肉熟入。杜工部詩云：春飯兼苞蘆。注曰：蘆，筍也。蒲蒻生入之，即起。大口魚洗方切對鰕。洗片殘一同生爨牛制。

酒烹豬

如前制。寬以酒水，同甘草少許烹熟，入鹽醋花椒葱調和。《禮》注曰：帶骨醢曰醬。音泥。和物宜合生竹筍去撣，塊切，同肉烹。茭白。去莖，塊切，俟肉熟，入即起。

酸烹豬二制

一切膾如前制。水同甘草烹熟，以醬醋花椒葱調和。和物宜新韭、生入即起。新蒜白、切絲，生入即起。菜臺、芼熟入。登豆芽、少焉入。酸竹筍絲。水洗入。一烹熟，惟以鹽醋調和。

豬肉餅三制

一用肉多肥少精，或同去殼生鰕，或同生黑醴魚、鱖魚、彭刀机上，薄皴牒，

又報斫爲細醢，和鹽少許。有維以藕屑浥酒爲丸餅，非蒸則作沸湯烹熟，以胡椒花椒葱醬油醋與原汁調和，澆瀹之。一取菉豆粉皮，下藉上覆之蒸，用則塊切。和物宜芝麻腐、豆腐、山藥、生竹筍。蒸果蒸蔬，一以醬油同香油煎熟。和物宜鮮菱肉，去殼藕，塊切豇豆，段切鷄頭莖。段切。俱別用油鹽炒熟。

油煎豬二制

一用脅肋肉骨相兼者，斧爲臠，相如賦曰：脟割輪碎。脟音臠。水烹，加酒鹽花椒葱醃，頃之，投熱油中煎熟。一用精肉切爲軒，沃以蜜，投熱油中煎熟，雖暑月久留不敗。暑月摻以香菜，亦宜其類。倣此。宜醋。

油燒豬二制

一用脇之肯綮棄梃切者，斧爲軒。先熬油投鍋中燒熟，加醬縮砂仁花椒炒燥。一用肉大切臠，浥香熟油鹽花椒葱，架鍋中燒香熟。熟肉亦宜。宜醋。

醬燒豬二制

一用熟肉大軒，乘熟塗研醬，坋縮砂仁花椒屑葱白，架鍋中燒香。一先熬油取醬，沃生肉一時，入鍋中，漸澆水以俟熟。宜蒜醋。

清燒豬二制

一用肥精肉軒之，鹽揉。取生茄半剖界稜，或瓠布鍋底，置肉，加葱花椒，紙封，鍋燒熟。一不用藉，常酒以酒慢燒熟，宜蒜醋。

蒜燒豬

用首斧爲軒，先熬油炒之，少以酒水漸澆，烹糜爛，多加蒜囊，與鹽調和即起。

藏蒸豬二制

一用竹筍兩節，間斷爲底蓋，底深蓋淺，藏肉醢料於底。裁竹針關其蓋蒸熟。一用肥茄切下頂，剔去中瓤子。同筍制。

藏煎豬二制

一用茄削去外滑膚，片切之，內夾調和肉醢，染水調麪，油煎。一用竹筍芼熟、碎擊，同茄制。宜醋。

火豬肉即豬紅

冬至後，殺豬不宜吹氣，乘熱取其肩腿。每斤炒鹽一兩，先揉膚透，次揉肉透，平布器內，重石壓四五日，復轉壓四五日。煎石灰湯，冷取清者，洗潔，懸寒勁風中庋通燥。焚鴈穀棘煙高，熏黃香，收置煙突間。有云塗以香油，熏以竹枝煙，

不生蟲。

風豬肉

視火豬肉制醃壓之，用醋洗，又同醋壓漬四五日，懸風中淚燥，仍置通風所。《墨娥小録》云：瘞竈灰中。若三伏中，視前揉壓三日，每斤加鹽五錢，復揉壓三日，石灰冷湯洗之，浥以香油，烈日暴燥，煙熏之，置通風所。

凍豬肉

惟用蹄爪揭洗甚潔，烹糜爛，去骨，取膚筋復投清汁中，加甘草花椒鹽醋橘皮絲調和，或和以芼熟甜白菜菔，并汁凍之。

和糝蒸豬

用肉小皴臠，和秔米糝縮砂仁地椒蒔蘿花椒坋鹽蒸。取飯乾再炒爲坋，和之尤佳。

和粉煎豬

用菉豆湛潔，水漬揉颺音様去皮，和水細磨，雜以肉醢料，杓入油中煎熟。今曰餅炙，惟以菉豆磨煎者，入油醬炒。

鹽豬羓二制

一取精肉片切軒，每斤鹽六錢花椒，醃半日，壓去水者，油浥之。蒸熟，烈日中暴燥。一生同制。用則蒸，宜醋。

餹豬羓

取肉，去膚骨，切二寸長一寸濶半寸厚，臠以赤沙餹，少許醬地椒蒔蘿花椒和勻，微見天日即收，或陰乾。先以香油熬熟，既入肉，不宜煬火，待少頃自熟。

油爆豬

取熟肉細切膾，投熱油中爆香，以少醬油酒澆，加花椒葱。宜和生竹筍絲、茭白絲，同爆之。

火炙豬二制

一用肉肥嫩者，薄切臶，每斤鹽六錢醃之，以花椒蒔蘿大茴香和勻。微見日，置鐵牀中於煉火上炙熟。一用肉薄切而臶，粘薄瓷椀中，以紙封之，覆直煉火上烘熟。

手煩肉煩，《釋文》曰揉也。

取肉水烹糜爛，去骨，和少汁煩揉，融液，加花椒鹽，俟凝，厚切用之。

生豬鮓

取肥精相半肉皴絶薄小臶，取潔膚，切絶細膾，和勻。每斤炒鹽二錢，少醃。竹箸莧之，置木桶中，榨水去盡，連桶夏月頓涼所一二日，冬月頓煖所六七日。常榨之，不令有水。用和生蒜，速用醬。

熟豬膾

熟豬肉切膾，和苦爪、薄切，揉洗。生爪、鮮藕、茭白、萵苣、同萵、熟竹筍、菉豆粉皮、鴨子、薄餅，皆切細條，熟鮮鰕去殼，肉芼，韭白頭俱宜。或五辛醋芥辣澆。

五辛醋

葱白五莖，川椒胡椒共五十粒，生薑一小塊，縮砂仁三顆，醬一匙，芝麻油少許，同擣糜爛，入醋少煞用。

熟豬膚

細切同。同生爪、黄爪條，加蒜泥鹽醋少許。

豬鼓

先用白芷、官桂、鮮紫蘇葉，同水煎汁，次投以肥豬肉，去肌骨，方切小臠，烹熟。又次投，以釋大黄豆烹熟，加醬縮砂仁坋調和，取起瀝之，一日暴使燥。有用豆先炒熟，方下肉。豉倣此。

炕豬

同羊豬，惟四十斤鹽二斤。

犬

烹犬

用犬擊死，掃潔，剖洗，同肝肺水烹熟，宜葯醬。

燖犬

用肉同白酒、水、香白芷、良薑、官桂、甘草、鹽醬烹熟，復浥以香油，加花椒、縮砂仁，架鍋中燒乾，香甘甚美。《内則》曰肝脊取狗肝幪之，以其脊濡炙之。

煨犬

用肉烹糜爛，去骨，調雞鴨子花椒葱醬煩勻，貯罌中，泥塗其口。焚鵝穀穅，火煨終一日夜，俟冷，擊罌開取之。

醃犬

同豬火肉，每一斤鹽二兩。

鹿

鹿炙

用肉殕二三寸長，微薄軒，以葱地椒花椒蒔蘿鹽酒少醃，置鐵牀上傅煉火中炙，再浥汁，再炙之。俟香透徹爲度。

鹿脯三制

一取肉片切軒，以花椒醬煩揉之，甑蒸熟，復入煉火上焙燥。一切軒，用鹽川椒地椒蒔蘿酒煩揉透，停一二日，以油沃，日暴爲脯，用烹。一同熟牛羣後一制。凡爨鹿惟七八分熟，宜慢火，過爨則乾燥無味。野獸倣此。

火鹿肉

同牛。

餘造皆倣羊制。

兔契丹北境有跳兔，《埤雅》曰蹙。

炙兔

掃潔，少鹽醃，遍揉，香熟油花椒葱架鍋中，紙封，炙熟。少以醋澆熱鍋中，生焦煙，燭黄香。宜蒜醋。

醃兔

同豬火肉。

油炒兔

同羊。

鹽煎兔

同豬。

野馬有毒。《飲膳正要》云其肉入地不沾沙。

同馬。

犀牛、氂音毛。牛、其尾可爲旌旄。貙牛、貙步角切。牛、即犛牛，項上有骨大如覆斗，日行三百里，出海康。山牛、野驢、

同牛。

麂施州衛有紅麂。

同兔炙醃，餘同鹿。

獐一名麞，施州衛有花麞王者，刑罰理則白麞至。麞，俱倫切。

鮮宜烹炙火，餘同鹿兔。

黄羊《飲膳正要》曰種類數等。又曰有白黄羊、黑尾黄羊。羬羊《埤雅》曰角尤大。

鮮宜烹炙火，餘同鹿兔。杜子美詩曰：黄羊飲不羣。

野豬

鮮宜烹火，脯同鹿。

豪豬師古曰豪豬，一名帚豰也。

宜醃，入土一宿去腥，收近火。

水獺

宜胡椒、川椒、葱白、醬烹。

狼白狼乃瑞獸。

同水獺。

狐

同狼。

玉面貍貍種多，俱宜火。

銀錫砂鑼中，先鋪白糯米，以花椒葱鹽酒沃貍身，置於上。蒸熟宜蜜。慢火，宜溲小麥麪苴之蒸。

野猫

同兔。

笱雅即竹鼠。蕝長公少公皆有詩，宜火。

沃以花椒葱鹽酒，溲小麥麪作厚餅苴之，置銀錫砂鑼中蒸。宜火宜熟。

黄鼠一種塔剌不花，又名土撥鼠。

鮮同兔、玉面貍，宜酒醅，同葱花椒糟蒸，宜火，宜溲小麥麪苴之陳。

虎肉　豹肉　貜肉俱宜火。郭璞云：貜一名玃。《圖經》云貙、貜、貉相類。貙音滿。

鮮宜土中瘞一宿，鹽醃一宿，冷水烹，稍熟易水，加花椒葱復烹之。

駝峯駝蹄杜子美詩云：紫駝之峯出翠釜。蕝子瞻詩云：臘糟紅糝寄駝蹄。

鮮醃一宿，湯下一二沸，慢火養。肉宜火。野駝同。

熊掌《左傳》曰：膳熊蹯。《埤雅》云：熊冬蟄不食，饑則自舐其掌，故其美在掌。膞音而。

用石灰湯掃潔，以帛苴而烹之，宜糟。其掌入烹豬鵝汁中，轉撈數迴，絮羹

珍美。其肉宜火，其白《吕氏春秋》曰肉之美者。《埤雅》云熊當心有白脂如玉，味甚佳，俗呼熊白。殽小段，煿微熟，同蜜食。

凡野獸各風土産者，視所宜同鹿以下制，獸屬通用并臟所宜。

千里脯

訣曰不問豬羊與太牢，一切切作十來條。一盞淡醋二盞酒，茴香花椒末分毫。白鹽四錢同攪和，醃過一宿慢火熬。酒盡醋乾方始曬，味甘休道孔聞韶。

香脯

用牛豬肉微烹，冷切片軒，紛花椒蒔蘿地椒大茴香紅麴醬熟油遍揉之，煉火上烘絶燥。

糟

熟牛羊豬肉牛腱渠言切。《楚辭》云肥牛之腱臑若。乾之，每生酒醅一斤，臘糟四兩，熟油四兩，鹽三兩，以絹蒙糟。豬羊頭蹄同。爛烹去骨，於潔布内，取意布苴，重石壓經宿，糟之，即如熊掌。凡肉須臾欲用，取糟之，之蒸片時。

燠奠賄切。

同豬凍肉，不宜橘皮。豬熟者，和宜雞鴨卵。羊熟者，和宜芼菜。

暴醃

牛羊豬皆宜，每斤鹽二兩。

生二制

豬羊豬兔皴甚薄牒，或報切甚細膾，和以草果蒜酒澆，惟南粤人用多，蜀人則微煿之。

熟牛胃即肚

細切烹，胡椒醬醋調和。韓昌黎詩云：早菘細切肥牛肚。

驢腸

爓汁烹熟，復沃香油，炙乾，宜蒜醋。

羊肺腸胃腎血

水烹熟，胡椒甘艸醬醋葱調和。《漢書・谷永傳》曰：濁氏以資胃脯而連騎。晉灼曰：今太官常以十月作沸湯，煿羊胃，以末椒薑紛滿煩之，暴使燥是也。肝，水烹熟，宜醬。水和蜜烹食，能明目。

豬肺肝肚大腸白腸腎血

肺，水煮熟，細切，宜入香油少水，胡椒醬和糝調和。肺肚，水煮熟，肚以瓦器汲於鍋底，或置於器上烹，皆易爛。宜甘草花椒葱胡荽鹽醋調和。肚生熟皆宜油鹽花椒葱酒澆烹。肚用肉醢料實之，縛兩端揉長，烹爛冷切，有熟切片皴兩合，夾肉醢料，調菉豆粉，封口蒸。大腸實肉醢料，縛兩端，水烹。熟大腸和牛肚細切，胡椒醬水烹。熟大腸水烹，同醬燒豬前一制。或鹽酒浥之燒。熟大腸血，宜醬醋胡椒葱和汁，烹爲羹。白腸綸絲縛兩端，用酒醋水烹爛，段切，入煞油中後，以肝片切，微炒，花椒葱鹽調和酒，澆之即起。芝麻花同白腸烹，易爛。白腸用肉醢料實之，鹽醃，暴燥烹。肝水烹，以花椒鹽酒浥之，炙香。腎外白皺之善切膜，内白筋，皆脱之，禮曰除去筋膜也薄皴牒，水洗，煩血水盡，鹽酒浥，笮離盛沸湯中急煿爍，色微改白，合醬辣汁澆，芥辣澆，擣蒜和。腎脱之，塊切，花椒葱鹽浥，入熟油中速炒，醬油酒澆，即起。

鹿肺肝腸胃血

同羊。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷三《養生部三・禽屬制》　殺鵝先瀹冷水中，次入湯中，退毛易潔，血同羊雞鴨，多倣此。

烹鵝

水烹，作沸湯時，宜提動，灌湯於腹，易熟爛。宜葱油膏，宜花椒油，宜用其汁同胡椒花椒葱白醬油調和瀹之。《内則》曰弗食舒鴈翠。注曰：尾肉也。《埤雅》曰：翠上肉高有穴者，名脂瓶。

葱油膏

取油煠熟，入以長葱，調醬醋水縮砂仁花椒一沸，杓入器中。器中先屑葱白，乃注入之。

油爆鵝二制

一用熟肉切臠，以鹽酒煩揉，加花椒葱，投小香油中爆乾香。一煩揉以赤砂餹鹽花椒，投油中爆之。

燒鵝三制。即鵝炙。

一用全體遍挼鹽酒，縮砂仁花椒葱架鍋中燒之，稍熟，以香油漸澆，復燒黄香。一塗醬，葱椒澆油燒。一塗之以蜜燒，烹熟者同制。宜蒜醋鹽水。

蒸鵝二制

一用全體，以碗仰鍋中蒸之，鍋中入水半碗，紙封鍋口，慢煬火，俟熟，宜五辛醋。一同蒸豬。

鹽炒鵝

用剖爲軒，入鍋炒肉，色改白，同少酒水烹熟。以鹽生蒜頭葱頭花椒調和。和物宜慈菰、筍熟，去衣頂入。山藥、筍熟入。水母、滌去鹼入。明脯鬚。先烹入。

油炒鵝

剖切爲軒，先熬油入之，少酒水烹熟。以鹽縮砂仁末花椒葱白調和，炒汁竭。宜乾薑、洗石耳。洗俱用，其餘汁炒香入。

酒烹鵝

剖爲軒，先炒色改白，同水甘草烹熟。寬注以酒，加鹽醋花椒葱白調和。和物宜生竹筍，同入烹。生菱白，肉熟，入之即起。蘆筍、生入。蒲蒻、生入。全體亦宜。

熟鵝鮓

用熟肉切爲膾，沃熟油，地椒、花椒、蒔蘿末、藕絲、熟竹筍絲、生茭白絲、炒熟芝蘇鹽、醋。

生鵝酢

用絶肥者去骨，方切小臠，每五斤鹽三兩，酒一大盞，淹一宿，去水，紛地椒、花椒、蒔蘿、紅麴屑，葱白、生薑酒，醬少許，和入罐中按實，箬縛泥封，四十日後開用。留經歲不敗。

鵝醢

取熟頭尾翅足筋膚斫絶細，和醬，紛胡椒花椒縮砂仁用。

火鵝即鵝脖。脖，徒苓切。

同豬。

雞騭者、稚者良。

割雞，退毛同鵝。割老雞，摩温灰中一時許，退毛，烹之易爛。

烹雞

水烹熟，乘熱以鹽遍挼之，宜蒸熟，花椒、鹽醋、花椒油、蒜醋、糟油。

燒雞

用熟者，以鹽酒花椒末葱白屑遍挼之，架鍋中，以香油澆上，燒黄香。生者同制。

油煎雞二制

一用雞全體，揉之以鹽酒花椒葱屑，停一時，置寬熟油中煎熟。一用雞全體，先在熱油中爐黄色，以酒醋水鹽花椒慢烹，汁竭爲度。

熟雞鮓

同鵝。又宜和黄瓜、生瓜，去皮瓤條葅，宜芥辣。

油爆鷄二制

一用熟肉細切爲膾，同醬瓜薑絲、栗、茭白、竹笛絲，熱油中爆之，加花椒葱起。一用生肉細切爲膾，鹽酒醋浥少時，作沸湯焯，同前料入油炒。

蒜燒雞

取騭雞揀潔，割肋間去臟，其肝肺細切醢，同擊碎蒜囊鹽酒和之，入腹中，緘其割處，寬酒水中烹熟，手析雜以内腹用。

酒烹雞

取雞斫爲軒，熱鍋中先炒色，改寬水，白酒甘草烹熟，以鹽醋花椒葱調和。和冬月多用醋，待冷貯甕中，密封，能致遠，數月不敗。全體烹熟，調和亦宜。鷄軒先以醋煩揉，入鍋熟，亦色白。和物宜地栗、生剉去皮。剉音僉。鮮竹筍、同烹。生菱肉、瓠乾、生藕、茭白、雞熟入。白羹同烹。河豚乾同烹。

辣炒雞

用鷄斫爲軒，投熟鍋中炒改色，水烹熟，以醬胡椒花椒葱白調和，全體烹熟，調和亦宜。和物宜熟栗、熟菱、燕窩、温水洗麻菇、温水洗。鷄棕、温水洗。天花菜、温水洗。羊肚菜、温水洗海綠菜、亦曰龍鬚，冷水洗，不入鍋。生蕈、少□冷水洗。石耳、温水洗。蒟蒻、盧筍、蒲蒻、竹筍乾淡者，同石灰少許笔之易爛，先笔鹹者，水洗。黄瓜、削去皮瓤。胡蘿蔔塊切，先笔。水母、明脯鬚。

熏雞二制

用雞背刳之，烹微熟，少鹽煩操之，盛於鐵牀，覆以箬蓋，置焚舊穀糠煙上，熏燥。有先以油煎熏。

烘雞

刳鷄背，微烹，同酒蘆汁鹽花椒葱浥之，置煉火上烘，且浥且烘，以熟燥爲度。

雞生二制

一割已生卵未菢音暴。雞，摩潔，不入水，鼓刀取胃下白肉，同股間肉皴絶薄牒，以綿紙布之，收盡血水。取少油微滑，鍋中炙，肉色改白，報切爲絶細末，雜退皮胡桃榛松仁、栗肉、藕、蒜、白草果仁、醬瓜蘆，俱切絶細屑，與雞末等和醋少許，隨範爲形像，供延中用。一止雜以胡桃、榛、松仁，白砂餹。

生鷄酢

同生鵝酢。

凍雞

用鷄烹熟，手析之白煮，洗潔手析之，同入鍋，以雞汁、生竹笥條、橘皮條、甘草、花椒、葱白、醋調和，貯瓷器凝凍之。

藏雞

用鷄割嗉，音素盡處去內臟，將鏟去其骨，其膽苦宜切髀步未切間，則鉗碎而取之。調和切肉醢，實遍滿，少則足，以豬肉醢割處，挫針綸絲縫密，水烹熟。宜母鷄初卵而未菢者。

火鷄即雞腿。腳，側究切。

同豬。

雞豉

同豬肌肉俱用。

鴨用種大胞雞鴨。

斃鴨退毛，同鵝。

燒鴨二制

一用全體，以熟油鹽少許遍沃之，腹填花椒葱，架鍋中燒熟。一挼花椒鹽酒，架鍋中燒熟，以油或醋澆熱，鍋上生煙，熏黃香，宜醋。《內則》曰：弗食舒鳧翠。

炙鴨

用肥者全體漉汁中烹熟，將熟油沃，架而炙之。

鹽煎鴨

同豬。

油煎鴨

切爲軒，投熬油中炒香，同少水烹熟，加花椒葱白鹽酒調和。

醬烹鴨

同豬。和物宜芋魁、山藥、鮮竹笥、茭白、芝麻腐、豆腐。

火鴨即鴨臊。臊，户佳切。

同豬。宜老肥者。

野鵝　野雞　野鴨即鳧。

一皆切爲軒，鹽酒浥片時，投熬油中炒香，同少水烹熟，新蒜、胡荽、花椒、葱調和。宜鮮竹笥、山藥。一用全體以鹽微醃，水烹微熟，腹實花椒、葱，沃酒燒熟，取油或醋滴入鍋中，發焦，觸之色黃，味香爲度。宜蒜醋。

天鵝《飲膳正要》曰：金頭者爲上。

鵘音保。　鶖　鷺　鷹　鵠　白鵘

一皆用全體鹽醃一日，烹微熟，屑蒜白葱白末川椒縮砂仁研濃醬，同煩揉內外俱遍，架鍋中燒熟。一用全體鹽湯烹熟，浥少香油，置煉火上慢烘燥。暑月久留不敢。俱宜蒜醋。

黃雀中秋羅者則肥。蘇東坡詩云：披縣黃雀謾多脂。《雲間志》云：石首小魚長五寸，秋社化爲黃雀。《惠州志》有黃雀魚，八月，化爲黃雀。十月後，入海化爲魚。九月候，人見雀入大水。每膏一滴，爲蛤一枚。

黃雀炙二制

一黃雀微醃，薄酒滌潔，取頭頸翅研細醢，雜鷄鴨子、花椒、葱白、醬調和，實腹中，或雜鮮花餅，倒置甑內，摻末花椒，屑葱白蒸。一以鮮者，同酒水、花椒、葱白、鹽，布銀錫砂鑼內蒸。

黃雀鮓三制

一用黃雀鮮肥者，薄酒滌潔，軟帛抹乾，背剖之，腹間置小麥數粒，葱屑花椒碎顆少許，以頭尾顛倒相覆。每二十頭疊一小罐，調香熟油、酒漿、炒鹽、花椒、葱屑澆沒。一寸取竹篾關實封固，收藏甚久用，宜醋。一宜方切小臠，和水調雞鴨卵、花椒、葱白屑，入器蒸。一宜染水調麪，油煎。

竹鷄《北夢瑣言》曰：竹雞喫半夏有毒，加蓳汁。又有稻鷄、茭雞之種。　鷓何葛切。鴣、練鵲、《本草》云食槐子者，治風疾。鵪鶉、鐵脚之屬

掃潔，用熟香油、花椒、葱、醬油煩揉，架鍋中燒熟，滴醋熟鍋中，發煙熏黃香，宜蒜醋。

山鷓鴣　刺毛鷹　鵪鴣　秋禽海東飛至，有畫烏紅肚等禽類，非一種。

之屬

視野鵝下隨宜制之。有作腥者，烹後乘熟，以麥稍藉土上器覆之一時，別制之。寶慶府有鷓鴣鮓。

凡野禽，各風土所産者，視所宜同野鵝以下制，禽屬通用，并肫音諄卵等所宜。

蚊雞色如蚊，非鶉雀也。鶉音文。　鳩鴿之屬

暴醃

鵝雞鴨皆宜同牛羊豬。

煨

鵝雞皆宜同豬。

糟

熟鵝雞同掌跖翅，肝肺同獸屬，鵝全體剖析四軒，糟封之，能久留，宜冬月。鵝掌美。僧讓光曰：顧鵝生四掌。

生

至今存其雞者，天下所同嗜也。

鵝鴨南粵皆用，爲之同獸。

肺肝血野禽者不用。

熟肺肝細切膾，宜新韭、瓜絲、菉豆粉、油餻，宜五辛醋，或同熟鵝鮓，宜芥辣。生肝血宜油炒，花椒、胡荽、葱、鹽、酒調和，肺微炒起。熟肝細切膾，雜茭白、藕絲、乳線絲，炒熟芝麻、白砂餳、鹽薑汁和，宜辣烹。和糝宜甜酸，調和宜糟。生肝宜醃。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷三《養生部三・禽屬制》 卵野禽者不用。

醃，先用水漬洗潔，哏乾，以糜染鹽入甕，或每千枚取稻稈燒灰四斗，鹽十五斤，或十三斤，碓通潤苴之入甕，或貯於筐筥中而風戾之。《碎事》曰杭子，蓋以杭木皮汁和鹽漬之。或爲混沌子，取然炭灰一斗，石灰一升，鹽水調入鍋，烹一沸，俟温，苴於卵上，五七日，黄白混爲一處。杭音元。

頓，每卵黄白二升水，一升同小鹽調甚匀，瀉銀錫器中，椿花椒縮砂仁末葱屑，不蓋鍋，隔湯慢頓熟，宜甘草水酒，或醋鹽葱煎汁渝之，宜肥辣醬之渝之。有調入熟鵝雞膏益珍乾用。或先調卵於器湯中，頓微熟，細切熟豬肉醢鋪上，又將卵瀉入再頓熟。有内卵帶殼烹白微堅，擊顛簸，傾去黄，調豬肉醢，或細切乳餅滿實之。又頓熟滾，用甘草水酒炊沸，以卵擊裂，瀉入之。花甲葱白鹽調和。

煎，用熬香油，擊卵瀉入，或調以豬肉醢料瀉入，或用攤者，塊切再煎之。或水烹半熟，冷水浴退殼，週畀以稜壓低爲菊花狀，入煎之。有水烹熟，退殼綸絲斷爲片，染水調麪煎之。用醋烹則殼柔，能揉爲方。

烹，水烹熟，浴冷水中，取脱去殼。欲餚心，作沸湯入卵，少烹之。久烹半日餘，即如抱退者。

煨，用卵微烹，擊裂，醬油鹽茶清同在嬰，糠火熱透，留經數月。有殼外束綫痤灰火，熟味優於烹。

攤，用卵少水調，雜豬肉醢料，瀉少油鍋中，攤開，沃少酒。或以鍋中少滑以油，瀉調，不入水，卵勻甚薄，片如春餅，捲物用。

洒，先作沸湯，卵顛開小竅，洒黄白條於湯，撈之，宜入酒入羹。

糟，用熟卵去殼，或生卵洗潔，帶殼苴之，用水烹。

饡，用卵先油煎，加以葱白花椒醬油酒調和之。或用洒於湯中卵條，撈入油煎，復調和之。宜和以新韭、筆熟菜臺、筆熟竹筍條素、菉豆粉條。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》 禽獸魚臘醃者，皆宜近火氣。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷四《養生部四・蟲屬制》

蛙又名田雞。《周禮》蠏氏掌去蚷黽，焚牡蒿，以灰洒之則死。山鷄形甚大，性寒，同制食宜燒酒，俱宜油煎，同魚。或先以鹽酒以醬沃之，宜糟同魚。宜爲羹。

酒烹田雞

治去首膚腸爪，同前魚。

辣烹田雞二制

同前魚。不醃，或先熬炒。

田雞餅子

同前豬肉餅，雜以肥豬肉，机上斫細甚爲醢，或渝以辣汁，或澆以芥辣。

熏田鷄

同前魚。

烘田鷄

治之連膚，每斤鹽四錢，醃一宿，滌潔，煉火烘燥。用則温水漬潤，退膚，辣烹。

醃田雞

治潔，每斤用鹽一兩，醃一宿，暴日中，夜晴則露之，色白復暴燥，收。

沃田雞

治潔，用桂皮、白芷、鮮紫蘇葉爲末，同油醬沃一時，少水烹熟，暴燥。

田鷄炙

治滌俱潔，將醬、赤砂餳、胡椒、川椒、縮砂仁坋，沃之，少頃，入熬油中烹熟，置煉火上，紙藉炙燥。

田雞豉

同豬。連用其骨。

包衡《清賞録》卷六 熊翻每會客至酒半，堦前復殺羊，令衆客自割，隨所好者，綵線繫之，記號畢，烝之。各自認，取以剛竹刀切食。一時盛行，號曰過廳羊。

皆春居士《飲食紳言》 唐張易之兄弟侈於食，兢爲慘酷。爲大鐵籠置鵝鴨於内，當中起炭火，銅盆貯五味汁。鵝鴨遶火走，渴即飲汁，火炙痛即迴，表裡皆熱，毛落盡，肉赤乃死。昌宗以其法作驢炙。【略】

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 十一月大雪冬至置備：【略】作風魚火腿。

方亨《苗俗紀聞》 自沅州以西，即多苗民。至滇、黔更繁，種類甚夥，【略】其風俗【略】，祭則豕一，粗去其鬣，烹以薦，穢與血皆不除，云敬也。

明木增《雲蕴淡墨》卷二《煉烏鴉》 取烏鴉一二隻入瓶，汲封固，燒爲末，治一切勞嗽骨蒸，米飲下二錢。

曹學佺《蜀中廣記》卷五八《風俗記第四・川北道屬》 《魏畧》云：新城孟太守道蜀猪豚雞鴈味皆淡，故蜀人作食，喜煮飴蜜以助味。

蜀人二月好以豉雜黄牛肉爲甲乙膏，非尊親厚知不得而預，其家小兒三年一享。

丁其譽《壽世秘典》卷二《調攝・保生月録》 補肝羹，治老人肝臟虚弱，遠視無光。

豬肝一具，去筋膜，細切。葱白一握，去鬚切。鷄子二枚。右加豉汁，煮作羹，臨熟，將雞子擊破，投在内，食之。

李肇亨《請異續録・饌羞》 過廳羊，熊翻每會客至酒半，堦前旋殺羊，令衆客自割隨所好者，綵線繫之記號，畢蒸之，各認取，以剛竹刀切食，號過廳羊。

李肇亨《請異續録・饌羞》 含風鮓，房六月調羊酪，造含風鮓。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 芙蓉肺。取整者，以水入管中洗之，一肺用水二石，則白，亦不必用藕洗也。中通曰：舊法以藕汁同血煮則白。

炙不溢油法。凡炙肉末，芝蘇花置肉上，油不脱溢入火中。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 蛋。鴨蛋以礪砂盡花及寫字候乾以頭上燔之炙之。箋：凡治兔之宜鮮者，毛炮之，柔者炙之，乾者燔之。疏：乾者謂脯腊，則加之火上燔之，若令燒乾脯是也。

查慎行《人海記》卷下《鹿茸》 鹿茸初解角時，其長如繭栗。蒸而食之，嫩如乳酥，色白而微紅。余陪獵三次，僅得一嘗，香味兩奇絶，世謂江瑶柱食品無對，惟此可與相配。

李心衡《金川瑣記》卷四《猪膘》 夷地多荒山，畜牧既便，尤喜豢豬，與尋常約以蕎麥殼灰。則黄白裸揉，加爐炭石灰，則緑而堅韌。中慈曰：牛膽寫畫鴨卵，乾後煮熟，皆青文望日。灰鹽鴨卵，則黄居中。以金櫚根煮雞卵，白皆紅。中通曰：今人作花蛋者，黄蠟火化，以筆蘸畫之，乃入醋浸，則有蠟處其色即變，煮之成花。暄曰：刻蛋以生漆和樟腦畫之，乾而醃之。

田雯《苗俗記・狆家》 狆家，貴陽都匀、鎮寧、普安皆有。【略】以姿色定聘貲，多至牛三五十頭。喪則屠牛，召親友，以大甕貯酒，執牛角遍飲，必傾瀉淋漓而後快，醉或至于相殺。習陰陽家言，葬用棺以傘覆其上，期年而火之不上冢。以十一月爲歲首，以牛馬雞牲骨，用米糝和之以作醅，至酸臭爲佳，以多者爲富。

王士楨《香祖筆記》卷六 越中筍脯，俗名素火腿，食之有肉味，甚腴，京師極難致。偶閲安老懷幼方，載製芭蕉脯、蓮子脯、牛蒡脯法，與製筍脯法畧同，録之。蕉根有兩種，一種粘者爲糯蕉，可食。取作手大片，灰汁煮熟，去汁，再以清水煮，易水令灰味盡，取壓乾。乃以鹽醬蕃荾乾薑熟油胡椒等，研浥一兩宿，取出焙乾，畧搥令軟。食之，全類肥肉之味。取嫩蓮房去蒂去皮，用新汲井水入灰煮，浥如蕉脯法。焙乾，以石壓令扁，作片收之。十月以後，取牛蒡根洗乾去皮，用慢火少煮，勿太爛，硬者熟煮，并搥令軟。下雜料物如蕉脯法，浥焙取乾。蒼蒁鮓方：蒼蒁即栀子也，采嫩花釀作鮓，最爲香美。昔劉賓客饋白太傅菊苗虀蘆菔鮓，換取樂天六班茶二囊。有詩載集中。

汪爲熹《鄢署雜鈔》卷七《汴梁蒸羊》 涇陽李屺瞻念慈汴梁竹枝詞云：紅油車子賣蒸羊，啓蓋風吹一道香。余見之笑曰：信陵賓客，東京夢華，古今來應有多少感慨，而顧朶頤紅油車子之蒸羊，此正吕頤浩所云措大知甚好惡者耶。《分甘餘話》

方式濟《龍沙紀畧・物産》 老鎗雀，一名千里紅，與雀無異，惟頗有紅毛，産俄羅斯地，至以十一月囮而取之，炙食甚美，籠畜之輒死。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷二一《天地門二十一・火》 火上《詩》有兔斯首，燔之炙之。箋：凡治兔之宜鮮者，毛炮之，柔者炙之，乾者燔之。疏：乾者謂脯腊，則加之火上燔之，若令燒乾脯是也。

查慎行《人海記》卷下《鹿茸》 鹿茸初解角時，其長如繭栗。蒸而食之，嫩如乳酥，色白而微紅。余陪獵三次，僅得一嘗，香味兩奇絶，世謂江瑶柱食品無對，惟此可與相配。

李心衡《金川瑣記》卷四《猪膘》 夷地多荒山，畜牧既便，尤喜豢豬，與尋常

剛鬣稍異，率皆紅毛尖嘴，或紅毛黑毛相雜，適均如邵陽之隔織布。所食惟草菜糞穢，莫不瘦瘠骨立，皮厚一寸許。用時懸高處縊死，刲其背去腸胃，用樹條撐開風乾，名曰豬膘。爲極珍之物，非親戚宴會不輕用也。

陸曾禹《欽定康濟録》卷四《蝗之所可用》 蝗若去其翅足，曝干，味同蝦米，且可久貯而不壞。以之食畜，可獲重利。

明陳龍正曰：蝗可和野菜煮食，見於范仲淹疏中。崇禎辛巳年，嘉湖旱蝗，鄉民捕蝗飼鴨，鴨最易大而且肥。又山中人養豬，無錢買食，捕蝗以飼之。其豬初重止二十斤，旬日之間，肥而且大，即重五十餘斤。始知蝗可供豬鴨。此亦世間之物性，有宜於此者矣。又有云：蝗性熱，積久而後用更佳。

張泓《滇南新語》 琵琶豬

取豬重百餘觔者，去足，刳腸胃，剔諸骨，大石壓之薄，臘若明珀，形類琵琶，因名琵琶豬。麗江女子挾以貿，遠望若潯陽商婦也。

生啖鼢

碎切生鼢肉，雜以生豆腐、豆瓣、蒜、醋之屬，或挺擊豕斃，叢草燎毛，入澗滌淨，俶前切製，均生啖，如嗜珍錯。遇佳節，則比户皆然，然劍人究以燎毛者爲上品。

鄂爾泰、靖道謨等《貴州通志》卷七《風俗》 狆家【略】以十二月爲歲首，斂牛馬雞犬骨，以米糝和之，作醋至酸臭爲佳。稱富積者，則曰貯醋桶幾世矣。

鄂爾泰、靖道謨等《貴州通志》卷七《風俗》 紅苗在銅仁府者，多有吴龍石麻白五姓，衣服悉用斑絲，女紅以此爲務。牲畜不宰，皆搕殺，以火去毛，微煮帶血而食之。

鄂爾泰、靖道謨等《貴州通志》卷七《風俗》 黑苗【略】死犒羔豚雞犬鴨鴉等類，連毛臟置之甕中，層層按納，俟其鄒蛆臭腐始告缸成，名曰醃菜，珍爲異味。

鄂爾泰、靖道謨等《貴州通志》卷七《風俗》 白猓玀亦在大定之水西及安順永寧州皆有之，又名白蠻，與黑猓玀同而爲下姓，風俗亦畧相似。飲食無盤盂，以三足釜灼毛醡血，無論鼠雀蚯蚓蠕動之物，攫而燔之，攢食若鼕。人死以牛馬皮革裹而焚之。居喪定者爲阿和，其俗相同，多以販茶爲業。

華希閔《廣事類賦》卷二《歲時部・端午》 亦烹鷰而葙匾。《風土記》：端午烹鷰。《風俗通》：節日煮肥鼈，去骨加鹽豉麻蓼，名曰葙匾，取陰陽包裹之象。

華希閔《廣事類賦》卷二八《飲食部・肴饌》 熱洛河則獨賜胡人。《盧氏雜説》：玄宗命射生官射鮮鹿，取血煎鹿腸食之，謂之熱洛河，賜安禄山及哥舒翰。

檀萃《説蠻》 自沅州以西，即多苗民，至滇黔更繁，曰黑脚苗，曰花苗，曰犵狫，曰狆家、蔡家、龍家，曰倮羅、玀夷、羅鬼，皆苗裔也，但有生熟之異。【略】炊則懸釜，環釜而坐以手撏食。【略】歲時野祭，豕粗去鬣，烹以蔬，臟穢不除，云敬也。祭畢分食，食盡始歸。【略】

檀萃《説蠻》 白羅羅亦曰白蠻，與烏蠻同而爲下姓。食無盤杅，以三足釜灼毛，醡血鼠雀蚯蚓蠕動之物，總攫而燔之攢食若鼕，死裹苴焚之。

陸祚蕃《粤西偶記》 舊傳桂州婦人産男者，取其胞衣浄濯，細切五味煎調之，召親者合宴置酒而啗，若不與者必致忿争。近無此事，想蠻風漸革矣。

吴震方《嶺南雜記》卷下 鼠脯，順德縣佳品也，鼠生田野中，大者重一二斤，斲得其穴，纍纍數十，小者縱之，大者炙爲脯，以待客，筵中無此以爲不敬。《禮記》迎貓，爲其食田鼠也。殆即是歟。

余慶遠《維西見聞記・夷人》 麼些，即唐書所載麼些兵是也。【略】多畜馬牛羊及琵琶豬爲富，頭目倍蓄之。冬日，屠豕去骨足，醃令如琵琶形故云。

余慶遠《維西聞見記・夷人》 栗粟，近城四山、康普、弓籠、奔子欄皆有之。【略】墾山而種，地辟則去之，還徙不常。刈穫則多釀爲酒，晝夜酖酣，數日盡之。粒食罄，遂執勁弩藥矢獵，登危峯石壁，疾走如狡兔，婦從之亦然。獲禽獸，或烹或炙，山坐共食，雖猿猴亦炙食，烹俟水一沸即食，不盡無歸。

李化楠《醒園録》卷下 醃鹽蛋法

用蕪草灰、木炭灰，或稻草灰亦可。一灰用六成七成，黄土用四成三成，有粘性，可粘住就好。灰土拌成一塊，每三升土灰配鹽一升，酒和泥塑蛋，將大頭向上，小頭向下，密排罈内，十多天或半月可吃。合泥切不可用水，一用水即蛋白堅實，難吃矣。

變蛋法

用石灰、木炭灰、松柏枝灰、龍糠灰四件，石灰須少，不可與各灰平等。加鹽拌匀，用老粗茶葉煎濃汁調拌，不硬不軟裹蛋，裝入罈内，泥封固，百天可用。其鹽每蛋只可用二分，多則太鹹。又法：用蕪草、稻草灰各二分，石灰各一分，先用栢葉帶子搗極細泥，和入三灰内，加龍糠拌匀，和濃茶汁，塑蛋裝罈内，半月二十天可吃。

醬雞蛋法

用雞蛋帶殼洗極浄，醃入醬内，一月可吃，但不用煮，取黄生吃之甚美。其

清化如水，可搦物當豆油用之。

白煮蛋法

將蛋同涼水下鍋，煮至鍋邊水响，撈起用涼水泡之，候蛋極冷，再放下鍋二三滾取起，其黃不熟不生，最爲有趣。

蛋捲法

用蛋打攪勻，下鐵杓內，其杓當先用生油擦之，乃下蛋煎之，當輪轉令其厚薄均勻。候熟揭起，後倣此逐次煎完壓平，用猪肉半精白的刀剉，不可太細，和豉豆粉、雞蛋清、豆油、甜酒、花椒、八角末之類，或加鹽落花生更妙，併葱珠等下去攪勻，取一小塊用煎蛋餅捲之，如捲薄餅樣，將兩頭輕輕折入，逐個包完，放蒸籠內蒸熟，吃之其味甚美。

乳蛋法

每用牛乳三盞，配雞蛋一枚，胡桃仁一枚，研極細末，冰糖少許亦研末，和勻蒸熟，吃之甚美，兼能補益。老人盧燥有痰者，加老姜汁一茶匙更妙。

做大蛋法

用猪尿胞一個，將灰拌，用脚踹踏至大，不拘雞鵝鴨蛋一樣打破，傾碗內，隨用多少調和，裝入胞內，紮緊口。外用油紙包裹，沉井底一夜。次旦取出，煮熟剝開，胞內黃白照舊如大蛋一般，甚妙。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・春》 皮蛋，用新生鴨蛋百枚，將風泛石灰礦子不經水者升半，真新炭灰三升，鹽七兩，栢葉些須，河水調勻，分作百塊，將蛋包好，收罈內封固，勿冒風，百日後取用。醃蛋百枚，用鹽四十兩，水五斤，和泥包之，四十日取出，另用罈貯，不用原汁浸。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 收火腿魚子甜曬魚蝦，用麥糠培甕內，紫蓋蒸熟，若再加香油煎更美。蒸帶肥肉，用熟米麪拌肉。

燒豬頭，先將豬頭煮熟，去骨，切二兩大塊。用原湯二斤，黃酒三斤，醋半斤，甜醬壹盅，大茴香、官桂末各壹錢，葱數枝，蒜數頭，同煮至湯將乾，加砂仁末五分，取用。

烹蛋，先用蝦米五錢泡透，剁極碎，調雞蛋十枚，箸調千下。入雞湯壹碗，醬油、黃酒各壹小盅，生肪脂切小丁五六錢，鹽花些須，調勻，入鍋，文火烹之。

醬蛋，先將蛋煮半熟取出，用箸敲碎殼，加好醬、茶葉、陳皮、桂皮末，入鍋久煮，連醬收貯，愈久愈妙。現時用者，煮蛋半熟去殼，加物料久煮之。

頓蛋，大碗用蛋六七枚，筋調數百下，入雞湯并水，極滿碗，加鹽花、蝦米、生

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 用杉木熏之。六月霜鷄鴨，將牲切大塊，油炒，再入水酒醋煮八分熟，入醬葱花椒煮熟，取起去汁，以白米炒熟爲麪，摻之，可二三日用。

熏雞。每隻用鹽壹兩，花椒些須，水煮熟，取起去汁。用杉栢末，或栢葉，置鍋底，以鐵撐架雞其上，盆蓋嚴，勿令透氣。以大火燒鍋，少時便住，但不可漫火久熏。肉同法。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 神仙雞，用本年小雞壹隻，撏毛，去腸，洗淨，腹內入鹽少許，花椒數粒，葱白二枝。鍋內置水碗餘，燒滾，架雞其上，瓦盆蓋嚴。用草十四兩，細燒鍋底，即熟。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 煎雞，用嫩肥雞，撏毛去腸洗淨。香油煎熟，醬油少加醋烹之。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 糟烏蛋，先將烏蛋泡過宿，擇淨曬乾，臨時用火酒洗過，入糟，加細鹽椒茴末，不用香油。糟蝦米同。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 蝦皮烘肉，用猪腿精肉切薄片，温水少洗。香油炒半熟，入多醬，并醋椒茴末各少許，炒至汁將乾。將蝦皮搓去糠，入肉鍋內，不拘多少，以拌乾肉汁爲度，可久留。甜曬蝦皮更佳。如遠行，攤粗麻布上，用杉木烟少熏之。

燒雞，用本年雞去腿翅，醃少許時。用油醬花椒末，先將腹內擦壹遍，再用醃白菜稭、鮮葱、白果、栗子、核桃仁，填入腹內，肫肝亦切碎拌入。用線縫住，用鐵篦架雞，置鍋內，漫火燒鍋底半日。將油醬花椒末，擦雞三次，取用。

蒸肉，用精肉切薄片，醃少頃。以醬油、香油、醋、椒、茴各少許拌勻，熟薄餅鋪籠蒸熟，若再加香油煎更美。蒸帶肥肉，用熟米麪拌肉。

燒豬頭，先將豬頭煮熟，去骨，切二兩大塊。用原湯二斤，黃酒三斤，醋半斤，甜醬壹盅，大茴香、官桂末各壹錢，葱數枝，蒜數頭，同煮至湯將乾，加砂仁末五分，取用。

烹蛋，先用蝦米五錢泡透，剁極碎，調雞蛋十枚，箸調千下。入雞湯壹碗，醬油、黃酒各壹小盅，生肪脂切小丁五六錢，鹽花些須，調勻，入鍋，文火烹之。

醬蛋，先將蛋煮半熟取出，用箸敲碎殼，加好醬、茶葉、陳皮、桂皮末，入鍋久煮，連醬收貯，愈久愈妙。現時用者，煮蛋半熟去殼，加物料久煮之。

頓蛋，大碗用蛋六七枚，筋調數百下，入雞湯并水，極滿碗，加鹽花、蝦米、生

肪脂，俱剁小丁，香油，同攪勻，入鍋頓之。若用糖蜜酒娘頓，則不用鹽。

熊掌，用熱淘米水泡壹日，取起，用麵糊塗包，再加黃泥重包寸餘厚。用豆稭火，或炭火，盤旋燒，至泥紅爲度。取出，剝去泥麵，毛亦隨去，再用粗石磨光洗淨，入沙鍋內，同猪蹄湯煨壹日即爛，再加花椒、酒鹽煮用。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 蹄觔用温水泡透，煮軟，入白肉湯，煮至極軟，入雞肉內任用。或煮極軟，粘乾糯米麵，用油煠亦可。

兔脯，用鮮兔肉水洗去血水，加肪脂、香油、山藥、雞蛋、葱，剁極爛，篦上鋪豆腐皮或蛋餅，攤肉於上，蒸熟。

雞瓜，用雞胸肉，切長條，姜絲、醬瓜、筍乾、蝦米水泡軟，各等分。先將雞下鍋，少加香油水，炒半熟，入姜絲炒熟，入姜瓜蝦米葱白絲畧炒，加鹽醋少許。

攪雞，用雞胸肉切薄片，加香油、黃酒、粉團，入白鹽些須，拌勻。再將雞骨煮湯，去骨，入粉條、筍絲、香蕈，同煮湯極沸，入雞肉。才熟，即速取起，加葱姜少許。

膾雞，將肥雞生切厚片，加香油、醬油，入鍋炒熟，再將雞骨煮湯浸入，用文火煮滾，再入粉皮、筍片、香蕈、白果、栗子、核桃仁、葱姜，煮熟。臨盛時，用黃酒調粉團少許，入鍋攪勻。

爐雞，先將雞煮八分熟，剁作小塊，鍋內放油少許燒熱。將雞畧炒，以碗蓋定，再燒極熱。用酒醋各半盅，鹽少許，烹之，候乾再烹，如此數次，十分酥美。

炒羊肚，將肚洗淨切細條，壹邊大滾湯鍋，壹邊熬熱油鍋，笊籬盛肚入滾湯，壹焯即取出，用粗布速扭淨湯氣火，急入油鍋內炒。將熟，加葱花、蒜片、醬油、椒茴末、酒、醋調勻。壹烹即起，香脆異常。若遲，即成皮條，不堪入口。

煮肚熟後，將紙鋪地上，用好醋洒熱肚，置紙上，以鉢覆之，少頃取食，其肚頓厚。

薰肝，先將猪肝用淡鹽醃兩宿，弔起空乾，劖幾道口子，填入椒茴末。外用紙糊，仍弔起。用時，將杉栢鉅末細細薰過，再蒸熟，去紙食之。若弔久，便不美。

千里脯，用牛羊猪肉精者，每斤用醲酒二碗，淡醋壹碗，鹽三錢，椒茴拌勻過宿。文武火煮至汁乾，取曬收貯，竟月可食。

猪頭膏，用猪頭撏刮極淨，加鹽用水煮滾，去湯，另加水、椒、茴、酒、醋、醬油、葱、姜、甜醬、砂仁末，燒爛，取出，去骨并眼，以兩腮合包耳鼻在內，夾整葱三四枝，橘絲些須，外用布裹，石壓成塊，切片食之。

雞松，用極肥雞淨肉，斬極碎，炒之取出，再斬再炒，不計遍數，務成散末，少用脂油，亦勿炒胡，再加醬瓜、醬姜、醬胡蘿蔔，俱斬極碎，合雞斬勻，香油微炒，磁器收貯。

炒肉，用精肉切薄片，醬油洗淨，入極熱鍋，爆炒去血水。微白取出，切成絲，再加醬瓜、蒜片、橘絲、香油、砂仁、草果、花椒末，炒熟，加葱花酒醋少許。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 燒羊肉，用肥羊肉，投以核桃煮熟，加鹽、醬、椒、茴、葱、姜、醬油、香油、酒、醋，文火熬至湯將乾，取出放冷，切用。

鵪鶉去淨小毛，從背上割開，去胃腿大骨，水洗四五次，去貼皮血，剁爛仍相連。每鵪子十箇，用水碗餘甜醬指大壹塊，香油壹小盅，不用鹽，入鍋燒滾，加醬油姜攪勻，煮八分熟，加漿半碗攪勻，再煮熟，又入漿少許，畧加香油、醬油拌碎，纔使葱花，淡些爲妙。

製兔，將兔二隻，水煮白色，切碎，加原湯三碗，黃酒三斤，醬油壹斤，香油四兩，脂油二兩，椒、茴末各五分，葱十枝，米豆合許，細火煮至湯將乾，取用。又方，將兔剁核桃大，煮熟。在鍋內以原湯擺去渣滓，盛起。又將湯澄去渣滓，復將湯肉入鍋，加紅糖壹兩，餳糖瓜二箇，整葱二三枝，椒茴末錢餘，脂油、香油、醬油、黃酒、鹽，同燒至湯將乾，取用。

製犬，將犬肉煮熟，加鹽醬壹盅，黃酒三斤，整葱、鮮姜、花椒，再煮至湯將乾，加香油四兩，醬油四兩，少時取用。狗肚洗淨，裝入雞蛋十個，狗脂、狗腸、椒茴末、葱、姜、香油、醬油、黃酒，用線縫之，入湯煮。

風雞鵝鴨，將牲禿淨，去肝腸，乾布擦淨血水，勿用水洗。每斤用鹽壹兩，花椒末二錢，內外擦遍，餘鹽裝入腹內，掛當風處。刀口朝上，不漏鹽汁。風肉同法。碎猪肉拌葱姜椒茴鹽，裝尿泡內風之。

醃肉，白鹽炒乾研細，將肉中大骨剔去，入鹽極力擦勻，石壓過宿。取起空乾，再用鹽擦，石壓，次早再空再醃，以去淨血水爲度，取出掛起。

醃火腿，用猪後腿，每十斤，用炒研細鹽十二兩。將皮擦百餘次，肉亦微擦。入缸，缸底以竹排架腿，以便淋滷。至四七日取出，曬七日，將雞翎掃香油在皮上，用紙封固，掛電前烟處半月。另掛別處，過夏埋草灰內，置炕上。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四八《風俗》 增：六月，京師中多市麻泥、科斗粉、煎茄、炒韭、煎餅。五更汲水，以備合醬之用，咸謂此日水與臘水相

同。仍以此日曬乾肉，猶臘味也。《析津志》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四八《風俗》 原遼俗，九月九日打圍，賭射虎，少者爲負，輸重九一筵席。射罷，於地高處卓帳，飲菊花酒，出兔肝生切，以鹿舌醬拌食之。《燕北雜記》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一五一《物産》 补吾鄉稻熟時，張羅以捕黃雀，北則陶家莊，南則馬家疃，所産獨肥，喻物者比之披綿，朶頤者侈爲珍饌。京師則不然，田雀以四月肥，背有黃羽，與江鄉純色者别。而以江南食法製之，亦甚腴美，蓋江南黃雀所食者稻，疑北地以食麥而肥也。《小丹邱客談》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一五一《物産》 原刁約使遼詩云：押燕移雀，北則陶家莊，南則馬家疃，所産獨肥，喻物者比之披綿，朶頤者侈爲珍饌。京師則不然，田雀以四月肥，背有黃羽，與江鄉純色者别。而以江南食法製之，亦甚腴美，蓋江南黃雀所食者稻，疑北地以食麥而肥也。《小丹邱客談》

離罣，看房賀跋支。醆行三匹製，密賜十貔狸。皆紀實也。伊勒希巴，官名，如中國執政官，哈卜齊勒如執房閣，匹製小木罌，以色稜木爲之，如黃漆，貔狸如鼠而大，遼以爲珍膳。《古今詩話》

原澠水燕談載，遼國産大鼠曰毗狸，形類大鼠而足短，極肥，其國以爲殊味。穴地取之，以供國王之膳。自公相以下，皆不得嘗。常以牛乳飼之。頃北使嘗攜至京，烹以進御。本朝使其國者亦皆得食之。蓋極珍重之也。張浮休使遼録亦謂有令邦者，以其肉一臠置之食物之鼎則立糜爛，是以愛重。陸氏舊聞云：狀類大鼠，極肥腯，甚畏日，爲隙光所射輒死。續墨客揮犀載，刁約使遼詩所云毗狸如鼠而大，穴居食果穀，若狍而脆，遼以爲珍膳。數説皆微有異同，要之即此一物，亦竹猵、獾狸之類耳。近世乃不聞有此，叩之北客，亦多不知，何耶？《齊東野語》

〔朱彝尊原按〕刁約詩所云貔狸，疑即黃鼠也。

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 一了百當。明大肉食單之一也。其法，用牛羊豬肉共三斤剁爛，蝦米半斤搗爲末，川椒、馬芹、茴香、胡椒、杏仁、紅豆各半兩，俱爲細末，生薑切細絲十兩，麪醬一斤半，臘糟一斤半，鹽一斤、葱白一斤，蕪荽細切二兩。用好香油一斤煉熟，然後將上件肉料一齊下鍋炒熟，候冷，裝入磁器内封貯。隨食取用。亦以調和湯汁爲佳。

羊肉宜滾湯下蓋定，漫火。養牛肉亦然，但不必蓋。馬肉冷水下，不可蓋，宜入酒同煑。獐肉冷水下，煑七八分熟，鹿肉亦然。煑過則乾燥無味。駝峰駝蹄醃一宿，滾湯下，一二沸，漫火養其肉。□油火緊易化，加地椒。凡各豬羊肉煑熟，必待出湯，冷透，方可刀切。宜切者切，宜片者片。切刀向外，片刀向内，不可亂也，不然嚼之成渣，且易碎而不光澤。熊掌用石灰拂湯剥，淨布纏煑熟，或糟尤佳。曩見陳春暉邦彦故第墻外，磚砌烟筒高四五尺，上口僅容一碗，不知何用。云是春暉當日製熊掌處。以掌入碗封固，道口上。其下點蠟燭一枝，微火燻一晝夜，湯汁不耗而掌已化矣。熊白批小段焯微熟，同蜜食，多食破腹。鹿舌冷水下，漫火煑。水少火慢不損味，做肉絲用。虎肉獾肉土内埋一宿，鹽醃半日，下冷水煑半熟，換水，如葱椒酒鹽，煑熟。煑硬肉，用磁砂桑白皮楮實同下鍋，立爛。敗肉入阿魏同煑，或用胡桃三個，每個鑽十餘竅，臭氣盡入胡桃中。鹿尾以剜刀去茸毛，不可破，破則紅漿流出，不美矣。用菜葉裹蒸熟，以鹽餳蘸食。或先煑尾盤，後蒸尾血較易。煑肥肉先用芝蘇花、茄花同物料調稀糊，塗上火炙乾，下鍋煑熟。

東坡煑豬肉訣云：淨洗鍋，少著水，柴頭罨烟燄不起。放翁詩云：蛗肩柴熟罨。正指此也。蘇陸非飲食之人，其言可信從。

袁枚《隨園食單》卷二《特牲單》 猪用最多，可稱廣大教主。宜古人有特豚饋食之禮。作《特牲單》。

猪頭二法

洗淨五觔重者，用甜酒三觔。七八觔者，用甜酒五觔。先將猪頭下鍋同酒煮，下葱三十根，八角三錢，煮二百餘滾。下秋油一大杯，糖一兩，候熟後嘗鹹淡，再將秋油加減。添開水要漫過猪頭一寸，上壓重物，大火燒一炷香。退出大火，用文火細煨收乾，以膩爲度。爛後即開鍋蓋，遲則走油。一法，打木桶一個，中用鍋簾隔開，將猪頭洗淨，加作料悶入桶中，用文火隔湯烝之，猪頭熟爛，而其膩垢悉從桶外流出，亦妙。

猪蹄四法

蹄膀一隻，不用爪，白水煮爛，去湯。好酒一觔，清醬酒杯半，陳皮一錢，紅棗四五個，煨爛。起鍋時，用葱、椒、酒潑入，去陳皮、紅棗，此一法也。又一法，先用蝦米煎湯代水，加酒、秋油煨之。又一法，用蹄膀一隻，先煮熟，用素油灼皺其皮，再加作料紅煨。有士人好先撥食其皮，號稱揭單被。又一法，用蹄膀一個，兩鉢合之，加酒、加秋油，隔水烝之，以二枝香爲度，號神仙肉。錢觀察家製最精。

猪爪猪筋

專取猪爪，剔去大骨，用雞肉湯清煨之。筋味與爪相同，可以搭配。有好腿

爪，亦可攙入。

豬肚二法

將肚洗淨，取極厚處，去上下皮，單用中心，切骰子塊，滾油炮炒，加作料起鍋，以極脆爲佳。此北人法也。南人白水加酒，煨兩枝香，以極爛爲度，贊清鹽食之亦可。或加雞湯作料，煨爛熏切亦佳。

豬肺二法

洗肺最難，以洌盡肺管血水，剔去包衣，爲第一着。敲之仆之，挂之倒之，抽管割膜，工夫最細。用酒水滾一日一夜；時縮小如一片白芙蓉，浮于湯面，再加作料，上口如泥。湯西厓少宰宴客，每碗四片，已用四肺矣。近人無此工夫，只得將肺折碎，入雞湯煨爛亦佳。得野雞湯，更如以清配清故也。用好火腿煨亦可。

豬膮

腰片炒枯則木，炒嫩則令人生疑，不如煨爛，醬椒鹽食之爲佳。或加作料亦可。只宜手摘，不宜刀切。但須一日工夫，才得如泥耳。此物只宜獨用，斷不可攙入別菜用，敢能奪味而惹腥。煨三刻則老，煨一日則嫩。

豬裏肉

豬裏肉精，而且故人多不食。嘗在揚州謝蘊山太守席上，食而甘之。云以裏肉切片，用絳粉團成小把，入蝦湯中，加香草、紫菜清煨，一熟便起。

白片肉

須自養之豬宰後入鍋，煮到八分熟，泡在湯中一個時辰取起。將豬身上行動之處，薄片上桌，不冷不熱，以溫爲度。此是北人擅長之菜，南人效之，終不能佳。且零星市脯，亦難用也。寒士請客，寧用燕窩，不用白片肉，以非多不可故也。割法，須用小快刀片之，以肥瘦相參，橫斜碎雜爲佳，與聖人割不正不食一語，截然相反。其豬身肉之名目甚多，滿洲跳神肉最妙。

紅煨肉三法

或用甜醬，或用秋油，或竟不用秋油、甜醬。每肉一觔，用鹽三錢，純酒煨之。亦有用水者，但須熬乾水氣。三種治法，皆紅如琥珀，不可加糖炒色。早起鍋則黃，當可則紅，過遲則紅色變紫，而精肉轉硬。常起鍋蓋，則油走而味都在油中矣。大抵割肉雖方，以爛到不見鋒稜，上口而精肉俱化爲妙，全以火候爲主。諺云：緊火粥，慢火肉。至哉言乎。

白煨肉

每肉一觔，用白水煮八分好，起出去湯。用酒半觔，鹽二錢半，煨一個時辰。用原湯一半加入，滾乾湯膩爲度，再加蔥、椒、木耳、韭菜志類。火先武後文。又一法，每肉一觔，用糖一錢，酒半觔，水一觔，清醬半茶杯。先放酒，滾肉一二十次，加回香一錢，放水悶爛，亦佳。

油灼肉

去硬短勒，切方塊，去筋襞，酒醬鬱過，入滾油中炮炙之，使肥者不膩，精者肉鬆。將起鍋時，加蔥蒜，微加醋噴之。

乾鍋烝肉

用小磁鉢，將肉切方塊，加甜酒、秋油，裝入鉢內，封口，放鍋內，下用文火乾烝之。以兩枝香爲度，不用水。秋油與酒之多寡，相肉而行，以蓋滿肉面爲度。

蓋碗裝肉

放手爐上，法與前同。

磁罈裝肉

放礶糠中慢煨。法與前同。總須封口。

脫沙肉

去皮切碎，每一觔用雞子三個，青黃俱用，調和拌肉。再斬碎，入秋油半酒杯，蔥末拌勻，用網油一張裹之。外再用菜油四兩，煎兩面，起出去油。用好酒一茶杯，清醬半酒杯，悶透，提起切片。肉之面上，加韭菜、香蕈、筍丁。

曬乾肉

切薄片精肉，曬烈日中，以乾爲度。用陳大頭菜，夾片乾炒。

火腿煨肉

火腿切方塊，冷水滾三次，去湯瀝乾。將肉切方塊，冷水滾二次，去湯瀝乾，放清水煨，加酒四兩，蔥、椒、筍、香蕈。

台鮝煨肉

法與火腿煨肉同。鮝易爛，須先煨肉至八分，再加鮝，涼之則號鮝凍。紹興人菜也。鮝不佳者，不必用。

粉烝肉

用精肥參半之肉，炒米粉黃色，拌麵醬烝之，下用白菜作墊。熟時不但肉美，菜亦美。以不見水，故味獨全，江西人菜也。

熏煨肉

先用秋油、酒將肉煨好，帶汁上木屑，晏熏之，不可太久，使乾濕參半，香嫩異常。吳小谷廣文家，製之精極。

芙蓉肉

精肉一觔，切片，清醬拖過，風乾一個時辰。用大蝦肉四十個，猪油二兩，切骰子大，將蝦肉放在猪肉上。一隻蝦，一塊肉，敲扁，將滾水煮熟撩起。熬菜油半觔，將肉片放在有眼銅勺內，將滾油灌熟。再用秋油半酒杯，酒一杯，雞湯一茶杯，熬滾，澆肉片上，加烝粉、蔥、椒糝上起鍋。

荔枝肉

用肉切大骨牌片，放白水煮二三十滾，撩起。熬菜油半觔，將肉放入炮透，撩起，用冷水一潔，肉皺，撩起。放入鍋內，用酒半觔，清醬一小杯，水半觔，煮爛。

八寶肉

用肉一觔，精肥各半，白煮一二十滾，切柳葉片。小淡菜二兩，鷹爪二兩，香蕈一兩，花海蜇二兩，胡桃肉四個去皮，筍片四兩，好火腿二兩，麻油一兩。將肉入鍋，秋油、酒煨至五分熟，再加餘物，海蜇下最在後。

菜花頭煨肉

用臺心菜嫩蕻，微醃，曬乾用之。

炒肉絲

切細絲，去筋襞、皮骨，用清醬、酒鬱片時，用菜油熬起，白烟變青烟後，下肉炒勻，不停手，加蒸粉，醋一滴，糖一撮，葱白、韭蒜之類。只炒半斤、大火，不用水。又一法，用油泡後，用醬水加酒畧煨，起鍋紅色，加韭菜尤香。

炒肉片

將肉精肥各半，切成薄片，清醬拌之，入鍋油炒。聞响即加醬水、葱、瓜、冬笋、韭芽，起鍋火要猛烈。

八寶肉圓

猪肉精肥各半，斬成細醬，用松仁、香蕈、笋尖、荸薺、瓜薑之類，斬成細醬，加縴粉和捏成團，放入盤中，加甜酒、秋油烝之。入口鬆脆。家致華云：肉圓宜切不宜斬。必別有所見。

空心肉圓

將肉捶碎鬱過，用凍猪油一小團作餡子，放在團肉烝之，則油流去，而團子空心矣。此法鎮江人最善。

鍋燒肉

煮熟不去皮，放麻油灼過，切塊加鹽，或贊清醬亦可。

醬肉

先微醃，用麵醬醬之，或單用秋油拌鬱，風乾。

糟肉

先微醃，再加米糟。

暴醃肉

微鹽擦揉，三日內即用。以上三味，皆冬月菜也，春夏不宜。

尹文端公家風肉

殺猪一口，斬成八塊，每塊炒鹽四錢，細細揉擦，使之無微不到。然後高掛有風無日處。偶有蟲蝕，以香油塗之。夏日取用，先放水中洵一宵，再煮，水亦不可太多太少，以蓋肉面爲度。削片時，用快刀橫切，不可順肉絲而斬也。此物惟尹府至精，常以進貢。今徐州風肉不及，亦不知何故。

家鄉肉

杭州家鄉肉，好醜不同，有上、中、下三等。大槩淡而能鮮，精肉可橫咬者爲上品。放久即是好火腿。

筍煨火肉

冬筍切方塊，火肉切方塊，仝煨。火腿撤去鹽水兩遍，再入冰糖煨爛。席武山別駕云：凡火肉煮好後，若留作次日喫者，須留原湯，待次日將欠肉投入湯中滾熱才好。若乾放離湯，則風燥而肉枯，用白水則又味淡。

燒小猪

小猪一個，六七觔重者，鉗毛去穢，又上炭火炙之。要四面齊到，以深黃色爲度。皮上慢慢以奶酥油塗之，屢塗屢炙。食時酥爲上，脆次之，□斯下矣。旗人有單用酒、秋油烝者亦佳。吾家龍文弟頗得其法。

燒猪肉

凡燒猪肉，須耐性。先炙裏面肉，使油膏走入皮肉，則皮鬆脆而味不走。若先炙皮，則肉上之油盡落火上，皮既焦硬，味亦不佳。燒小猪亦然。

排骨

取勒條排骨精肥各半者，抽去當中直骨，以葱代之，炙用醋、醬，頻頻刷上，

不可太枯。

羅簑肉

以作雞松法作之。存蓋面之皮，將皮下精肉斬成碎圊，加作料烹熟，聶廚能之。

端州三種肉

一羅簑肉，一鍋燒白肉，不加作料，以芝蘇、鹽拌之。切片煨好，以清醬拌之。三種俱宜于家常。端州聶、李二廚所作，特令楊二學之。

楊公圓

楊明府作肉圓，大如茶杯，細膩絶倫。湯尤鮮潔，入口如酥。大棗去筋去節，斬之極細，肥瘦各半，用縴合勻。

黄芽菜煨火腿

用好火腿，削下外皮，去油存肉。先用雞湯將皮煨酥，再將肉煨酥，放黄芽菜心，連根切段，約二寸許長。加蜜、酒娘及水，連煨半日。上口甘鮮，肉菜俱化，而菜根及菜心絲毫不散。湯亦美極。朝天宫道士法也。

蜜火腿

取好火腿，連皮切大方塊，用蜜酒煨極爛。但火腿好醜高低，判若天淵。雖出金華、蘭溪、義烏三處，而有名無實者多。其不佳者，反不如醃肉矣。惟杭州忠清里王三房家，四錢一斤者佳。余在尹文端公蘇州公館喫過一次，其香隔户便至，甘鮮異常。此後不能再遇此尤物矣。

袁枚《隨園食單》卷二《雜牲單》 牛羊鹿三牲，非南人家常時有之之物。然製法不可不知，作《雜牲單》。

牛肉

買牛肉法，先下各舖定錢，湊取腿筋夾肉處，不精不肥。然後帶回家中，剔去皮膜，脾三分酒，二分水，清煨極爛，再加秋油收湯。此太牢獨味孤行者也，不可加別物配搭。

牛舌

牛舌最佳，去皮撕膜，切片，入肉中同煨。亦有冬醃風乾者，隔年食之，極似好火腿。

羊頭

羊頭毛要去净，如去不净，用火燒之。洗净，切開，煮爛去骨。其口内老皮，俱要去净。將眼睛切成二塊，去黑皮，眼珠不用，切成碎丁。取老肥母雞湯煮之，加香蕈、筍丁，甜酒四兩，秋油一杯。如喫酸，用好米醋一杯。

羊蹄

煨羊蹄，照煨豬蹄法，分紅白二色。大抵用清醬者紅，用鹽者白，山藥配之宜。

羊羹

取熟羊肉斬小塊，如骰子大。雞湯煨，加筍丁、香蕈丁、山藥丁同煨。

羊肚羹

將羊肚洗净，煮爛切絲，用本湯煨之。加胡椒、醋俱可。北人炒法，南人不能如其脆。錢璵沙方伯家鍋燒羊肉極佳，將求其法。

紅煨羊肉

與紅煨豬肉同，加刺眼核桃，放入去羶。亦右法也。

炒羊肉絲

與炒豬肉絲同。可以用縴，愈細愈佳。葱絲拌之。

燒羊肉

羊肉切大塊，重五七觔者，鐵叉火上燒之。味果甘脆，宜葱宋仁宗夜半之思也。

全羊

全羊法有七十二種，可喫者不過十八九種而已。此屠龍之技，家厨難學。一盤一碗，雖全是羊肉，而味各不同才好。

鹿肉

鹿肉不可輕得，得而製之，其嫩鮮在獐肉之上。燒食可，煨食亦可。

鹿筋二法

鹿筋難爛，須三日前先捶煮之，絞出臊水數遍，加肉汁湯煨之，再用雞汁湯煨。加秋油、酒，微縴收湯。不攙他物，便成白色，用盤盛之。如兼用火腿、冬笋、香蕈同煨，便成紅色，不收湯，以碗盛之。白色者，加花椒細末。

獐肉

製獐肉與製牛、鹿同。可以作脯。不如鹿肉之活，而細膩過之。

果子狸

果子狸，鮮者難得。其醃乾者，用蜜酒娘烝熟，快刀切片上桌。先用米泔水

泡一日，去盡鹽穢。較火腿覺嫩而肥。

假牛乳

用雞蛋清拌蛋酒娘，打撥入化，上鍋烝之。以嫩膩爲主，火候遲便老，蛋清太多亦老。

鹿尾

尹文端公品味，以鹿尾爲第一。然南方人不能常得，從北京來者，又苦不鮮新。余嘗得極大者，用菜葉包而烝之，味果不同。其最佳處，在尾上一道漿耳。

袁枚《隨園食單》卷二《羽族單》

故令領羽族之首，而以他禽附之。作《羽族單》

雞功最巨，諸菜賴之，如善人積陰德而人不知。

白片雞

肥雞白片，自是太羹、元酒之味。尤宜于下鄉村入旅店，烹飪不及之時，最爲省便。煮時水不可多。

雞松

肥雞一隻，用兩腿，去筋骨剁碎，不可傷皮。用雞蛋清、粉縴、松子肉，同剁成塊。如腿不敷用，添補子肉，切成方塊，用香油灼黃，起放鉢頭內，加百花酒半斤，秋油一大杯，雞油一鐵勺，加冬筍、香蕈、薑、葱等。將所餘雞骨皮蓋面，加水一大碗，下蒸籠蒸透，臨喫去之。

生炮雞

小雛雞斬小方塊，秋油、酒拌，臨喫時拿起，放滾油內灼之，起鍋又灼，連灼三回，盛起，用醋、酒、粉縴、葱花噴之。

雞粥

肥雞母一隻，用刀將兩補肉去皮細刮，或用刨刀亦可。只可刮刨，不可斬，斬之便不膩矣。再用餘雞熬湯下之。喫時加細米粉、火腿屑、松子肉，共敲碎放湯內。起鍋時，放葱薑，澆雞油，或去渣，或存渣，俱可。宜于老人。大槩斬碎者去渣，刮刨者不去渣。

焦雞

肥母雞洗淨，整下鍋煮。用猪油四兩，回香四個，煮成八分熟，再拿香油灼黃，還下原湯熬濃，用秋油、酒、整葱收起。臨上片碎，并將原滷澆之，或拌贊亦可。此楊中丞家法也，方輔兄家亦好。

捶雞

將整雞捶碎，秋油、酒煮之。南京高南昌太守家製之最精。

炒雞片

用雞補肉去皮，斬成薄片。用豆粉、蘇油、秋油拌之，縴粉調之，雞蛋清抓。臨下鍋加醬、瓜、薑、葱花末。須用極旺之火炒，一盤不過四兩，火氣才透。

烝小雞

用小嫩雞雛，整放盤中，上加秋油、甜酒、香蕈、筍尖，飯鍋上烝之。

醬雞

生雞一隻，用清醬浸一晝夜，而風乾之。此三冬菜也。

雞丁

取雞補子切骰子小塊，入滾油炮炒之，用秋油、酒收起。加葷蕺丁、筍丁、香蕈丁拌之，湯以黑色爲佳。

雞圓

斬雞補子肉，爲團如酒杯大，鮮嫩如蝦團。揚州莊八太爺家，製之最精。法用猪油、蘿蔔、縴粉揉成，不可放餡。

蘑菇煨雞

口蘑菇四兩，開水泡去砂，用冷水漂，牙刷擦，再用清水漂四次，用菜油二兩炮透，加酒噴。將雞斬塊，放鍋內滾去沫，下甜酒、清醬，煨八分功成，下蘑菇，再煨二分功程，加筍、葱、椒起鍋，不用水，加冰糖三錢。

梨炒雞

取雛雞胸肉切片，先用猪油三兩熬熟。炒三四次，加蘇油一瓢、縴粉、鹽花、薑汁、花椒末各一茶匙，再加雪梨薄片，香蕈小塊，炒三四次起鍋，盛五寸盤。

假野雞卷

將補子斬碎，用雞子一個，調清醬鬱之。將網油畫碎，分包小包，油裏炮透，再加清醬、酒作料，香蕈、木耳起鍋，加糖一撮。

黃芽菜俟雞

將雞切塊，起油鍋生炒透，酒滾二三十次，加秋油後滾二三十次，下水滾，將菜切塊，俟雞有七分熟，將菜下鍋，再滾三分，加糖、葱、大料。其菜要另滾熟攙用，每一隻用油四兩。

栗子炒雞

雞斬塊，用菜油二兩炮，加酒一飯碗，秋油一小杯，水一飯碗，煨七分熟。先將栗子煮熟，同筍下之，再煨三分起鍋，下糖一撮。

灼八塊

嫩雞一隻斬八塊，滾油炮透。去油，加清醬一杯，酒半斤，煨熟便起，不用水，用武火。

珍珠圓

熟雞補子切黃豆大塊，清醬、酒拌勻，用乾麪滾滿，入鍋炒。炒用素油。

黃芪烝雞治瘀

取童雞未曾生蛋者殺之，不見水，取出肚臟，塞黃芪一兩，架箸放鍋內烝之，四面封口，熟時取出，滷濃而鮮，可療弱症。

滷雞

囫圇雞一隻，肚內塞葱三十條，茴香二錢，用酒一斤，秋油一小杯半。先滾一枝香，加水一斤，脂油二兩，一齊同煨。待雞熟，取出脂油。水要用熟水，收濃滷一飯碗才取起。或折碎，或薄刀片之，仍以原滷拌食。

蔣雞

童子雞一隻，用鹽四錢，醬油一匙，老酒半茶杯，薑三大片，放砂鍋內，隔水烝爛，去骨，不用水。蔣御史家法也。

唐雞

雞一隻，或二斤，或三斤，如用二斤者，用酒一飯碗，水三飯碗。用三斤者酌添。先將雞切塊，用菜油二兩，候滾熟，爆雞要透。先用酒滾一二十滾，再下水約二三百滾，用秋油一酒杯。起鍋時加白糖一錢。唐靜涵家法也。

雞肝

用酒、醋噴炒，以嫩爲貴。

雞血

取雞血爲條，加雞湯、醬、醋、索粉作羹，宜于老人。

雞絲

拆雞爲絲，秋油、芥末、醋拌之。此杭州菜也。加筍加芹俱可。用筍絲、秋油、酒炒之亦可。拌者用熟雞，炒者用生雞。

糟雞

糟雞法與糟肉仝。

雞腎

取雞腎三十個，煮微熟，去皮，用雞湯加作料煨之，鮮嫩絶倫。

雞蛋

雞蛋去殼放碗中，將竹箸打一千回，烝之絶嫩。凡蛋一煮而老，一千煮而反嫩。加茶葉煮者，以兩炷香爲度。蛋一百，用鹽一兩，五十用鹽五錢。加醬煨亦可。其他則或煎或炒俱可。斬碎黃雀，烝之亦佳。

野雞五法

野雞披胸肉，清醬鬱過，以網油包放鐵盒上燒之，作方片可，作卷子亦可，此一法也。切片加作料炒，一法也。取胸肉作丁，一法也。當家雞整煨，一法也。先用油灼折絲，加酒、秋油、醋，仝芹菜冷拌，一法也。生片其肉入火鍋中，登時便哖，亦一法也。其弊在肉嫩則味不入，味入則肉又老。

赤燸肉雞

赤燸肉雞，洗切淨，每一斤用好酒十二兩，鹽二錢五分，冰糖四錢，研酌加桂皮，同入砂鍋中，文炭火煨之。倘酒將乾，雞肉尚未爛，每斤酌加清開水一茶杯。香爲度。不可用水，先煨雞八分熟，再下蘑菇。

蘑菇煨雞

雞肉一斤，甜酒一斤，鹽三錢，冰糖四錢，蘑菇用新鮮不霉者，文火煨兩枝線香爲度。不可用水，先煨雞八分熟，再下蘑菇。

鴿子

鴿子如好火腿，仝煨甚佳，不用火肉亦可。

鴿蛋

煨鴿蛋法與煨雞腎同。或煎食亦可，加微醋亦可。

野鴨

野鴨切厚片，秋油鬱過，用兩片雪梨，來往炮炒之。蘇州毛道臺家製法最精，今失傳矣。用烝家鴨法烝之，亦可。

烝鴨

生肥鴨去骨，內用糯米一酒杯，火腿丁、大頭菜丁、香蕈、筍丁、秋油、酒、小磨蘇油、葱花，俱灌鴨肚內，外用雞湯，放盤中，隔水烝透。此真定魏太守家法也。

鴨湖塗

用肥鴨白煮八分熟，冷定去骨，折成天然不方不圓之塊，下原湯內煨，加鹽三錢，酒半斤，捶碎山藥，同下鍋作絳。臨煨爛時，再加薑末、香蕈、葱花。如要濃湯，加放粉絳。以芋代山藥亦妙。

滷鴨

不用水用酒，煮鴨去骨，加作料食之。高要令楊公家法也。

鴨肺

用肥鴨斬大方塊，用酒半斤，秋油一杯，筍、香蕈、葱花悶之，敗滷起鍋。

燒鴨

用雛鴨，上叉燒之。馮觀察家廚最精。

挂滷鴨

塞葱鴨腹，蓋悶而燒。水西門許店最精。家中不能作。有黃、黑一色，黃者更妙。

乾烝鴨

杭州商人何星舉家乾烝鴨。將肥鴨一隻洗淨，斬八塊，加甜酒、秋油，淹滿鴨面，放磁罐中封好，置乾鍋中烝之。用文炭火，不用水，臨上時，其精肉皆爛如泥。以線香二枝爲度。

野鴨團

細斬野鴨胸前肉，加豬油微絳，調揉成團，入雞湯滾之。或用本鴨湯亦佳。太興孔親家製之甚精。

徐鴨

頂大鮮鴨一隻，用百花酒十二兩，青鹽一兩二錢，滾水一湯碗，冲化去渣沫，再兌冷水七飯碗，鮮薑四厚片，約重一兩，同入大瓦蓋鉢內，將皮紙封固口，用大火籠燒透。大炭吉三元，約二文一個。外用套包一個，將火籠罩定，不可令其走氣。約早點時炖起，至晚方好。速則恐其不透，味便不佳矣。其炭吉燒透後，不宜更換瓦鉢，亦不宜預先開看。鴨破開時，將清水洗後，用潔淨無漿布拭乾入鉢。

煨麻雀

取麻雀五十隻，以清醬、甜酒煨之。熟後去爪脚，單取雀胸、頭肉，連湯放盤中，甘鮮異常。其他鳥鵲俱可類推，但鮮者一時難得。薛生白常勸人勿食人間豢養之物，以野禽味鮮且易消化。

煨鵪鶉、黃雀

鵪鶉用六合來者最佳，有現成製好者。黃雀用蘇州糟加蜜酒煨爛，下作料，與煨麻雀仝。蘇州沈觀察煨黃雀，并骨如泥，不知作何製法。炒魚片亦精。其廚饌之精，合吳門惟爲第一。

雲林鵝

《倪雲林集》中載製鵝法。整鵝一隻洗淨後，用鹽三錢擦其腹內，塞葱一帚填實其中。外將蜜拌酒通身滿塗之，鍋中一大碗酒，一大碗水烝之，用竹箸架之，不使鵝身近水。竈內用山茅二束，緩緩燒盡爲度。俟鍋蓋冷後，揭開鍋蓋，將鵝翻身，仍將鍋蓋封好烝之，再用茅柴一束，燒盡爲度。柴俟其自盡，不可挑撥。鍋蓋用綿紙糊封，逼燥裂縫，以水潤之。起鍋時，不但鵝爛如泥，湯亦鮮美。以此法製鴨，味美亦同。每茅柴一束，重一斤八兩。擦鹽時，串入葱、椒末子，以酒和勻。《雲林集》中載食品甚多，只此一法，試之頗效，餘俱附會。

燒鵝

杭州燒鵝爲人所笑，以其生，也不如家厨。自燒爲妙。

袁枚《隨園食單》卷三《小菜單》 醃蛋

醃蛋以高郵爲佳，顏色紅而油多。高文端公最喜食之。席間先夾取以敬客，放盤中，總宜切開帶殼，黃白兼用。不可存黃去白，使味不全，油亦走散。

混套

將雞蛋外殼，微敲一小洞，將清、黃倒出，去黃用清，加濃雞滷煨就者拌入，用箸打良久，使之融化，仍裝入蛋殼中，上用紙封好，飯鍋烝熟，剥去外殼，仍渾然一雞卵也，味極鮮。

李化楠《醒園録》卷上 醃火腿法

每十斤猪脚，配鹽十二兩，極多加至十四兩。將鹽炒過，加皮硝末少許，乘猪鹽兩熱擦之令勻，置大桶內，上面用大石壓之，五日一翻，候一個月，將腿取起晾於風處，四五個月可用。

又法：

金華人做火腿，每斤猪脚配炒鹽三兩，或云原方配六兩，不無太鹹。用手將鹽擦完，石壓之，三天取出，用手極力揉之，肉軟爲度，翻轉再壓再揉，至肉軟如棉，取出掛之風處。約當於小雪後起，至立春後方可掛風不凍。

醃猪肉法

每豬肉十斤，配鹽一斤，肉先作條片，用手掌打四五次，然後將鹽炒熱擦上，用石塊壓緊，俟次日水出，下硝少許，一天翻一天醃，六七天撈起。夏天晾風，冬天曬日，均俟微乾收用。

又法：

先將豬肉切成條片，用冷水泡浸半天或一天，撈起，每肉一層配稀薄食鹽一層，裝入盆內，上面用重物壓之，蓋密，永勿搬動。要用照層次取起，仍留鹽水。若要薰吃，照前法用鹽浸，過三天撈起，曬微乾。用甘蔗渣同米佈放鍋底，將肉鋪排籠內蓋密，安置鍋上，粗糠慢火焙之，以蔗米烟薰入肉內，內油滴下味香，取起掛於風處。要用時，白水微煮甚佳。

醃熟肉法

凡有事餘剩之熟雞豬等肉，欲久留以待各，雞當破作兩半，豬肉切作條子，中間剖開數刀，用鹽於內外及剖縫處搓得極勻，但不可太鹹，裝入盆內。用蒜頭搗爛，和好米醋泡之，以石壓其上，一日須翻一遍。二三日撈起，晾略乾，將鐵鍋抬起，用竹片搭十字架於鼈內，或鐵絲編成更妙。將肉鋪排竹上，仍以鍋覆之，塞勿出烟。鼈內用粗糠或濕甘蔗粕生火薰之，鼈門用磚堵塞，不時翻轉，總以乾香爲度。取起收入新罈內，口蓋緊，過火不壞而且香。

酒燉肉法

新鮮肉一斤刮洗净，入水煮滾一二次即出，刀改成大方塊，先以酒同水燉有七八分熟，加醬油一杯，花椒料葱薑桂皮一小片，不可蓋粥。俟其將熟，蓋鍋以悶之，總以煨火爲主。或先用油薑煮滾，下肉煮之，令皮略赤，然後用酒燉之，加醬油椒葱香薑之類。又或將肉切成塊，先用甜醬擦過，纔下油烹之。

醬肉法

豬肉用白水煮熟，去白肉併油絲，務令淨盡。取純精的切寸方塊子，醃入好豆醬內曬之。

火腿醬法

用南火腿煮熟，切碎丁，如火腿過鹹，即當用水先泡淡些，然後煮之。去皮單取精肉，用火將鍋燒得滾熱，將香油先下滾香，次下甜醬、白糖、甜酒同滾煉好，然後下火腿丁及松子、核桃、瓜子等仁，速炒翻取起，磁罐收貯。其法：每火腿一隻，用好麵醬一斤，香油一斤，白糖一斤，核桃仁四兩，去皮打碎。花生仁四兩炒，去膜打碎。松子仁四兩，瓜子仁二兩，桂皮五分，砂仁五分。

做豬油丸法

將豬板油切極細，加雞蛋黃菉豆粉少許，和醬油酒調勻，用杓取收掌心，聶丸下滾水中，隨下隨撈用。香菰冬筍俱切條，加葱白同清肉汁和水煮滾，乃下油丸煮滾取起，食之甚美。

蒸豬頭法

豬頭先用滾水泡洗刷割極淨，纔將裏外用鹽擦遍，暫置盆中二三時久，鍋中纔放涼水，先滾極熟，後下豬頭，所擦之鹽不可洗去。煮至三五滾撈起，以淨布揩乾內外水氣，用大蒜搗極細，如有鮮柑花更妙。擦上內外務必週遍，置蒸籠內蒸至極爛，將骨拔去，切片拌齊芥末柑花蒜醋，食之俱妙。

又法：

豬頭買來，悉如前法洗淨，裏面生葱連根塞滿。外面以好甜醬抹勻一指厚，用木頭架於鍋中，底下放水，離豬頭一二寸許，不可淹着。上面以大磁盆覆蓋，週圍用布塞極密，勿令稍有出氣，慢火蒸至極爛取出，去葱切片，吃之甚美。

做肉鬆法

用豬後腿整個緊火煮透，切大方斜塊，加香蔴，用原湯煮至極爛，取精肉用手扯碎，次用好甜酒清醬大茴末白糖少許，同肉下鍋慢火拌炒，至乾取起收貯。

假火肉法

鮮肉用鹽擦透，再用紙二三層包好，入冷水灰內，過一二日取出，煮熟食之，與火肉無二。

煮老豬肉法

以水煮熟取出，用冷水浸冷，再煮即爛。

醃肉法　與前醃肉一條參看。

豬宰完破開，切成二斤或斤半塊子，取去骨頭。將鹽研末，以手揾末擦肉皮一遍，再將所取之骨鋪於缸底，先下整花椒拌鹽一層，後下肉一層，其肉皮當向下，總以一層肉一層鹽椒下完，面上多蓋鹽椒，用紙封固，過十餘天可吃。如吃時取出，仍用紙封固，勿令出氣。其肉缸放不冷不煖之處方好，醃豬頭亦如是，其骨棄之。

風豬小腸法

豬小腸放磁盆內，先滴下菜油少許，用手攪勻，候一時久，下水如法洗淨，切作節段，每節量長一尺許，用半精白豬肉剁極碎，下豆油、酒、花椒、葱珠等料和

勻，候半天久，裝入腸肉，只可八分，不可太滿，兩頭紮緊，鋪層籠內蒸熟，風乾。要用當再蒸熟，切薄片，吃之甚佳。

白煮肉法

凡要煮肉，先將皮上用利刀橫立刮洗三四次，然後下鍋煮之，隨時翻轉，不可蓋鍋，以聞得肉香爲度。香氣出時，即抽取鼈內火，蓋鍋悶一刻，撈起片吃有味。又云：白煮肉當先脩冷水一盆置鍋邊，煮拔三次，分外鮮美。

風鷄鵝鴨法

醃薰之法，與前醃薰豬肉同，但肉厚處當剖開，加米醋少許。又或起先竟不用鹽醃完，完時剖開肉厚處，用豆油、麵醬、酒醋、花椒之類和汁刷之，薰乾不時取出再刷，更佳。

風板鴨法

每鴨一隻配鹽三兩，牙硝一錢，將鴨如法宰完，去腹內，用牙硝研末，先擦腹及各處之有刀傷者，然後將鹽炒熱遍擦就好。俟水滾透放下雞鴨，一滾不可太久，撈起即下冷水拔之，取起下鍋，再滾再拔，如是三五次，試熟即可取吃，不可煮頓，致油走化，大減成色。

悶雞肉法

先將肥雞如法宰洗，砍作四大塊，用豬油下鍋煉滾，下雞烹之，少停一會，取起去油，用好甜醬花椒料逐塊抹上，下鍋加甜酒，悶數滾熟爛，加葱花香菜，取起吃之甚美。

新鮮鹽白菜炒雞法

把嫩雌雞如法宰了，切成塊子，先用菜油椒料炒過後，加白水煨火燉之。臨吃下新鮮鹽白菜，加酒少許，不可蓋鍋蓋，則黃色不鮮。

食牛肉乾法　鹿肉乾同

生肉切成大片約厚一寸，將鹽攤放平處，取牛肉塊順手平平丟下，隨手取起翻過再丟，兩面均已粘鹽。丟下時不可用手按壓，拿起輕輕抖去浮鹽，亦不可用手抹擦，逐層安放盆內，用石壓之。隔宿，將滷洗肉取出，鋪排稻草上曬之，不時翻轉，至晚收放平板上，用木棍趕滾，使肉堅實光亮，隨逐層堆板上，用重壓蓋。次早取起再曬，至晚再滾再壓，內外用石壓之，隔宿或一兩天，取起掛在風處，一月可吃。雞鴨有大小，配鹽當以每斤加一左右，極多至加一五，切不可過多。

封雞法

將雞宰洗乾淨，脚灣處用刀鋸一下，令筋略斷，將脚順轉插入屁股內，烘熱用甜醬擦遍，下滾油翻轉烹之，俟皮赤紅取起下鍋內，用水漫火先煮，至湯乾雞熟，乃下甜酒青醬椒角，整粒用之再燉至極爛，加椒末葱珠，用碗盛之好吃。或將雞砍作四大塊及小塊皆可，然總不及整個之味全。

假燒雞鴨法

將雞鴨宰完洗淨，砍作四大塊，擦甜醬，下滾油烹過，取起下砂鍋內，用好酒清醬花椒角茴同煮，至將熟，傾入鐵鍋內，慢火燒乾至焦，當隨時翻轉，勿使粘鍋。

頃刻熟雞鴨法

用頂肥雞鴨不下水，乾退毛後，挖一孔取出腹內碎件，裝入好梅乾菜令滿，用猪油下鍋煉滾，下雞鴨烹之，至紅色香熟取起，剥去焦皮，取肉片吃甚美。

關東煮雞鴨法

先用一盆冷水放在鍋邊，纔用水下鍋，不可太多，只淹得雞鴨。第三日早取出晾半天，裝入罈內，如裝久潮濕，取出再晾。此做牛肉乾之法也。要吃時，取肉乾切成二寸方塊，用雞湯或肉湯淹牛脯有二寸許，加大蒜瓣十數枚不打破，同煮至湯乾取起，每塊切作兩塊，須橫切爲妙。再折作粗條，約指頭大，再用甜酒和好豆油，以牛脯多寡配七八分，再煮至乾，食之極美。

食鹿尾法

此物當乘新鮮，不可久放致油乾肉硬，則味不全矣。法先用涼水洗淨，新布裹密用線紮緊，下滾湯煮一袋烟時，取起退毛令淨，放磁盤內。和醬及清醬醋薑蒜，蒸至熟爛，切片吃之。又云先用豆腐皮或鹽酸菜包裹，外用小繩子或錢串紮得極緊，下水煮一二滾，取起去毛淨，安放磁盤內，蒸熟片吃。

食熊掌法

先用温水泡軟取起，再用滾水盪退去毛令淨，放磁盤內，和酒醋蒸熟去骨，將肉切片裝磁盤內，下好肉湯及清醬酒醋薑蒜，再蒸至極爛好吃。

炒野味法

炒野雞麻雀及一切山禽等類，皆當用茶油爲主，無茶油則用芝蔴油。切不可用猪油。先將茶油同飯粒數慢火滾數滾，撈去飯顆，下生薑絲炙赤，將烏肉配甜醬，瓜，薑切細絲，下去同炒數遍取起，用甜酒豆油和下，再炒至熟好吃。若麻雀

取起時，當少停一會，纔下去再炒。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷九《獸部》 蘭薰俗名火腿，出金華者佳，金華六屬皆有，惟出東陽浦江者更佳。其醃腿有冬腿、春腿之分，前腿、後腿之別。冬腿可久留不壞，春腿交夏即變味，久則蛆腐難食。又冬腿之中，獨取後腿，以其肉細厚可久藏，前腿未免較遜。蓋金華一帶人家，多以木甑撈米作飯，不用籮煮飯，湯釅厚者以飼豬。其養豬之法，擇潔淨欄房，早晚以豆渣糠屑餵養，兼煮粥以食之。夏則兼飼以瓜皮菜葉，冬飼必以熱食，調其饑飽，察其冷暖，故肉細而體香，茅船漁户所養尤佳，名船腿，其腿較小於他腿，味更香美。凡金華冬腿三年陳者，煮食氣香盈室，入口味甘酥，開胃異常，爲諸病所宜。《東陽縣志》：薰蹄俗謂火腿，其實烟薰非火也，醃曬薰收如法者，果勝常品，以所醃之鹽必台鹽，所薰之烟必松烟，氣香烈而善入，製之及時如法，故久而彌旨。另一種名風蹄，不用鹽漬，名曰淡腿，浦江爲盛，本邑不多。陳遠夫《藥鑑》：浦江淡腿小於鹽腿，味頗淡，可以點茶。名茶腿。陳者止血痢，開胃如神。陳芝山《食物宜忌》：火腿醃過，晾燥高挂至次年夏間者，愈陳愈妙，出金華府屬邑者佳。《常中丞筆記》：蘭薰、金華豬腿也，南省在在能製，但不及金華者，以其皮薄，而紅熏淺而香，是以流傳遠近，目爲珍品，然亦惟出浦江者佳。其製割於冬月，用鹽勻稱，使肉堅實不敗，最上者曰淡腿，味美香潔，可以佐茶，各處皆無此製，蓋此地畜豕闌圈清潔，俟其將茁壯時，即宰剥醃曬，或曰其豕種原異他處，而又得香溪等水飼之，亦近乎理。陳瑶《藏藥秘訣》：凡收火腿須擇冬醃，金華豬後腿爲上選，皮薄色潤，日照之明亮，通體隱隱見肉骨者佳。用香油遍塗之，每個以長繩穿脚，排勻一字式，下以毛竹對破仰承，以接油置之透風處，雖十年不壞。倘交夏入梅，上起緣衣亦無害，或生毛蟲，見有蛀孔，以竹簽挑出，用香油灌之。如剖切剩者，須用鹽塗切口肉上，荷葉包好懸之，依此可久留不壞。朱氏僕葛三言，少時曾儲金華習其業，知醃腿法甚詳，云火腿，金華六屬皆有，總以出浦江湯家村者爲第一，村止一二千户，皆養豬作腿，其豬不甚大，極重者不過七八十觔，製爲腿乾之，不過三四觔，或五六觔不等，四時皆可醃，惟冬腿爲第一。冬醃者皮細無粟眼，手摸之潤膩，切開無黃臘爪灣，可久留不蛀，他時者皆易蛀。春腿多粟眼，夏腿爪直，秋腿皮粗。醃法，每腿十觔，用炒鹽四兩，以木刻檀如人手掌狀。糝鹽後，用掌檀輕輕揉擦，四圍兼到。俟皮軟如綿，然後入缸，缸面蓋以辣蓼，竹匾覆之，待七日後，有滷翻攪一轉，令上下勻。再以炒鹽四兩如前法，以手揉醃入缸，十日後出缸，即用缸中原計洗淨，一一以草繩縛足，挂懸風處，惟冬醃者不滴油。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷九《獸部》 蘭薰俗名火腿，出金華者佳，金華六屬皆有，惟出東陽浦江者更佳。其醃腿有冬腿、春腿之分，前腿、後腿之別。冬腿可久留不壞，春腿交夏即變味，久則蛆腐難食。又冬腿之中，獨取後腿，以其肉細厚可久藏，前腿未免較遜。蓋金華一帶人家，多以木甑撈米作飯，不用籮煮飯，湯釅厚者以飼豬。其養豬之法，擇潔淨欄房，早晚以豆渣糠屑餵養，兼煮粥以食之。夏則兼飼以瓜皮菜葉，冬飼必以熱食，調其饑飽，察其冷暖，故肉細而體香，茅船漁户所養尤佳，名船腿，其腿較小於他腿，味更香美。凡金華冬腿三年陳者，煮食氣香盈室，入口味甘酥，開胃異常，爲諸病所宜。《東陽縣志》：薰蹄俗謂火腿，其實烟薰非火也，醃曬薰收如法者，果勝常品，以所醃之鹽必台鹽，所薰之烟必松烟，氣香烈而善入，製之及時如法，故久而彌旨。另一種名風蹄，不用鹽漬，名曰淡腿，浦江爲盛，本邑不多。陳遠夫《藥鑑》：浦江淡腿小於鹽腿，味頗淡，可以點茶。名茶腿。陳者止血痢，開胃如神。陳芝山《食物宜忌》：火腿醃過，晾燥高挂至次年夏間者，愈陳愈妙，出金華府屬邑者佳。《常中丞筆記》：蘭薰、金華豬腿也，南省在在能製，但不及金華者，以其皮薄，而紅熏淺而香，是以流傳遠近，目爲珍品，然亦惟出浦江者佳。其製割於冬月，用鹽勻稱，使不似火腿冬醃陳久者爲佳。然今店中所售火腿，均以家鄉肉腿風乾，至次年皮上起緣衣充陳火腿賣，人多不察。若撩病作食餌，須真金華腿方有效也。

味鹹甘性平。陳芝山云：補虛開胃。《百草鏡》云：平肝運脾，和血生津。

《藥鑑》云：滋腎健足力。

敏按：芝山所言，乃未經杭肆滷漬之肉，故能補虛，若經滷漬透，便能燥肺，凡肺痿陰虛咳嗽者，恐非所宜，產婦虛勢須補者亦忌。其肥肉得硝滷，入腹即成痰，體肥作痰者亦不宜多食，倘食之作痰，杏仁研食可解。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷九《獸部》 製火腿法

李化楠《醒園録》有醃火腿法。每十觔豬腿，配鹽十二兩，極多加至十四兩，將鹽炒過，加皮硝末少許，乘豬鹽兩熱，擦之令勻，置大桶内，用石壓之，五日一翻，候一月，將腿取起晾有風處，四五個月可用。金華做火腿，每觔豬腿配炒鹽三兩，用手極力揉之，翻轉再壓再揉，至肉軟如綿，挂風處，約小雪後至立春後，方可挂起不凍。戴羲《養餘月令》有製火腿法，十一月内圈豬方殺下，只取四隻精腿，乘熱用鹽，每一觔肉鹽一兩，從皮擦入肉内，令如綿軟，以石壓竹棚上，至缸内二十日，次第三番五次用稻草灰，一重間一重叠起，用熏草烟熏一週時，挂在烟處，初夏以水浸洗，仍前挂之。按：此乃村鄉土醃火腿法，要不及金華之蘭薰也，然較之杭市醃臘店所買火腿，則又不啻

宵壞矣，故並載其法。造火腿醬法：用南火腿煮熟切碎丁，如火腿過鹽，先用水泡淡，再煮去皮，單取精肉，用火將鍋燒得滾熱，將香油先下滾香，次下甜醬白糖甜酒，同滾煉好，然後下火腿丁及松子、核桃、瓜子等仁，速炒翻取，起磁罐收貯。其法每腿一隻，用好麵醬一觔，香油一觔白糖一觔，核桃仁四兩去皮打碎，花生仁四兩炒去衣打碎，松子仁去衣四兩，瓜子仁二兩，桂皮五分，砂仁五分。

程岱葊《野語》卷三《枇杷》 有僧所居菴，種枇杷一株，澆灌甚勤，結果甚大而無核，獨得善價。其友羨之，如法澆灌，依然有核。問之於僧，則以佛賜奇種對。友思其法，數年不能得。詮僧好酒肉，乃招之食鵝肩。僧至，始洗刮置於釜，命童子添薪燒之，而自與僧先在外舍飲酒。經數刻，童子即以盤具托鵝肩出，味甚香且爛熟矣。僧訝其速堅，求煮法，亦不以告。固請之，友曰：上剎有佛賜果品，豈寒厨無仙授烹調乎。僧不得已，乃告云：枇杷方花時，花中有心，以鑷去之，則果大無核矣。友亦云：鵝肩入鍋後，文火煨之，竟夜不揭鍋蓋，即香且爛矣。適洗刮納釜者，猶未煮也。遂大笑，飲啖而散。

語曰：聞聖多默島，百果無核，寥遠難稽，惟柳中嚮貢瑣子蒲萄無核。近中國甚多，乃於蒲萄熟後，去核作脯若無核。然今人好奇作僞，往往與此僧同，特少有心人破其法耳。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・歲令總雜識》 五味脯。《齊民要術》作五味脯法：正月、二月、九月、十月爲佳，臘月中作條者，堪度夏。

舒位撰《黔苗竹枝詞・黑苗三首》 耶頭洞崽畫鴻溝，醅菜藏來各幾秋。準待來年吃牯臟，鬼堂風雨自啾啾。

黑苗以上户爲耶頭，下户爲洞崽，雖男女多苟合，然洞崽不敢通耶頭，犯則死期至矣。所得羔豚雞犬鵝鴉之屬，死則連毛臟置之甕中，層層按納，俟其蛆臭腐，始告缸成，名曰醅菜，珍爲異味，愈久愈貴。問苗子之富，則曰藏醅桶幾世矣。又每十三年畜牡牛祭天地祖宗，號祭曰喫牯臟，每寨公建祖祠名曰鬼堂。

顧仲《養小録》卷下《肉之屬》 蒸臟肉

洗淨煠過，換水又煠，又換幾數次，至極淨極淡，入深錫鍍，加酒漿油葱椒茴蒸，熟則陳肉，而別有新味，故佳。

煠臟肉

煠臟肉陳者，每油哼氣法，于將熟時，以燒紅炭火數塊，淬入鍋内則不哼。

藏臟肉

醃就小塊肉，浸菜油罐内，隨時取用，不臭不蟲，油仍無礙。

肉脯

訣曰：一斤肉切十來條，不論豬羊與太牢。大盞醇醪小盞醋，葱椒茴桂入分毫。飛鹽四兩稱來準，分付庖人慢火燒。酒盡醋乾方是法，味甘不論孔聞韶。

煠肚

治極淨煠熟，預鋪稻草灰于地，厚一二寸許，以肚乘熱置灰上，瓦盆覆緊，隔宿肚厚加倍，入鹽酒再煠食之。

肺羹

肺以清水洗去外面血污，以淡酒加水和一大桶，用盌舀入肺管内，入完，肺如巴斗大，紮緊管口，入鍋煠熟，剥去外皮，除大小管淨，加松子仁鮮筍香蕈腐衣各細切，入美汁作羹，佳味也。

煠茄肉

茄煠肉肉每黑，以枇杷核數枚剥淨同煠，則肉不黑色。

夏月凍蹄膏

豬蹄治淨，煠熟，去骨細切，加化就石花一二杯許，入香料再煠極爛，入小口瓶内，油紙包紮，掛井水内，隔宿破瓶取用。

皮羹

煠熟火腿皮，切細條子，配以筍香蕈韭芽肉湯下之，風味超然。

灌肚

豬肚及小腸治淨，用香蕈磨粉拌，小腸裝入肚内，縫口煠極爛。

兔生

兔去骨，切小塊，米泔浸捏洗淨，再用酒脚浸洗，再漂淨，瀝乾水迹，用大小茴香胡椒花椒葱油酒加醋少許，入鍋燒滾，下兔肉滾熟。

熊掌

帶毛者挖地作坑，入石灰及半，放掌于内，上加石灰，涼水澆之，候發過停冷取起，則毛易去根，俱出洗淨，米泔浸一二日，用豬脂油包煠，復去油撕條豬肉同頓。

熊掌最難熟透，不透者食之發脹，加椒鹽末，和麪裹飯鍋上，蒸十餘次，乃可食。

或取數條同豬肉煮，則肉味鮮而厚，留掌條勿食，俟煮豬肉仍拌入，伴煮數十次乃食，久留不壞，久煮熟透，糟食更佳。

黃鼠

泔浸一二日入籠，脊向底蒸，如蒸饅頭，許時火候，寧緩勿急，取出去毛刷極淨，每切作八九塊，塊多則骨碎雜難吃。每塊加椒鹽末，麪裹再蒸，火候緩而久，一次蒸熟爲妙，多次則油走而味淡矣，取出糟食。

顧仲《養小錄》卷下《禽之屬》 滷雞

雛雞治淨，用豬板油四兩搥爛，酒三盌，醬油一盌，香油少許，茴椒葱同雞入鐺，汁料半入腹內，半淹雞上，約浸浮四分許，用麪餅蓋鐺，用蒸架架起，隔湯蒸熟，須勤翻看火候。

雞鬆

雞同黃酒大小茴香葱椒鹽水煮熟，去皮骨焙乾，擂極碎，油焙乾收貯。

粉雞

雞胸肉去筋皮，橫切作片，每片搥輭，椒鹽酒醬拌放，食頃入滾湯焯過，取起，再入美汁烹調，鬆嫩。

蒸雞　鵝鴨豬羊肉同法

雛雞治淨，用鹽醬葱椒茴末勻塗醃，半日入錫鐺，蒸一炷香取出，撕碎去骨，斟酌加調滋味，再蒸一炷香，味香美。

爐焙雞

肥鷄水煮八分熟，去骨切小塊，鍋內熬油略炒，以盆蓋定。另鍋燒極熱酒醋醬油相半，入香料并鹽少許烹之，候乾再烹，如此數次，候極酥極乾取起。

煮老雞

豬胰一具切碎同煮，以盆蓋之，不得揭開，約法爲度，則肉輭而汁佳。老鵝鴨同。

封鵝

治淨，內外抹香油一層，用茴香大料及葱實腹，外用長葱裹緊，入錫罐，蓋住箬片包札固入鍋，鉢覆，文武火煮三次，爛爲度。

讓鴨

鴨治淨，脊下取孔去腸雜，再淨精，製豬肉餅子劑入滿，外用茴椒大料塗滿，入鍋，上覆大盆，重湯煮，以筋扦入，透底爲度。鵝入罐通不用汁，自然上升之氣味凝重而美，吃時再加糟油，或醬油醋。

白燒鵝

肥鵝治淨，鹽椒葱酒多擦，內外再用酒密塗徧，入鍋，竹棒閣起。入酒水各一盞，蓋鍋以淫紙封縫，乾則以水潤之。用大草把一箇燒過，再燒草把一箇，勿早開看。候蓋上冷方開，翻鵝一轉，封蓋如前，再燒草把一箇，候冷即熟。

嘉興馬瞳潑黃雀

肥黃雀去毛眼淨，令十許歲兒童，以小指從尻挖雀腹中物淨。雀脚若收緊得椀許，用酒漂淨，配筍芽嫩薑美料酒漿醬油烹煮，真佳味也。用淡鹽酒灌入雀腹，洗過瀝淨，一面取豬板油剝去筋膜，搥極爛，入白糖花椒砂仁細末，飛鹽少許，斟酌調和，每雀腹中裝入一二匙，將雀入瓷鉢，以尻向上密比裝好，一面備臘酒釀甜醬油葱椒砂仁茴香各粗末，調和成味。先將好菜油熱鍋熬沸，次入諸味，煎滾舀起，潑入鉢內，急以瓷盆覆之。候冷，另用一鉢，將雀搬入，上層在下，下層在上，仍前裝好。取原汁入鍋，再煎滾，再舀起潑入，蓋好候冷。再如前法，潑一徧則雀不走油而味透。將雀裝入小罐，仍以原汁灌入，包好，若即欲供食，取一小瓶重湯煮一頃，可食。如欲留久，則先時止須潑兩次足矣。臨用時，重湯多煮數刻便好，雀鹵留頓雞蛋用，入少許，絶妙。

顧仲《養小錄》卷下《卵之屬》 百日內糟鵝蛋

新釀三白酒，初發漿，用麻線絡著鵝蛋，掛竹棍上，橫掙酒缸口，浸蛋入酒漿內，隔日一看，蛋殼碎裂，如細哥窯紋。取起抹去碎殼，勿損內衣。預製米酒甜糟，酒娘糟更妙。多加鹽拌勻，以糟搵蛋上，厚倍之，入罐，一大罐可容蛋二十枚，兩月餘可供。

煮蛋

雞鴨蛋同金華火腿煮熟取出，細敲碎皮，入原汁再煮一二炷香，味妙。剥淨凍之，更妙。

一箇蛋

一箇雞蛋，可頓一大盌，先用筋將黃白打碎，略入水再打，漸次加水，及酒醬油，再打，前後須打千轉，架盌蓋好頓熟，勿早開。

輭去蛋硬皮

滾醋一盌，入一雞子于中，蓋好，許時外殼化去，用水浴過紙收迹，入糟易熟。

龍蛋

雞子數十個，一處打攪極勻，裝入豬尿脬內，紮緊，用繩縋入井內，隔宿取出

煮熟，剥淨黃白各自凝聚，混成一大蛋，大盤托出，供客一笑。

撰其理，光炙日月，時歷子午，井界陰陽，有固然者，絪井須深浸，浸須周時。此蛋或辦卓面，或辦祭用，以入鏇子，真奇觀也，祕之。

嚴如煜《三省山內風土雜識》　山民鹽粥之外，鹽布零星雜用，不能不借資商賈，負糧貿易，道路遼遠，故喂畜豬隻多者至數十頭，或生驅出山，或醃作酺，轉資以資日用。

李濟農《荒政摘要》陸曾禹《捕蝗八所》【略】

六、蝗所可用。一蝗若去其翅足，曝干，味同蝦米，且可久貯而不壞，以之食畜，可獲重利。

陳龍正曰：蝗可和野菜煮食，見於范仲淹疏中。崇禎辛巳年，嘉湖旱蝗，鄉民捕蝗飼鴨，鴨最易大而且肥。又山中人養豬，無錢買食，捕蝗以飼之。其豬初重止二十斤，旬日之間，肥而且大，即重五十餘斤。始知蝗可供豬、鴨，此亦世間之物，性有宜於此者矣。又有云，蝗性熱，積久而後用更佳。

陳僅《捕蝗彙編》卷一《捕蝗八論》　論捕獲之利

多捕蝗蟲，去其翅足，或用水撩，或用甑煮，焙瞲極干，和野菜煮食，味如蝦米。惟性近熱，貯久後用更佳。以養豬，易肥且大。呈之於官，并獲重賞。

陳龍正曰：蝗可和野菜煮食，見於范仲淹疏中（案：是龐籍疏中語）。崇禎辛巳年，嘉湖旱蝗。鄉民捕蝗飼鴨，鴨最易大而且肥（案：亦中飼鷄）。又山中人養豬，無錢買食，捕蝗以飼之。其豬初重止二十斤，旬日之間至五十餘斤。始知蝗可供豬鴨。此亦世間之物，性有宜於此者矣。陳芳生曰：唐貞觀二年夏，蝗。民蒸蝗，暴干，颺去翅足而食之。食蝗之事，載籍所書不過二三。乃今東省幾南，用爲常食，登之盤餐。臣常治田天津，適遇此災。田間小民不論蝗蝻，悉將烹食。城市之內，用相饋遺。亦有熟而乾之鬻於市者，數文錢可易一斗。啖食之餘，困積以爲冬儲，質味與乾蝦無異。食此者至今無恙。既明知蝦子一物，在水爲蝦，在陸爲蝗，則終歲食蝗，與食蝦無異，不必疑慮矣。

梁紹壬《兩般秋雨盦隨筆》卷三《麻蛋燒豬》　煎堆一名麻蛋，以麵作團，炸油鍍中，空其內，大者如瓜，粵中年節及昏嫁以爲餽遺。德清佘半眉欽曾以八律咏之。警句云：安得規模如此大，不堪心腹竟全空。四面圓光皆客氣，一番投贈半虛花。又粵俗最重燒豬，娶婦得完璧，則增家以此餽女氏。大族有用至百十頭者，蓋誇富也。如不致送，則媒氏隨押妝奩背負其女而歸矣。其他賽願敬神等事，率皆用之，最足奇者，觀音誕辰亦薦此品，豈佛門清淨之戒，不到南天歟。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》　茯苓雞。用肥雞切塊，每淨雞肉一觔，配白茯苓向藥店買五錢，同入湯，畧加白酒醬油，嫌淡酌加飛鹽，又加葱薑，宜神仙燒有別味。

雞糊塗。用肥雞入油鍋，加酒及醬油，稍加白糖，燒使爛，起去骨，將熟雞肉切塊，連汁裝椀底。另用生雞肉合肝雜，切片入油鍋，加酒醬油糖花炒，又加入放好小占參與竹笋、香菌、熟南腿片，一同炒好，加鼠，起作椀面。

鴨糊塗。用鴨入湯，文火燒爛，去骨切塊。又用笋與香菌、熟南腿片，共入原湯，加鼠盛椀面，糝沙仁末。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》　羊眼饌。向熟羊肉店收取熟羊眼十數對，剔去眼黑珠，下鍋加白酒頭醬油糖花，盛椀，上加橘皮絲、蒜花。

羊脚饌。冬月收鮮羊爪風乾，至春夏用之。煮使極爛，去骨，盛小椀，澆以紅燒雞肉汁，蒸令入味，面糝沙仁末。

凍羊膏。盛夏用羊肉緊湯，煮極爛，盛鉢內，閤井水中凍之，立成羊膏，與冬月不異。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》　烏殺。用圓米烏或刺蚤鷹爲上，治淨入椀，灌鮮湯加白酒、頭醬油、冰糖、葱薑蒸，使極爛。

乾刺蚤鷹。於七月中，買刺蚤鷹，治淨剖腹，去腹中一切及喉管頭足，炒飛鹽拌，令周徧，合椀中，隔井水涼之。越宿取，視鹽花化成小珠者，以指抹勻，掛風燥處，以竹絲撐其腹，吹一日夜，仍收椀中。明日復掛，吹之必乾，以溼手巾揩去鹽味，仍吹乾。十數隻入瓶，灌菜油没頭，勿使露，久不壞，油亦無傷。至冬及春取用，漉去油，每隻切四塊盛椀，灌白酒蒸之爛。其妙在汁，酌加一切作饌佳。或以汁調蛋蒸之，加其肉於椀面，亦佳。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》　附爐鍋方

肉菓二個，丁香一錢，肉桂一錢，白芷三錢，三柰一錢。

右香料五味，入紗袋，黃酒十椀，菜油三椀，酌加飛鹽，同入鍋爐，以肥雞爲上，一切山鳥皆佳。燒滾即用文火熄，忌爐。豬羊牛肉與鴨一切物，在鍋冷定不起，雖暑月不即敗。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》　附糖蹄方

黃酒十椀，醬油五椀，稍加白糖，八角茴香不妨稍多，鹽須少，各宜量肉多寡酌用。猪肉須擇嫩而薄皮無惡氣者方可用。蘇城陸稿薦，馳名四遠，無他法也。

陳鼎《滇黔紀遊・雲南》 蚱蜢油炙如蝦，或曬乾下酒。猓猓男婦小兒見草中螽斯之屬，即歡笑撲取，火燎其毛嚼吞之。

傅沙拙老《閒處光陰》卷下 凡洗猪肚，用麪，洗猪臟用砂糖，穢氣即去盡。洗魚滴生油一二點，則無涎。煮鵝下櫻桃葉數片易輭。煮諸般肉封鍋口，用楮實一二粒同煮易爛。見浦江吳氏中《饋録》。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《熊掌》 熊掌味洵美，余在甘肅曾同時購得十副，以兩副寄福州家中，聞家人不知製法，過夏遂爲蟲蛀盡，不堪用矣。記得《茶餘客話》有一條，云熊掌用石灰沸湯剥浄，以布纏煮熟，或糟尤佳。曩見陳春暉邦彦故第牆外砌砌烟筒，高四五尺，上口僅容一碗，不知何用。云是當日製熊掌處，以掌入碗封固置口上，其下點蠟燭一枝，微火熏一晝夜，湯汁不耗，而掌已化矣。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《熊掌》 熊掌味洵美，余在甘肅曾同時購得十副，以兩副寄福州家中，聞家人不知製法，過夏遂爲蟲蛀盡，不堪用矣。記得《茶餘客話》有一條云：

長順等《光緒吉林通志》卷二七《風俗》　凡大小人家庭前立木一根，以此爲神，逢喜慶疾病則還願，擇大豬不與人争價，宰割列於其下，請善誦者名叉馬向之念誦，家主跪拜。畢用零星腸肉懸於木竿頭，將豬肉、頭、足、肝腸收拾極浄，大腸以血灌滿，一鍋煮熟，請親友列炕上。

平步青《霞外攟屑》卷一〇《湯包肚》　京師酒肆最膾炙者，湯包肚。按《史記・貨殖傳》：胃脯簡微耳，濁氏連騎。注：晉灼曰：今大官常以十月作沸湯燖羊胃，以末椒薑扮之，暴使燥是也。《廣雅》卷六釋親胃謂之胘。《説文》胘下徐鍇注云：今俗言肚胘也。是漢時羊肚作脯，至於進御。無怪張驢兒嬭垂涎羊肚羹，消得一死也。

史夢蘭《止園筆談》卷三　熊掌用石灰沸湯剥浄，布纏煮熟，或糟尤佳，見《茶餘客話》。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一三《鑒虚煮肉法》　唐趙璘《因話録》云：元和中，僧鑒虚，素無道行，及有罪伏誅，後人遂作鑒虚煮肉法。大行於世。余居西湖，久見湖上諸僧，大半食肉，且精烹飪，何鑒虚之多也。

宋張舜民《畫墁録》云：相國寺燒朱院，舊日有僧惠明善庖，炙豬肉尤佳，一頓五觔。楊大年與之往還，多率同舍具飧。一日大年曰：爾爲僧，遠近皆呼爲燒豬院，安乎。惠明曰：奈何。大年曰：不若呼燒朱院也。都人亦自此改呼，然則佛寺燒豬。自有故事矣。

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《砍膾書》　明李日華《紫桃軒雜綴》云：苕上祝翁罨溪家傳，有唐人《砍膾書》一編，文極奇古。首篇製刀砧，次别鮮品，次列刀法。有小晃白、大晃白、舞梨花、柳葉縷。對翻蛺蝶、千丈線等名，大都稱其運刃之勢，與所砍細薄之妙也。末有下豉醯及潑沸之法，中云翦香柔花葉爲芼，取其殷紅翠碧，與銀絲相映，不獨爽喉，兼亦豔目，然竟不知香柔花爲荷花也。

按：香柔花，疑謂花之香而且柔者，非必花名。

富察敦崇《燕京歲時記・九月九》　京師謂重陽爲九月九。每届九月九日，則都人士提壺攜榼，出郭登高。南則在天寧寺、陶然亭、龍爪槐等處，北則蘇門、烟樹、清浄化城等處，遠則西山八刹等處。賦詩飲酒，烤肉分糕，洵一時之快事也。

鄒存淦《田家占候集覽》卷四《夏》　夏月煮肉，單用醋煮，可留十日。

金武祥《粟香二筆》卷四　《漢書》趙佗獻文帝桂蠹一器。顔師古注：桂中蠹蟲五羊皮，憶别時，烹伏雌，吹屡廖。今日富貴忘我爲。吹當作炊，炙之炊。案蔡

蠍蟲也。《粤西偶記》云：桂蠹出桂林，偶有客以二枚見餉，味過蜂蜜，辛香異常。余至桂林求之不可得，且無人知者。《越南輯署》云：越南國所貨者，形如蟬，黑色有翅，羣飛水上。土人以鹽漬之，去頭足翅，碎之，入醯醢中，作桂味，每宴客必有此品。出河内省西就社者良，他處皆無。桂味是桂蠹，可作甘鹹二味也。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・十一月》　時品。

時維長至，貢物咸來：北置則獐貍麂鹿，野猪黄羊，風乾冰凍；【略】

張慶長《黎岐紀聞》　生黎不知種植，無外間菜蔬各種，唯取山中野菜用之。遇有事則用牛犬雞豕等畜，亦不知烹宰法，取牲用箭射死，不去毛，不剖腹，燎以山柴，就佩刀割食，頗有太古風。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・炙》　膰炙，或燔或炙，燔用肉，炙用肝。

著録

鄭樵《通志》卷六九《藝文略第七・食經》　《膢朐法》一卷。

藝文

沈約《宋書》卷二一《樂志三》　置酒高殿上，親交從我游。中厨辦豐膳，烹羊宰肥牛。

沈約《宋書》卷二一《樂志三》　飲醇酒，炙肥牛。請呼心所歡，可用解愁憂。

顔之推《顔氏家訓》卷下《書證篇第十七》　古樂府歌百里奚詞曰：百里奚，五羊皮，憶别時，烹伏雌，吹屡廖。今日富貴忘我爲。吹當作炊，炙之炊。案蔡

邕《月令》章句曰：鍵關，牡也。所以止扉，或謂之�necessary移，然則當時貧困，并以門牡木作薪炊耳。聲類作戾，又或作扃。

歐陽詢等《藝文類聚》卷七二《食物部・肉》 啓：梁劉孝綽《謝安成王賚祭孤石廟胙肉啓》曰：味過滄鳳，珍越屠龍。故使屏翳收風，馮夷浄浪。神居鷁首，獨汎安流。民幸同附，得徵遺迤。復等受釐，預頒純嘏。恩靈所降，信次委積。報生以死，竊聞斯義。

歐陽詢等《藝文類聚》卷七二《食物部・脯》 梁孝威《謝東宮賚鹿脯等啓》曰：上林絶胡人之搏，禁地無張京之犯，而猶有班超遊獵，李廣馳射。遠歸於厨吏，入貢於腊人。形圖三事之車，影入九仙之鏡。

李白《李太白文集》卷七《贈清漳明府姪》 小邑且割雞，大刀佇烹牛。

魏仲擧編《五百家注昌黎文集》卷四《劉生詩》 問胡不歸良有由，美酒傾水翁肥牛。翁，之夜切，與炙同，又側吏切。

梅堯臣《宛陵集》卷一二《臘脯》 畋獵得封獸，割鮮爲霞脩。易甘非愛日，不敗任經秋。可用資寘豆，何妨鄙薦牛。考之新月録，美脆勝庖牛。

梅堯臣《宛陵集》卷五九《江鄰幾寄羊羓去歲爲翊造者》 細肋胡羊卧苑沙，長春宫使踏霜羓。蒺藜苗盡初蕃息，苜蓿盤空莫歎嗟。自乏良謀甘吏鄙，猶能大嚼快無涯。磨刀爲削朝霞片，時引清盃興轉嘉。

梅堯臣《宛陵集》卷四五《宣司理蒸鵝》 昔年相國籠之贈，今日參軍饋以蒸。一咀肥甘酬短句，定應無復謗言興。

宋祁《景文集》卷一五《絶葷》 多年卧病壓腥膻，香飯初依竺國流。宣父蒲葅真可學，鍾岧蚶蠣更無求。爐銷午篆天花泊，几隱宵燈偈葉留。割肉魚羔非我事，此身今悟一浮漚。

宋祁《景文集》卷四七《獲贊并序》 出邛蜀間，與猴猱少異，但性不躁動，肌質豐腴，蜀人炮蒸以爲美味。贊曰：

獲與猴猱，同類異種。彼美豐肌，登俎見用。

李正民《大隱集》卷一〇《立春》 【略】細餅堆盤隨舊俗，傑牛當路樂村民。

胡宿《文恭集》卷五《次韻曼卿冬直，因以勉贈》 【略】因知函鼎器，那復久烹雞。

文同《丹淵集》卷二《西門行》 盛年可愛重，芳辰宜嬉遊。金罍釀醇酒，玉盤炙肥牛。青春九十日，不可一日休。

彭乘《墨客揮犀》卷六《蒸豚詩》 王中令既平蜀，捕逐餘寇，與部伍相遠，飢甚，入一村寺中。主僧醉甚，箕踞，公怒，欲斬之。僧應對不懼，公奇而赦之。問求蔬食，僧曰：「有肉無蔬。」公異之，餽以蒸猪頭，食之甚美。公喜，問僧：「止能飲酒食肉耶，爲有伎也？」僧自言：「能詩。」公令賦食蒸豚，操筆立成，曰：

「紫長毛短淺含膿，久住山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤飣，軟熟真堪玉筯挑。若把羶根來並比，羶根只合喫藤條。」公大喜，與紫衣師號。東坡元祐初，見公之雲孫訥夜話及此，爲記之。

劉攽《彭城集》卷一六《次韻和韓持國雪二十韻》 【略】獵野甘燔兔，登川快臛蠵。風四飄柳絮，日暝亂醯雞。蟲篆初難辨，庖羔久未刳。

蘇軾《仇池筆記》卷下《煮猪頭頌》 浄洗鍋，淺着水，深壓柴頭莫教起。黄冢賤如土，富者不肯吃，貧者不解煮。有時自家打一碗，自飽自知君莫管。

蘇軾《仇池筆記》卷下《蒸豚詩》 王中令既平蜀，飢甚，入一村寺，主僧醉甚箕踞，公欲斬之。僧應對不懼，公奇之。公求蔬食，云有肉無蔬，餽蒸猪頭甚美。公喜，問止能飯酒肉耶，尚有他技也。僧云能詩。公令賦蒸豚，立成。云：觜長毛短淺含膿，久向山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤飣，熟軟真堪玉箸挑。若把羶根來比並，羶根自合喫藤條。公大喜，與紫衣師號。

彭乘《墨客揮犀》卷六《蒸豚詩》 王中令既平蜀，捕逐餘寇，與部伍相遠，飢甚，入一村寺中。主僧醉甚，箕踞，公怒，欲斬之。僧應對不懼，公奇而赦之。問求蔬食，僧曰：「有肉無蔬。」公異之，餽以蒸猪頭，食之甚美。公喜，問僧：「止能飲酒食肉耶，爲有伎也？」僧自言：「能詩。」公令賦食蒸豚，操筆立成，曰：

「紫長毛短淺含膿，久住山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤飣，軟熟真堪玉筯挑。若把羶根來並比，羶根只合喫藤條。」公大喜，與紫衣師號。東坡元祐初，見公之雲孫訥夜話及此，爲記之。

蘇軾《東坡志林》卷一《記子由夢》 元豐八年正月旦日，子由夢李士寧，草爲具，夢中贈一絶句云：「先生惠然肯見客，旋買雞豚旋烹炙。人間飲酒未須嫌，歸去蓬萊卻無喫。」明年閏二月六日爲予道之，書以遺過子。

蘇軾《東坡全集》卷八《答任師中家漢公》 【略】烹雞酌白酒，相對歡有餘。

陶宗儀《説郛》卷三四下蘇軾《調謔編》 燒猪

東坡喜食燒猪，佛印住金山時，每燒猪以待其來。一日，爲人竊食，東坡戲作小詩云：遠公沽酒飲陶潛，佛印燒猪待子瞻。採得百花成蜜後，不知辛苦爲誰甜。

曾慥《類説》卷一〇《仇池筆記下》 蒸豚詩

王中令既平蜀，饑甚，入一村。寺僧醉甚箕踞，公欲斬之，僧應對不懼。公奇之，公求蔬食。云：有肉無蔬，餽蒸猪頭甚美。公喜問止能飲酒食肉耶，爲有他技也。僧言能詩。公令賦蒸豚，立成。云：嘴長毛短淺含膿，久向山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤飣，熟軟真堪玉箸挑。若把羶根來比並，羶根自合喫藤條。

若把羶根來比並，羶根自合吃藤條。公大喜，與紫衣師號。

曾慥《類説》卷一〇《仇池筆記下》《煮猪頭頌》

淨洗鍋，淺着水，深壓柴頭莫放起。黄州賤如土，富者不肯食，貧者不解煮。有時自家打一碗，自飽自知君莫管。

徐積《節孝集》卷四《富貴篇答李令》　巨鑊大鼎烹牛羊，玉壺挹酒金船長。

黄庭堅《山谷集》卷一〇《戲答史應之三首》　之一

先生早擅屠龍學，袖有新硎不試刀。歲晚亦無雞可割，庖蛙煎鱔薦松醪。

黄庭堅《山谷集》外集卷一《謝張泰伯惠黄雀鮓》　去家十二年，黄雀慳下箸。笑開張侯盤，湯餅始有助。蜀王煎穀法，醯以羊堯兔。俗謂亥卯未餛飩。麥餅薄於紙，含漿和鹹酢。秋霜落場穀，一一挾繭絮。殘飛萬艾間，人網輒萬數。烹煎宜老稚，甕缶煩愛護。南包解京師，至尊所珍御。玉盤登百十，睥睨輕桂蠹。五侯嗾豢豹，見謂美無度。瀕河飯食漿，瓜茄已佳茹。誰言風沙中，鄉味入喉吻。有客見之嘆，人情猶物情。寧昌言即死，何供具。坐令親饌甘，更使客得與。蒲陰雖窮僻，勉作三年住。願公且安樂，分寄尚能屢。

張耒《柯山集》卷八《冬日放言二十一首》之六

寒羊肉如膏，江魚如切玉。肥兔與奔鶉，日夕懸庖屋。嬉嬉顧妻孥，滋味喉可欲。謫官但强名，比者何不足。

張耒《柯山集》卷一三《七言古詩》　某寒熱伏枕已數日，忽聞車騎明當接頓，睡中得韻語數句，上呈四丈龍圖，兼記至日之飲。山羊卷酥如切玉，翦毛胡羊花作肉。燭前醉客淋漓時，山泉更煮如珠粟。深泥三尺歸不記，日到牀前初睡足。爾來七日戰寒熱，朝飯齋糜不盈掬。客來但辦君且去，卧聽涓涓雪消屋。因山事嚴京兆出，十驛人人如在目。駝裘便面行野時，晴郊已動陳根緑。

吕本中《東萊詩集》卷一九《戒殺八首》　勸君勿殺犬，犬有爲主心。爲主反見殺，君何無淺深。君貧犬不去，君富犬分憂。執以付鼎鑊，于君心穩否。

畜犬被縛時，猶爲主人吠。吠聲不絶口，湯沸主已退。主人調醯鹽，欲以佐無功。苟以無功死，還與殺犬同。

願君普斷殺，能益君壽數。子孫亦長年，皆以不殺故。君子遠庖厨，非有意于善。但能觀自身，此理即可見。

商臣殺其父，身亦烹楚國。世民殺其兄，亦未妨大福。以此知報應，未必在此時。此時雖無他，終久君試思。

虎狼非不仁，天機使之然。蛇虺肆百毒，此亦受之天。願君勿憎怒，憫此心謬用。仁氣苟薰蒸，終皆變麟鳳。

賀鑄《慶湖遺老詩集》卷二《烹雞歎》　庚申七月，客過滏陽道近時，有人觀庖人宰三雞，一雄就縛而鳴不輟，因歎曰：禽鳥將死，知時且鳴，吾安得默默求容于世。因極口肆言俄抵機穽，幾不得免。予感而賦此云：膳夫縛三雞，二雌先就烹。一雄置機上，不廢知時鳴。有客見之嘆，人情猶物情。寧昌言即死，何噤口偷生。愚聞此客言，退思因竊評。雞實鼎俎資，殺身非罪聲。人忘樞機械，鼓舌爲禍萌。宜念千金軀，與雞何重輕。

陳東《少陽集》卷五《夜飲二絶》　笋芽鵝炙殊可口，明月清風不着錢。坐對青州一從事，共君今夜不須眠。

惠洪《冷齋夜話》卷二《僧賦蒸豚詩》　王中令既平蜀，捕逐餘寇，與部隊相遠，饑甚，入一村寺中。主僧醉甚箕踞，公怒欲斬之。僧應對不懼，公奇而赦之。問僧求蔬食，僧曰：有肉無蔬。公益奇之。餽之以蒸猪頭，食之甚美。公喜，問僧止能飲酒食肉耶，爲有他技也。僧自言能爲詩。公令賦食蒸豚詩，操筆立成曰：觜長毛短淺含膿，久向山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤薦，軟熟真堪玉筯挑。共把羶根來比並，羶根只合喫藤條。公大喜，與紫衣師號。東坡元祐初，見公之玄孫訥，夜話及此，爲記之。

周紫芝《太倉稊米集》卷三《壬午秋日觀橋刈五首時年二十一》　【略】父老喜客至，爲黍烹雞豚。【略】

周紫芝《太倉稊米集》卷四《和鄭文昌雨中看花之作》　【略】烹羊鴞羔且爲樂，酒酣耳熱亦不惡。

曾敏行《獨醒雜志》卷一　曹子建《七啓》云：「寒芳蓮之巢龜，鱠西海之飛鱗。」注云：「今之脏寒也。」古樂府《名都篇》亦有「寒鴟炙熊膰」之句。因知今人食品有所謂蒸汗假鼈者，夫豈承其舛而訛其語耶？

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 馳蹄奚。勸客馳蹄奚、霜橙壓香橘。杜詩

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 五日一見花豬肉，十日一遇黃雞粥。土人頓頓食諸芋，薦以重鼠燒蝙蝠。舊聞密唧嘗嘔吐，稍近蝦蟆緣習俗。十年京國厭肥羜，日日餈花厭紅玉。從來此腹負將軍，今日固宜安脫粟。人言海康別駕復何爲，帽寬帶落驚童僕。相看會作兩臞仙，還鄉定可騎黃鵠。聞子由謫作此。海康別駕，子由也。

陳藻《樂軒集》卷一《平江臘月廿五夜作》 昨日宰豬家祭竈，今宵洗豆俗爲糜。燔柴夾水明如晝，截竹當階爆樂魑。故國賽還新歲願，老翁回憶幼年時。才高命薄天相戲，我亦剛腸不肯悲。

范成大《石湖詩集》卷三二《雪寒圍爐小集》 席簾紙閣護香濃，說有談空愛燭紅。高飣羶根澆杏酪，旋融雪汁煮松風。【略】

楊萬里《誠齋集》卷一九《吳春卿郎中餉臘豬肉戲作古句》 老夫畏熱飯不能，先生饋肉香傾城。霜刀削下黃水精，月斧斫出紅松明。君家豬肉臘前作，是時雪沒吳山腳。公子彭生初解縛，糟丘挽上淩烟閣。却將一臠配兩盤，世間真有揚州鶴。

陸游《劍南詩稿》卷五三《社肉》 社日取社豬，燔炙香滿村。飢鴉集街樹，老巫立廟門。雖無牲牢盛，古禮亦略存。醉歸懷餘肉，需遺徧諸孫。

耶律楚材《湛然居士集》卷五《贈富察元帥七首》 其四：

使君排飯宴南溪，不枉從君鳥鼠西。春雁旅澆濃鹿尾，臘糟微浸軟駝蹄。絲絲魚膾明如玉，屑屑麋腥爛似泥。白面書生知此味，從今更不嗜黃韲。

耶律楚材《湛然居士集》卷一《鹿尾》 鑾輿秋獮獵南岡，鹿尾分甘賜上方。濃色殷殷紅玉髓，微香馥馥紫瓊漿。韭花酷辣同葱薤，芥屑差辛類桂薑。何似毳根蘸濃液，邀將詩客大家嘗。一作流匙滑飯大家嘗。

耶律楚材《湛然居士集》卷一《耶律楚材《鹿尾》 鑾輿秋獮獵南岡，鹿尾分甘賜尚方。濃色殷殷紅玉髓，微香馥馥紫瓊漿。韭花酷辣同葱薤，芥屑差辛類桂薑。何似毳根蘸濃液，邀將詩客大家嘗。一作流匙滑飯大家嘗。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・詩句》 詩句：陶盤奉旨蓄，竹筯羞雞炙。韓紫駝之峯出翠釜。杜甲第紛紛厭粱肉。杜黃雞啄黍秋正肥。李桃花流水鱖魚肥。張酒殘欣嘗牛尾貍。坡

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・詩句》 饌有熊腊。坡

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・肉》 皮日休《食箴》并序，皮子少且賤，至於食自甘棠櫚而已，未嘗食於鄉里，食於親戚，食於州皮子辭，大夫訂之曰：子自甘棠櫚則可矣，於鄉里親戚州鄰何有。皮子曰：一杯之食至鮮矣，苟專其味必不能自抑，既不能自抑，日須豐其羞，既日須豐其羞，則貪也不能無不足，因是妄求苟欲之心，生窮貪極嗜之名。生且大夫不能見前世之味，禍乎。故羊斟不及華元受其謀。竜羹不均，子家肆其禍，熊蹯不熟殺宰夫，而趙穿弒雙雞易爲餡子雅而慶舍死。嗚呼，吾如何者乎，誠賴其用，所欲不可求，所嗜不可得，方自甘棠櫚而已，使我生於鍾鼎之家，膏粱之門，日縱異嗜，年成奇欲，未必不爲御者之奔華元也，子家之伐靈公也，晉靈之殺宰夫也，盧蒲癸之殺慶舍也，此猶之貪賊爭食而死者矣。故食於天子者，則死其天下。食於諸侯者，則死其國。食於大夫者，則死其邑。食於下者，則死其家。又焉能以鄉里親戚州鄰爲讓乎。大夫曰：善。自惟食之性不能自節，亦由酒之性也，復箴以自符。箴曰：尊能我食，不食於人。既食於人，是食其身。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・肉》 蘇子瞻《老饕賦》：庖丁鼓刀，易牙烹熬。水欲新而釜欲潔。火惡陳而薪惡勞。九蒸暴而日燥百，上下而湯廔。嘗項上之一臠，嚼霜前之兩螯。嫩樱珠之煎蜜，滃香酪之蔫羔。蛤半熟而含酒，蟹微生而帶糟。蓋聚物之妖美，以養吾之老饕。婉彼姬姜，顏如李桃。彈湘妃之玉瑟，鼓帝子之雲璈。命仙人之羽緑華，舞古曲之霓裳袍。引南海之玻瓈，酌涼州之蒲萄。願先生之考壽分，餘瀝於兩毫，候紅潮於玉頰，驚暖響於檀槽。忽彙珠之妙唱，抽獨繭之長繅。閔手倦而少休，疑吻燥而當膏。倒一缸之雪乳，列百梴之瓊艘，各眼纔於秋水，咸骨醉於春醪。美人告去，已而雲散。先生方兀然而禪逃。譬松風於蟹眼，浮雪花於兔毫。先生一笑而起，渺海闊而天高。

葉隆禮《契丹國志》卷二一《刁奉使北語詩》 刁約使契丹，爲北語詩云：「押燕移離畢，移離畢，官名，如中國執政。石房賀跋支賀跋支，如執政防閤。餞行三匹裂，匹裂，似小木罌，以木爲之，加黃漆。密賜十貔貍。形如鼠而大，穴居，食穀粱，嗜肉。北朝爲珍膳，味如豚肉而脆。」

張之翰《西巖集》卷八《生肺》 空囊纔注末容持，赤手連呼已厭遲。冰桶浸殘紅瑪瑙，霜刀分破碧琉璃。盃盤狼藉羣喧處，襟袖淋漓半醉時。莫訝庖人好貪奪，陳平元不是梁師。

王惲《秋澗集》卷二一《肉豉》 肉豉傳方出異庖，玉盆凝就破毘刀。縱橫碎漬氍毹錦，瑩潔光翻琥珀膏。暖入陽華防性爽，味方禁臠想京鏖。年高醫飫便便腹，不負吾坡養老饕。

顧嗣立《元詩選》初集卷二〇袁桷《上京雜咏十首》之八：伏日瓊林宴，名王總內朝。【略】炙熟牛酥茗，醅深馬乳澆。

顧嗣立《元詩選》初集卷二六虞集《酬崔御史送熊掌》熊掌來東國，分甘到老夫。鸞刀寒斷節，翠釜煖柔膚。兔脫中心醢，魚藏丙穴腴。藜腸渾未厭，玉食恐時須。

許有壬《至正集》卷一三《秋羊》塞上秋風起，庖人急尚供。戎鹽舂玉碎，肥羜壓花重。肉淨燕支透，膏凝琥珀濃。年年神御殿，頒餕每霑儂。

許有壬《至正集》卷一三《黃羊》草美秋先腊，沙平夜不藏。解縫文豹健，鱗炙宰夫忙。有肉須供世，無魂亦似麌。少年非好殺，假爾試穿楊。

許有壬《至正集》卷一三《黃鼠》北產推珍味，南來怯陋容。瓠肥宜不武，人拱若爲恭。發掘憐禽獮，招徠或水攻。君毋急盤饌，幸自不穿墉。

楊慎輯《全蜀藝文志》卷一六前《民家》黃昏過民家，休馬燎裘袴。割鮮盛野蔌，毛血洒庭户。老姥亦復奇，訊掃邀我駐。丈夫倘未死，千金酬此遇。

蔣一葵《長安客話》卷二《皇都雜記》秋羊

塞上寒風起，庖上急上供。戎鹽舂玉碎，肥羜壓花重。肉淨燕支透，膏凝琥珀同。年年神御殿，頒餕每霑濃。

黃羊盧龍塞外有黃羊，似羊而毛色深黃。常羣至關外，往來捷疾，人不能捕，或以射得之。

草美秋光腊，沙平夜不藏。解縫文豹健，鱗炙宰夫忙。有肉須供世，無魂亦似麌。少年非好殺，假爾試穿楊。

黃鼠

北產推珍味，南來怯陋容。瓠肥宜不武，人拱若爲恭？發掘憐禽獮，招徠或水攻。君毋急盤饌，幸自不穿墉。

池上餐華生輯《詩笑》卷下神僧《蒸豚》嘴長毛短淺含膿，久向山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤飣，白軟真堪玉箸挑。莫把薏根來比並，薏根自合喫藤條。

莫是偷抄得王武子六兒。

王圻《稗史彙編》卷一一八《飲食門・食類上》蒸豚詩

王中令既平蜀，飢甚。入一村，寺主僧醉甚箕踞，公欲斬之。僧應對不懼，公奇之。公求蔬食，云有肉無蔬饋，蒸豬頭甚美。公喜問止能飯酒肉耶，尚有他技也。僧云能詩，公令賦蒸豚，立成。云嘴長毛短淺含一作金膿，久向山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤飣，熟軟真堪玉筯挑。莫把薏根來比並，薏根自合喫藤條。公大喜，與紫衣師號。

姚旅《露書》卷九《風篇中》居長卿《江北謠》云：女郎騎駿馬，帕首抹烏雲。一道流星去，西風吹縞裙。客從臨洮來，長刀角弓緑。日暮上酒樓，撾笙啖羊肉。陌上羅酒漿，東郊拜墓罷。脱下黃衫子，紅裙樹間掛。馬上逢鄉里，無奈馬蹄疾。寒暄欲一言，風沙忽相失。

謝肇淛《文海波抄》卷二《薏根》薏根，羊肉也。唐薛昭緯遭黃巢亂，流離饑餓。遇舊識銀工延接，飲饌甚豐。昭緯以詩謝之曰：一楪薏根數十竅，盤中猶更有鮮鱗。早知文字多辛苦，悔不當初學治銀。

焦周《焦氏説楛》卷三羊，一名薏根。《南楚新聞》薛昭緯詩：一楪氈根數十竅。《仇池筆記》王中令賦蒸豚詩：若把氈根來。比並氈根只合吃。藤條，亦名卷婁。莊子謂舜爲卷婁，以其有薏行也。

褚家軒《堅瓠二集》卷四《烹雞誦》唐伯虎遊僧舍，見雌雞請烹爲供。僧曰：公能作誦，當不靳也。援筆書曰：頭上無冠，不報四時之曉。脚根欠距，難全五德之名。不解雄飛，但張雌伏。汝生卵，卵復生子，種種無窮。人食畜，畜又食，人冤冤何已。若要解除業障，必先割去本根。大衆先取波羅香水，推去頭面皮毛。次運菩薩慧刀，割去心腸污穢咄。香水源源化爲霧，鍍湯滾滾成甘露。飲此甘露乘此霧，直入佛牙深處去，化生彼國極樂土。僧笑曰：雞得死所無憾矣。乃烹以侑酒。

褚家軒《堅瓠二集》卷二《蒸猪頭》郁履行《諧浪編》：王中令嘗入一村寺，主僧大醉箕踞。王需蔬食，僧曰：有肉無蔬，餽蒸猪頭甚美。王曰：止能飯酒食耶。僧曰：能詩。即令咏蒸豚，僧立就云：嘴長毛短淺含膿，久向山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤飣，白軟真堪玉箸挑。莫把薏疑作薏根來比並，薏根自合喫藤條。王大喜，與號紫衣。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載四》麟麒麟之脯。劉劭《七華》云：煑丹穴之卵，鳧南海之鰕，烹文豹之胎，臛麒麟之脯。爚鳳凰之胎。傅玄《七謨》云：爚鳳凰之胎，煑飛龍之肝。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・肉五》原：啓：梁劉孝綽《謝安成王賚祭孤石廟胙肉啓》曰：味過爚鳳，珍越屠龍。故使屏翳收風，馮夷浄

浪。神居鷁首，獨泛安流。民幸同附，得徵遘迍。復等受釐，預頒純嘏。恩靈所降，信次委積。報生以死，竊聞斯義。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・脯五》 原：賦：唐陳子昂《麈尾賦》曰：天之浩浩兮，物亦芸芸。性命變化兮，如絲之紛。或以神好正直，天蓋默默。或以道惡強梁，天亦茫茫。此仙都之微獸，固何負而離殃。始居幽山之數，食乎豐草之鄉。不害物以利己，不營利以同方。何忘情而委代，而化情之不忘。卒羅網以見逼，授庖丁而罹傷。不以斯尾之有用，而殺身于此堂。爲君主人之嘉慶，對象筵與寶瑟。雖信美于茲辰，詎同歡于疇昔。

原：啓：梁劉孝威《謝東宮資鹿脯等啓》曰：上林絶蕃人之搏，禁地無張京之犯，而猶有班超游獵，李廣馳射。遠歸于厨吏，入貢于腊人。形圖三事之車，影入九仙之鏡。

姚之駰《元明事類鈔》卷三七《飛鳥門・鵝》 鵝肥人瘦。明陶允宜《麻城鵝詩》：麻城鵝品光州右，餌以膏粱兼菉豆。肉色紅鮮滋味厚，取之爲鮓進元后。近年黄州失耕耨，一鵝之肥幾人瘦。

鵝炙價。明談允謙《聞内臣述往事詩》：潛邸曾親到市塵，民間物價每流連。西華鵝炙前門鮓，一箸纔消半百錢。注：崇禎初，大官庖開應支物價簿，帝詰太浮，且曰：炙鵝醃鰣肉鮓，在某肆市之錢半百耳。内侍驚愕。

姚之駰《元明事類鈔》卷三七《飛鳥門・鴨》 野鴨炙。楊維楨詩：銀絲蓴薦野鴨炙。

朱點《東郊土物詩》茅德芬秋佩 《臨平鳥腊》 攷禮紀脯腊，製美食憲章。東湖有專門，水鵠同雲鶴。烹調妙精潔，氣味殊甘香。最憐買鰞鰈，以佐含春王。

朱點《東郊土物詩》鄭文灝才江 《紮羊》 刲羊剔其皮，膾肉紮成把。懸風共詰太浮，且曰：炙鵝醃鰣肉鮓，在某肆市之錢半百耳。内侍驚愕。豚蹄，越旬羶不惹。遠市味難兼，一臠佐翠舉。莫誚薰家姬，爲味等魚鮓。

《燜鰻蛹》

繰餘蛹麦爛，詎堪備食單。底復蕩滌之，文火熨中乾。間聞爾雅注，燜用蟾蜍蘭。《爾雅》荆甄豕首。郭氏云：一名蟾蜍蘭，可以燜鰻蛹。要知古先民，亦以佐夕餐。

楊光輔《淞南樂府》 淞南好風味，舊曾諳羊胛，開尊朝戴九。豚蹄登席夜徐三，食品最江南。

羊肆向惟白煮，戴九創爲小炒，近更以糟者爲佳。徐三善烹梅霜豬脚，邇年肆中，以鉢貯糟，入以豬耳腦舌及肝肺腸胃等，曰糟鉢頭，邑人咸稱美味。

袁枚《小倉山房尺牘》卷八《戲答陶怡雲饋鴨》 賜鴨一隻，簽標雛字，老夫欣然取鴨，諦觀其衰，意龍鍾之狀，乃與老夫年紀相似，烹而食之，恐不能借西王母之金牙鐵齒，俾喉中作鋸木聲。畜而養之，又苦無吕洞賓丹藥，使此鴨返老還童，爲喚奈何，若云真個雛也，則少年老成與足下相似，僕只好以賓禮相加，不敢以食物相待也。昔公父文伯宴路堵父，置罇焉。小路堵父不悦辭曰：將待罇長後食之。僕仿路堵父之意，奉璧足下將使此鴨投胎再生而后食之，何如。

袁枚《小倉山房尺牘》卷八《戲答方甫參饋火腿》 書來勸持刀者以片薄爲貴，此言誤矣。火腿之美劣全在先天之鮮與不鮮，不在切片之薄與不薄也。譬如無鹽醜女，使披鮫綃之衣，飄若輕雲，其能增美也乎。西施國色，使披千金之裘，首飾繁重，其能變醜也乎。僕常云買此物最難，三年出一個狀元，三年出不得一個好火腿，足下以爲然否。

李于潢《汴宋竹枝詞》卷上 豬頭爛熟粉團新，酌酒燒錢賽晨。塗抹竈門司命醉，安排酒酌請比鄰。

范成大詩：古傳臘月二十四，竈君朝天欲言事。雲車風馬尚留連，家有杯盤豐典祀。豬頭爛熟雙魚鮮，豆炒甘鬆粉餌團。男兒酌酒女兒起，酌酒燒錢竈君喜。《東京夢華録》：十二月二十四日，帖竈馬於竈門，以酒糟塗抹竈上，謂之醉司命。

李于潢《汴宋竹枝詞》卷下 丹青妙手近來無，相國僧伽不似初。依樣風流攜梵嫂，燒朱禪院吃燒豬。【略】《畫墁録》：相國寺燒朱院，舊有僧惠明善庖，炙豬肉尤佳，一頓五斤。楊大年與之往還，多率同舍具飧。一日大年曰：爾爲僧，遠近皆呼燒豬院，安乎。惠明曰：奈何。大年曰：不若呼燒朱院也。都人亦自此改呼。

梁紹壬《兩般秋雨盦隨筆》卷八《蔗蟲》 蔗蟲性涼，吾杭極貴，出痘險者賴以助漿，然不可多得也。廣東潮州蔗田接壤，蔗蟲往往有之，形似蠶蛹而小，味極甘美，居人每炙以佐酒。姚秋芷丈承憲嘗賦二律咏之，其次首云：蠢蠢蟲，濁念寒漿解熱中。佳境不須疑有蠱，庶生原可慶斯螽。凡草植之則正生，此嫡出也。甘蔗以斜生，所謂庶出也。吕惠卿對宋仁宗語。似誰折節吟腰細，笑彼銜花蜜口空，畢竟冰心難共語，一樽愁絶對蠻風。狀物極工。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《東坡肉》 今食品中有東坡肉之名，蓋謂爛煮肉也，隨所在厨子能爲之。或謂不應如此侮東坡，余謂此坡公自取之也。坡公有食豬肉詩云：黄州好豬肉，價賤如糞土。富者不肯喫，貧者不解煮。慢着火，少着水，火候足時他自美。每日起來打一碗，飽得自家君莫管。

丁丙《續東河櫂歌》 朝夕何妨近市塵，食單不待議門生。蔡豬頭與蕭羊肉，也附東門菜得名。

周紹蕙《杭城消夏詞》：學做鄙人差有味，大東門切蔡豬頭。艮山門外，蕭家羊肉極有名。

丁立誠《武林雜事詩・大東門豬肉》 大東門口傳蔡家，市脯獨以蒸豚誇。三日三夜無絶火，爛煮剛齧頭顒顒。腦滿現出壽字文，瑩然紅玉羅瓊葩。日過屠門養口腹，艮山吏買蕭羊肉。

丁立誠《武林雜事詩・王飯店午牘》 王家飯店雅俗宜，怯喫不怕大肚皮。健兒白片花豬肉，果然一飽萬事足。人生惟有喫飯難，友朋相聚勸加餐。千金之報焉用彼，大嚼願甘肉食鄙。

丁立誠《武林雜事詩・鬧市口宰牛》 私宰耕牛例有禁，鬧市口屋一椽賃。八旗子弟氣食牛，可惜惟知口腹謀。公然營裏私相買，屠牛一顧迎刃解。由來依勢犯王章，酒醋資依行在旁。

雜録

韋昭《國語》卷一七《楚語上》 其祭典有之曰：國君有牛享，諸侯以太牢也。大夫有羊饋，羊饋，少牢也。士有豚犬之奠，士以特牲。庶人有魚炙之薦，庶人祀以魚。籩豆脯醢，則上下共之，共之以多少爲差也。不羞珍異，不陳庶侈，羞，進也。庶，衆也。侈猶多也。夫子不以其私，欲干國之典遂不用。干，犯也。

韋昭《國語》卷一八《楚語下》 子期祀平王，子期，楚平王之子結也。平王，恭王子昭王父也。祭以牛俎於昭王。致牛俎於昭王。王問於觀。射父曰：祀牲何及。王感俎肉而問牲何所及。對曰：祀加於舉。加，增也。舉，人君朔望之盛饌。天子舉以大牢祀以會，大牢，牛羊豕也。會，會三大牢，舉四方之貢。諸侯舉以特牛，祀以大牢。特，一也。卿舉以少牢，祀以特牛。少牢，羊豕。大夫舉以特牲，祀以少牢。特牲，豕也。士食魚炙，祀以特牲，庶人食菜，祀以魚，上下有序，民則不慢。

劉敬叔《異苑》卷三 吴孫權時，永康縣有人入山，遇一大龜，即束之以歸。龜便言曰：遊不量時，爲君所得。人甚怪之，擔出，欲上吴王。夜泊越里，纜舟於大桑樹。宵中，樹忽呼龜曰：勞乎元緒，奚事爾耶。龜曰：我被拘繫，方見烹臛。雖然盡南山之樵，不能潰我。樹曰：諸葛元遜博識，必致相苦令求，如我之徒計從安簿。龜曰：子明無多辭，禍將及爾，椒寂而止。既至建業，權命煮之，焚柴萬車，語猶如故。諸葛恪曰：燃以老桑樹乃熟。獻者乃説龜樹共言。權使人伐桑樹煮之，龜乃立爛。今烹龜猶多用桑薪，野人故呼龜爲元緒。

歐陽詢等《藝文類聚》卷九《水部下・泉》 天門零縣有温泉。丹陽江乘縣有湯山，出温泉二所，可以瀹鷄。

張鷟《朝野僉載》卷二 嶺南獠民好爲蜜蝍，即鼠胎未瞬通身赤蠕者，飼之以蜜，飣之筵上，嚼匕而行，以箸挾取啖之，唧唧作聲，故曰蜜蝍。

張鷟《龍筋鳳髓判》卷二《沙苑監二條》 鴻臚寺狀稱默啜使人朝宴設番客，沙苑監李秀供羊瘦小，邊使咸怨，御史彈付法。

【略】韋鞴毳幕，人傳食鼠之風。【略】

李匡乂《資暇集》卷上 曹植樂府云：寒鱉炙熊蹯。李氏云：今之腊肉，謂之寒，蓋韓國事饌尚此法。復引《鹽鐵論》羊淹雞寒。劉熙《釋名》韓羊、韓鷄爲證，寒與韓同。又李以上句云膾鯉□胎鰕。因注詩曰：魚鱠膾鯉，五臣兼見。上句有膾，遂改寒鱠爲魚鱠，以就毛詩之句。又子建《七啓》云：寒芳蓮之巢窟，擢西海之飛鱗。五臣亦改寒爲寨，寨取也，何以對下句之膾耶。況此篇全説修事之意，獨入此寨字，於理甚不安。上句既改寒爲寨，即下句亦宜改膾爲取，縱一聯稍通，亦與諸句不相承接。以此言之，明子建故用寒字，豈可改爲魚寨耶。

陶宗儀《説郛》卷三四劉恂《嶺表録異記》 蚺蛇膽。普安州有養蛇户，每年五月五日，即擒蚺蛇入府，祗候取膽。予曾親看皆于大籠中，藉以軟草，盤屈其上。兩人舁一條在地，上即以十數拐子，從頭翻其身，旋以拐子按之不得轉側，即于腹上約其尺寸，用利刃決之，肝膽突出，即割下其膽，皆如鴨子大，曝乾以備上貢。却合内肝，以綫合其瘡口，却被入籠。或云舁歸放川澤。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷二〇後周沈重《周官禮義疏》 膽夫授祭品。

注：祭謂刑肺脊也。刑，寸没反。陸德明釋文

王溥《唐會要》卷一〇〇《泥婆羅國》 在吐蕃之西【略】，每日清水浴神，烹羊而祭。【略】有阿耆婆彌池，周迴二十餘步，以物投之，即煙焰，懸釜而炊，須臾而熟。

李昉《太平廣記》卷二六七《張易之兄弟》 周張易之爲控鶴監，弟昌宗爲秘書監，昌儀爲洛陽令。競爲豪侈，易之爲大鐵籠，置鵝鴨於其內，當中熱炭火，銅盆貯五味汁。鵝鴨遶火走，渴即飲汁，火炙痛旋轉，表裏皆熟，毛落盡，肉赤烘烘乃死。昌宗活繫驢於小室內，熱炭火，置五味汁，如前法。昌儀取鐵橛釘入地，縛狗四足於橛上，放鷹鷂，活按其肉食。肉盡而狗未死，號叫酸楚，不復忍聽。易之曾過昌儀，憶馬腸。儀取從騎，破肋取腸，良久方死。後誅易之、昌宗等，百姓臠割其肉，肥白如豬肪，煎炙而食。昌儀打雙脚折，抉取心肝而後死。斬其首送都，時云狗馬報。出《朝野僉載》

李昉《太平廣記》卷四八三《蜜啷》 嶺南獠民好爲蜜啷，即鼠胎未瞬，通身赤蠕者。飼之以蜜，釘之筵上，囁囁而行。以筯挾取，咬之，啷啷作聲，故曰蜜啷。出《朝野僉載》

彭□《墨客揮犀》卷二《產男者取其胞衣》 桂州婦人，產男者取其胞衣，淨濯細切，五味煎調之。召至親者合宴置酒而啖，若不與者，必致忿爭。

李季可《松窗百說·服餌》 富貴人求服餌導引法以逞嗜，欲冀長生，而服餌多，反誤導引，見效遲。乃不如羊肉、白麪、法酒，善調之，自能壯健補益人。但恨養到處隨手破除了，則與常人同。正如錢多人多使了，錢少人少使了，縱得橫財也，使了到底都則一般，此可歎也。

程大昌《演繁露》卷九《鏕炙》 鏕，於刀切。《玉篇》引《說文》云：温器也。世言鏕某肉，當書爲熬，言從此鏕器之中，和五味以致其熟也。今人見《霍去病傳》有鏖戰之文。又注家以多殺人爲鏖，遂書爲鏖，非也。又今人食饌有雜五味於肉中而熟之，當爲米炙。而皆書爲米脯，尤無義理也。《齊民要術》：雜五味於米肉而熟之。書爲米炙，言和米而熟之於炙也。《玉篇》音缶，且云火熟也。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部·熊蹯不熟》 紂王怒熊羹不熟而殺庖人。劉向《新序》

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部·烹猴爲羹》 楚有烹猴者而召其鄰人，鄰人以爲犬羹而甘之。後聞其猴，盡吐瀉其所食，此未知味者。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部·熊蹯不熟》 晉靈公使宰夫胹熊蹯，不熟殺之。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部·燔肉不至》 孔子爲魯司寇，不用從而祭，燔肉不至不稅冕而行，不知者以爲爲肉也，其知者以爲無禮也。

王讜《唐語林》卷一《德行》 肅宗爲太子嘗侍膳，尚食置熟俎有羊臂臑。上顧太子，使太子割。肅宗既割，餘污漫刀，以餅潔之。上大悦，謂太子曰：福當如是愛惜。啖之，上熟視不懌。肅宗徐舉餅魚肉內用。

忽思慧《飲膳正要》卷三《料物性味》 紅麴味甘平無毒，健脾益氣温中。淹

明周應治《霞外麈談》卷九《寄因》 黄昇曰享鹿肉三斤，自晨煮至日影下門西側，喜曰火候足矣。如是四十年。

胡侍《真珠船》卷七《氈根》 《南楚新聞》：薛昭綽經巢賊亂，流離絶糧，遇舊識銀工延昭緯，飲食甚豐，以詩謝之曰：一楪氈根數十皴，盤中猶更有紅鱗。早知文字多辛苦，悔不當初學冶銀。《仇池筆記》王中令令蜀寺僧賦蒸豚，立成云：背長毛短淺含膿，久向山中食藥苗。蒸處已將蕉葉裹，熟時兼用杏漿澆。紅鮮雅稱金盤飣，軟熟真堪玉筯挑。若把氈根來比並，氈根自合喫藤條。氈根，謂羊也。

李日華《紫桃軒又綴》卷一 西域人養羊供饌，既肥澤，輒繫狼時一怖之。羊得怖，漫脂消盡，肉益美。

李日華《紫桃軒又綴》卷一 牛羊豕備曰太牢，但有羊豕無牛曰少牢，今人呼牛爲太牢，非是。

邱光庭《兼明書》卷三《肉雖多不使勝食氣》 皇侃曰：食謂他饌。明曰：音嗣，謂飯也。言孔子噢肉，常令少于飯也。

楊淙《群書考索古今事文玉屑》卷二一《飲食門》 脯鮓。【略】山羊脯。劉阮入桃源，二仙女餉以山羊脯，其味甚佳。紅虬脯。上贈同昌公主紅虬脯，貯於盤中，健如蛇。龍肉鮓。陸机餉張華酢，華曰：此龍肉也。遂以苦酒沃鮓，鮓中有五色光。机還問結網手捕魚，作鮓寄母，母還之曰：汝爲魚官，而以鮓寄我，非避嫌也。蛆鮓遺母。陶侃作魚吏，以一蛆鮓遺母，母以書責侃云。五侯鯖。五侯不相能，賓客不相往來。婁護豐辨，傳會五侯間，各得其歡心，競致奇膳。護乃合以爲鯖，世稱五侯鯖，以爲珍。

陳耀文《天中記》卷四六《羹》 烹猴，楚有烹猴者而召其鄰人，鄰人以爲狗羹也。而甘之後，聞其猴也，據地而吐之，瀉盡其食，此未始知味者也。《淮南·修務》羹中有髮，昭帝時，大官上食，羹中有髮，切中有土，令承坐不謹敬皆論。《風俗通》

趙世顯《芝園叢談》卷四 孟襄陽厨人具雞黍，稚子摘楊梅。是借對法楊與羊音同也。

馬大壯《天都載》卷四《高麗爲鷄林》 《演繁露》曰：雞林本雞種也，高麗不喜雞，云如烹，則家有禍。

王圻《稗史彙編》卷一四《地理門・夷方類》 獠，左右江溪洞之外，俗謂之山獠。【略】獠民好爲蜜唧唧。鼠胎未瞬，通者赤蠕者，飼之以蜜，釘之筵上，嚼而行，以筋挾取，咬之唧唧作聲，故曰蜜唧唧。

王圻《稗史彙編》卷一四《地理門・夷方類》 百越

百越人好食蝦蟆，凡有筵會，斯爲上味。先於釜中置水，次下小芋烹之。候湯沸如魚眼，即下其蛙，乃一一捧芋而熟，如此呼爲抱芋羹。又或先于湯內安筍笋，後投蛙，及進于筵上，皆抱筍笋瞪目張口。而座有客戲之曰賣燈心者。又云挾皮者最佳，擲于沸湯即躍出，其皮自脱矣。皮既脱乃可以脩饌。時有一叟聞茲語，大以爲不可，云：切不得除此錦袄子，其味絶珍。聞之者莫不大笑。出《南楚新聞》

王圻《續文獻通考》卷二三五《四裔考・南夷・苗》 苗人，古三苗之裔也。【略】飲食惡草，以蒿灰和秫粥釀爲臭瀋，以魚肉雜物投之，曰醋。帝辛王武子第，侍婢數百人，各持琉璃器。供食蒸豚有異於常，問乃以人乳飲之。齊武常幸芳林園，就虞悰求味，獻糊及雜肴數十與大官不及也。上欲求飲食，方不得，後體不快。悰僅獻醒酒鮭鮓一方而已。當時君臣乃爾，良可笑也。

郭子章《黔類》卷九《食部》 羊淚

程皓以鐵牀脅肉，膏油見火則淋漓。皓戲言曰：羔羊揮淚矣。《金陵記》

程達《警語類抄》卷八《食類》 何大宰每宴不食尚方所食，晉武帝令就其家取之。帝辛王武子第，侍婢數百人，各持琉璃器。供食蒸豚有異於常，問乃以人乳飲之。齊武常幸芳林園，就虞悰求味，獻糊及雜肴數十與大官不及也。上欲求飲食，方不得，後體不快。悰僅獻醒酒鮭鮓一方而已。當時君臣乃爾，良可笑也。

程達《警語類抄》卷八《食類》 王肅在南嗜鯽魚羹及茗飲汁，至北則嗜羊肉及酪漿。高帝曰：羊肉何如魚羹，茗汁何如酪。肅白羊陸產之最，魚水族之長。羊比齊魯大邦，魚比邾莒小國，惟茗飲不中與酪奴。因呼茗酪奴。

姚旅《露書》卷九《風篇中》 宋朝有肉笑臘，載在《楛史》，名亦不惡，今不識爲何物，豈肉餅耶。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 王肅在魏不食羊肉及酪漿，常飯鯽魚羹，渴飲茗汁，經數年後，殿會食羊肉酪粥甚多。魏祖問之曰：羊肉何如魚羹，茗飲何如酪漿。肅對曰：羊是陸産之最，魚是水族之長，所好不同，並各稱珍。以味言之，是有優劣。羊比齊魯大邦，魚比邾莒小國，惟茗不中與酪作奴。此畏死游魂諛言取悦，非確論也。

謝肇淛《文海披沙》卷二《薤根》 薤根，羊肉也。唐薛昭緯遭黄巢亂，流離饑餓，遇舊識銀工延接，飲饌甚豐。昭緯以詩謝之曰：一撲薤根數十皴，盤中猶更有鮮鱗。早知文字多辛苦，悔不當初學治銀。

葉向高、林茂槐《説類》卷三《地理部・方俗》 桂州婦人産男者，取其衣胞，浄濯細切，五味煎調之。召至親者合宴，置酒而啖。若不與者，必致怒争。《墨客揮犀》

陳繼儒《福壽全書》卷六《冥果》 張易之爲鐵籠，置鵝鴨於内，中起炭火，銅盆貯五味汁。鵝鴨遶火走渴，即飲汁，表裏皆熟乃死。昌宗活臠驢於小室中，起炭火，置汁如前。昌儀取鐵橛釘入地，縛狗足於橛上，放鷹鷂活按其肉。肉盡狗猶活，號不已。易之曾過昌儀，憶馬腸，取從騎破脇取腸，良久方死。後誅易之昌宗，百姓臠其肉肥白如猪肪，煎炙而食。昌儀打折雙脚，抉取心肝，斬首通都。

包衡《清賞録》卷六 陳蕃待客拌飯以鹿脯，芼羹以牛脯，未嘗别爲異饌。

袁棟《書隱叢説》卷一三《渾脱取羹》 《草木子》云：北人殺小羊，自脊上開一孔，逐旋取去内頭骨肉，外皮皆完，揉軟用以盛乳酪酒湩，謂之渾脱。元時，生剥罪人身皮曰渾脱。《庶物異名疏》云：宗晉卿舞渾脱，公孫大娘渾脱舞。長孫無忌以烏羊毛爲渾脱毡帽，皆喻其柔軟，若無骨耳。以知脱之音駝，或讀本音，尚可游移，而渾脱之爲舞，則無庸置議也。誤讀杜序爲渾脱流離者，謬甚。而取其語以爲贊美之辭，其義亦未爲大悖也。

馮夢龍《古今譚槩》卷一一《佻達部・白羊肉羹》 羅友，字他仁，襄陽人，作荆州從事。桓宣武爲王，車騎洽集别，友進坐良久，辭出。宣武曰：卿向欲咨事，何以便去。答曰：友聞白羊肉羹，一生未曾得喫，故冒求前耳，無事可咨，今已飽，不復駐。了無怍色。

劉廷璣《在園雜志》卷四 昔陝西有以湯驢作方物，遠貽餽人者，據云味最佳美。考其製法，備極慘酷。先以厚板鋪地稍高，多釘堅筵，而鑿四眼，倣驢身驢蹄之大小，拉驢上板納四蹄于眼中，不容稍爲展轉。乃以多沸熱湯澆之，自頭至尾遍體淋漓，以毛盡脱爲度，竟成雪白一驢，而命已絶，肉已熟，其死甚于一刀，慟楚爲何如耶。繼爲取出開膛，剖去腸臟，分割其肉，量大小成塊，懸之風處風乾，猶嫌其肉太鬆，將肉用蘆篾上下夾好，置諸通衢，任車馬往來踐踏，久之方行收好，不啻珍錯之藏，非大筵席不輕用，本地極貴重之，故遠致方物也。又天津衛有小鳥黑爪，故名鐵脚，烹炒爲下酒物，味鮮爽口。其鳥羣飛，以網羅之，一

網可得若干。其掃毛之法則大奇，掘地作一坑，用火燒紅，將鳥從網傾入，以物覆之，彼于內亂飛相觸，熱氣交加，互相撲打，毛自盡脫，不假人力，誠火攻也。又前朝內監性嗜鵝掌，嫌其不甚肥厚，乃以磚砌火坑，燒之近赤，置鵝于上。磚熱，鵝立脚不住，自行蹀躞，一身血脉盡注於掌，其掌愈蹀愈厚，鵝受炙不過而死，適於口忍於心矣。僧謙光曾云，老僧無他願，鵝增四脚，體着兩裙，足矣。邇者江淮僧人嗜鼈之法甚于俗家。釜水微温，置鼈於內，將鍋蓋預鑿數孔，如所置鼈之數，蓋定以重物壓之，然後以薪燃竈，令水漸次而熱，鼈覺水熱，沿蓋得孔以頭探伸而出。先以盞汁椒末醬油酒醋調和勻好，乘其熱極口張，以匙挑而灌之，五味盡入腑臟，遍身骨肉皆香，而死奇慘異苦。僧見其狀，向之合掌曰：阿彌陀佛，再忍片時，便不痛矣。真所謂不禿不毒，不毒不禿者耶。嗟乎，口腹之奉，誰不欲之，即孔子聖人猶云食不厭精，膾不厭細，亦未嘗教人甘爲粗糲腐儒飡也。近日有全羊設饌者，以羊之全身製爲十六器，或十二器，而湯點皆用羊。又有以全鵝二三隻，製十二器或十六器者，湯點亦皆用鵝，不雜他物，可謂窮工極巧矣。然不過烹炮精美，未有戕生害命如前驢鱉之甚者，即何曾日食萬錢，猶云無下箸處。趙嵓一飲食必費萬錢，何邵一日之供，以費錢二萬爲限，亦不過備四方之珍異耳，何嘗著其酷烈殺生哉。但食品豐儉各隨人之性情，晏嬰爲相，尚食脫粟。公孫弘以丞相封平津侯，猶脫粟布被，世皆賢之。萬錢之奉是不爲也，非不能也。乃更有少年縱恣者，欲食生牛羊諸牲之肉，一呼即得，不能待其宰殺，乃生割其肉而烹炮之，吾不知其是何心也。裴晉公每語人曰：鷄猪魚蒜，逢着便吃。予服其天然不設色相，是真學問。國朝初年，扈侍御申忠巡按陝西，訪知湯驢一事，嚴飭禁止，一有犯者，罹以重法，此風稍戢至。鵝掌、鐵脚、鴛鴦、生割之慘，間有爲之者，安得復見扈侍御其人遍行禁絶乎。

吴景旭《歷代詩話》卷五八辛集中之上《蜜唧鴣鶻》 東坡《嶺南詩》：朝盤見蜜唧，夜枕聞鴣鶻。

吴曰生曰：《朝野僉載》嶺南獠民好爲蜜唧，即鼠胎未瞬，通身赤蠕者，飼之以蜜，釘之筵上，蹂躪而行，以筋夾取，啖之唧唧作聲，故曰蜜唧。《倦遊録》云：廣南人食鼠，謂之家鹿。

錢良擇《出塞紀略》 〔康熙戊辰六月〕初四日乙巳，【略】抵晚屯呵呢七不喇，天無寸雲，地無寸草，酷暑如焚。掘井二丈不得水，人馬苦渴，氣不能舒。見井于數里之外，稍濟暍人，不能及馬，聽其委頓而已。是地喜無沙累，索帥領衆馳獵，頗有所獲。至暮還營，以所得黄羊見遺燎而食之肥美，特異于他獸，得一絶句：

暍人孟水勝瓊漿，九仞徒穿地脉傷。賴得景宗分味至，馬通燃火燎黄羊。

姚之駰《元明事類鈔》卷三〇《器用門・釜》 革釜。《元史》：太祖嘗困，無所得食。會一野馬來，射之殪，遂剥革爲釜，出火於石，汲河水煮而啖之。

張鵬翮《奉使俄羅斯行程録》 〔康熙二十三年五月〕三十日，出軍門，滿地矮樹紛披，狀如小柏，生採爲薪，即能燃。【略】忽風雨灑然而至，少解渴暑，人馬安然而度，皆賴皇上洪福，天心默佑也。下岡二十一里，駐喀龍，平阜夾岸，怪石磋砑，地勢低凸。掘三尺餘，水鹹，煮羊烹茶變黑色，令人腹疼。地枯無草無薪，軍中燃馬矢供饔。

顧堃《覺非盦筆記》卷六 刁約《使契丹詩》云：押燕移離畢，看房賀跋支。醜行三匹製，蜜賜十貔貍。移離畢，官名，如中國執政官。賀跋支，如執房閣。匹製，小木嬰，以色稜木爲之，如黄漆。貔貍如鼠而大，契丹以爲珍膳。見《霏屑録》

桂馥《札樸》卷二《遠庖厨》 孟子遠庖厨。案《内則》天子之閣，左達五，右達五。注云五者三牲之肉及魚腊也。《正義》引崔氏云，宫室之制，中央爲正室，正室左右爲房，房外有序，序外有夾室。天子尊，庖厨遠，故左夾室五閣，右夾室五閣。《玉藻》君子遠庖厨。凡有血氣之類，弗身踐也。

王念孫《讀書雜志・淮南内篇》卷一七《刀如新剖》 庖丁用刀十九年，而刀如新剖。劉本於剖下增硎字。念孫案劉增是也。據高注云：硎磨刀石則有硎字明矣，下刀字當作刃，刃刀字相似，又涉上刀字而誤也。刃如新剖硎，言刀刃不頓也。《莊子・養生主篇》：今臣之刀十九年矣，而刀刃若新發於硎。《吕氏春秋・精通篇》：宋之庖丁好解牛，用刀十九年，而刃若新磨研，皆其證也。《太平御覽・資産部八》引此作刃如新砥硎，雖砥與剖不同，而字亦作刃。

李儁農《荒政摘要・陸曾禹捕蝗八所》 【略】六、蝗所可用。一蝗若去其翅足，曝乾，味同蝦米，且可久儲而不壞，以之食畜，可獲重利。陳龍正曰：蝗可和野菜煮食，見于范仲淹疏中。

徐松《宋會要輯稿・食貨》五五之四六 供庖務，在敦化坊，掌受牛羊司羊畜刲宰，以給中外庖爨之用。舊名宰殺務，大中祥符四年二月，詔改今名。監官二人，以三班充，宰手九十七人。真宗大中祥符四年十二月，詔宰殺務選差使臣二人，立界勾當，不屬牛羊司。每日據數撥與牛羊，先團估斤重，監視宰殺，據寔秤肉數，給憑由收破。使臣除食直骨血錢外，增給羊糞錢百四十，二年一替。如

年滿無公私罪犯，與家便差遣。天禧元年四月，提舉諸司庫務夏守贇言，供庖務狀，每排頓造食羊新城內，即大務供應新城外，即就彼供殺。其供過數及使不盡物係收。管錢官只憑御廚手、分宰手寫白劄子開說，並無使臣押書，切慮隱落。乞今後令勾當使臣躬親點檢，據數宰殺外，有供使不盡者，出給憑由二道，簽押訖封，各付御廚手、分宰手點對照證，免玆弊倖。又每聖節，本務預期殺上好羊約三千餘口，壁牙數少，多在地用箔堆放。若遇雨雪損污官物，或供用不盡，難以轉供，乞今復將至聖節御廚，預行計的逕合使斤數，報務宰殺，一併送納。又親王宮宅御廚、禮賓院，每日食羊，並本處官員書歷放數內會靈觀，只憑手分白劄子取撥。乞今後令本管官員置歷赴務供納，及乞勒手分攢寫文狀赴御廚，勘會入帳點對，月終別出憑由開破，應諸宮造食羊，並是憑諸宮放數品配，除正色額外，以次者品配訖，宰手爲齎赴逐處。內有嫌肉下者不問日下，只憑局分。并宰手送省勘斷，却旋發好羊送納，以致宰手典質陪填。乞今後似此退嫌者，勾取元定羊赴省看驗，如是品配，依得條例，亦乞區斷戒勵。若不依例，乞罪品配節級。若只羊瘦即罪養羊手分。又每日差節級曹司秤子驅羊，赴御廚宰殺供應。多是揀肥羊殺外，退次瘦者。本厨只是手分寫白貼子，旋放數與本務節級宰殺供應，雖有監秤人員，自來只管秤斤兩，失陷官物無以點檢。伏見御厨有監後門使臣二人，常輪一人直宿，欲乞今後應赴厨殺羊，就差點檢品配監殺，與牛羊司人員同秤交付御厨。今後應殺羊數，並具官員專副手分押書劄子。候供應畢，亦具數目，及供使不盡名件，係宰手某人管係文字二道，令監秤使臣點檢，各赴御厨與本務節級賫歸，照證入歷。若有違者，許知次第人經所在官司陳告，勘鞫不虛，重行嚴斷。又每年差宰手，隨三番接伴契丹使，離京之日，人請盤纏錢一千，皂衲棉披袄一，緣路日請驛券食錢四十，蓋都亭驛內亦得皂衲棉披襖一，絹袴一，日得饋糊二，分了日每人錢五百。其陳橋長垣等處祇應者，直候二番使過，方始驅喝，供使不盡羊赴務，其供使不盡頭肚、圈脂、白腸，合納官，各不送納。乃是元不曾請例物盤纏，又無驛券，元給憑由，只言供使却肉，不言骨血收錢入官。今後乞依三番例支賜，並從之。

內茶湯步磨務，在崇慶坊，景祐三年置，掌碾末茶湯供。翰林司以北，排岸官兼領，後廢罷。

鄭復光《費隱與知録・本味借味不可同論》 問：生肉片以鮮作味，緣腥亦專爲猪肉。推其理耳，他肉雖同而又微別。如雉與羊生片，雖微帶腥，而或鮮或羶，各有自具之味。獨猪變熱，熱氣所加受于物面，外熱再來，又逼入內，熱氣屢入，四面逼攏，無隙可出，是以內戰而壞也。若夫冬日冷氣之來，旋冷旋斂，內即温熱，外斂亦出。冬有日而易寒，夏過雨而益熱，由于冬冷旋斂，夏冷驟撲，勢不同也。又外冷屢侵物，亦受其氣而成冷，冷則斂而相保，氣凝不動，故不壞也。魚肉之層，內有水氣，皮膜蒙裹如麪粘，然內濕外乾，所以易壞。孰則內外通達，火之熱氣，更甚于天氣，煮物不壞，其氣直達故也。水非內含，皮不外罩，鬱內稍減，故略耐久耳。夏日餕饌，必滾而俟冷定乃蓋之者，欲乘極熱以出內鬱，出盡鬱氣，乃可以蓋也。若蔬菜之層，生者不壞，則由其質清虛，而所含者清水。清水自具冷性，能解熱侵。且水清則遇熱，內耗質虛，則氣有出入，無所爲鬱也。至若醃魚肉更能耐久，則以情同枯木，內氣不含，外氣不入，不獨鹹能固物也。

沈濤《瑟榭叢談》卷上 口外黃羊，世稱俊味，在遼北八珍之上。元楊允孚《灤京雜詠》所謂北陲異品，是黃羊也。然其狀絶不類羊。許圭塘詩：有肉須供異耳。戴侗六書故竟以黃羊爲麋，固非邵二雲。《爾雅正義》又以釋畜羬羊黃腹當之，亦誤。《周禮疏》、《爾雅》：在野曰獸，在家曰畜。黃羊其可畜乎。漢陰子方祀竈之黃羊，當即《爾雅》之羬。

方濬師《蕉軒隨録》卷五《食鼠》 嶺南好爲蜜唧，取鼠胎未瞬者，飼之以蜜。飣之筵上，以筋挾取，啖之唧唧作聲，故曰蜜唧。見《朝野僉載》。嶺南人食鼠，號爲家鹿。見《倦遊録》。予官嶺西，同年李恢垣吏部，以番禺鄉中所醃田鼠見餉，長者可尺許，云味極肥美，不亞金華火肉。予究有所嫌，未敢入口也。

胡鳴玉《訂譌襍録》卷七〇《葷腥之辨》 流俗不明葷音熏。腥之辨，每逢祭祀，輒斷腥羶，謂之食素。至於酒醴之設，在所不禁，大非也。魚肉謂腥臭，菜謂葷，蔥酒蒜薤之屬，皆是祭祀之齋，與酒同禁之者，恐以昏濁之物亂其專一之誠耳。偶閱《鼠璞》一書，已曾言之云。宋戴埴著。《東坡年譜》載程蘇當致，齋厨稟造食葷素。蘇令平聲辨葷，程令辨素。蘇謂致齋在心，豈拘葷素。爲劉者左袒。時館中附蘇者令辨葷，附程者令辨素。予謂不然，齊之禁葷，見於法令，乃禁五辛，慮耗散人之氣，間其精誠，與禁飲酒聽樂嗜慾悲哀同欲，其致一之妙通於神明耳。《莊子》載顏回不飲酒，不茹葷，謂祭祀之齋二公未免以葷爲魚肉，徒有是非之辨。《莊子》載顏回不飲酒，不茹葷，謂祭祀之齋是也。

水產部

題解

許慎《説文解字》卷一〇上 鯊。置魚筥中炙也。从火曾聲。作滕切。

許慎《説文解字》卷四下 鯑。乾魚尾腊腊也。从肉肅聲。《周禮》有腊鯑。所鳩切。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 鮑魚、鮑腐也，埋藏奄使腐臭也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 蟹胥，取蟹藏之，使骨肉解之胥胥然也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 蟹醢，去其匡醢，熟搗之令如醢也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 鮓，菹也，以鹽米釀之如菹，熟而食之也。

顧野王《重修玉篇》卷七《肉部第八一》 腊。所流切。《周禮》庖人夏行腊腊。腊，乾魚也。

顧野王《重修玉篇》卷七《肉部第八一》 膾。於含切。炙魚肉。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・酉部第一七》 醓。正音征。醋煮魚也。上同。

司馬光《類篇》卷一四 鮹。諸盈切。煮魚煎肉曰腥，或作鮹。

況叔祺《考古辭宗》卷五《器用部・器皿類》 魚曰斮之。謂削鱗也。

顧充《古雋考略》卷三《飲食類》 海錯。《書》海物惟錯。錯，雜也，非一種也。

陳繼儒《文奇豹斑》卷九《器用》 膾，細切魚肉也。鮓，亦膾之類。

孫丕顯《文苑彙雋》卷二二《飲食部・鮓》 鮓。《説文》：南方謂之鮆，北方謂之鯊，俗作鮓。

杭世駿《續方言》卷上 劍，楚人謂治魚也，讀若鍥。《説文》古屑切。

食品烹飪總部・水產部・綜述

綜述

舊本題河上公《老子道德經》卷下《河上公章句第四・居位第六十》 治大國若烹小鮮。鮮，魚。烹小魚不去腸，不去鱗，不敢撓，恐其糜也。治國煩則下亂，治身煩則精散。

劉安《淮南鴻烈解》卷一一《齊俗訓》【略】 老子曰：治大國若烹小鮮，爲寬裕者曰勿數撓。裕，饒也。爲刻削者曰致其鹹酸而已矣。

史游《急就篇》卷三《第十四章》 鯉鮒蟹蝑鮨鮑鰕。鮒音附。鱓音善，一作鱔。鮨音台，又音治。鮑一作鮾，於業反。鰕音遐，一作蝦。鯉即今之鯉魚也。鮒，今之鮿魚也，亦呼爲鯽。鮿音積。鯽音即。蟹八足二螯旁行。螯音敖。蝑似蛇。鮨，海魚也。鮑亦海魚，加之以鹽而不乾者也。鰕謂今之海蝦，堪爲酢脯，及所呼鰕米者，又所在水中，小鰕可生噉，若燖而食之，皆是也。鰕之大者爲鱋。燖，初狡反。鱋音鎬。

僧愷《類説》卷五《洞冥記》 蟹膠。善化國貢蟹，長九尺，有百足，四殼，煮其殼爲蟹膠，勝於鳳喙。

鄭玄《儀禮注疏》卷二 腊必用鮮，魚用鮒必殺全。注：殺全者，不餧敗，不剥傷。音義：鮒，音附。餧，奴罪反。疏：釋曰：腊用鮮者，義取夫婦日新之義。云魚用鮒者，義取夫婦相依附者也。云殺必全者，義取夫婦全節無虧之理，此竝據同牢時也。

鄭玄《儀禮注疏》卷九《公食大夫禮第九》 魚腊飪。注：飪，熟也。食禮宜熟，饗有腥者。疏：釋曰：上文直云粢定肉謂之粢，恐魚腊不在粢定之中，故此特著魚腊飪也，以食禮尚熟，故皆飪也。注釋曰：《樂記》云大饗而俎腥魚。鄭注云以腥魚爲俎實，不腥熟之，是饗禮有腥也。【略】

鄭玄《儀禮注疏》卷九《公食大夫禮第九》 庶羞陳于碑內，注：生魚也，魚腊從焉。上大夫加鮮魚、鮮腊，雉兔、鶉鴽，不陳于堂，辟正饌。疏：注釋曰：云生魚者，上文魚膾是魚之中膾者，皆是生魚也。案：鄭注周禮云，燕人膾魚方寸切，其腴以啗，所貴是也。此則全生不膾何者，本膾在豆與胾炙俱設，今胾炙在牲未殺，膾全不破可知。若然庶羞之內，衆羞俱有。鄭獨云生魚者，以其胾炙在牲不殺，於此無矣。雖有乾腊雉兔之等，以生魚爲主，故云生魚也。云魚腊從焉者，雖無三牲之肉，有乾魚腊可知。云上大夫加鮮魚、鮮腊、雉兔、鶉鴽者，以其下大夫七鼎無鮮魚鮮腊，上大夫九鼎加鮮魚鮮腊，可知雉兔鶉鴽，亦

生致之矣。云不陳于堂，辟正饌者，以其庶羞本在堂上正饌之西，今在碑內，故云辟正饌也若然。不陳於碑南者，以其本合在堂，今宜在堂，故在碑北。

楊孚《異物志》 南方魚多不肥美，惟鮆魚爲上，大者長二尺，作鱠炙尤香而美。《御覽》九百四十。

陶宗儀《說郛》卷九五上虞悰《食珍錄》 宋明帝有蜜漬鯸鮧。

沈約《宋書》卷六〇《范泰傳》 臣聞治國若烹小鮮，拯敝莫若務本。

沈約《宋書》卷六九《劉湛傳》 湛廬陵王義真出爲車騎將軍、南豫州刺史，湛又爲長史，太守如故。義真時居高祖憂，使帳下備膳，湛禁之，義真乃使左右索魚肉珍羞，於齋內別立廚帳。會湛入，因命膾酒炙車螯，湛正色曰：「公當今不宜有此設。」義真曰：「日甚寒，一盤酒亦何傷。長史事同一家，望不爲異。」酒既至，湛因起曰：「既不能以禮自處，又不能以禮處人。」

曾慥《類說》卷六《洛陽伽藍記》 金鏁玉膾

吳郡獻松江鱸魚，煬帝曰所謂金鏁玉膾，東南佳味也。

蕭子顯《南齊書》卷五《海陵王紀五》 延興元年冬十月癸卯，宣城王輔政，帝起居皆諧而後行。思食蒸魚菜，太官令荅無録公命，竟不與。

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・膾十九》 細者爲膾。《禮記》云：肉腥細者爲膾，大者爲軒。鄭玄注曰：言大切細切，異名也。膾者必先軒之，所謂麤而切之也。補遂而切之見上。《神仙傳》云：介象與吳主共論膾，何者最美。象曰：鯔魚爲上美。令于殿前庭中作方坎，汲水滿之，象垂綸于坎中，食頃得鯔魚作膾。補膾西海之飛鱗。曹植《七啓》云：搴芳蓮之巢龜，膾西海之飛鱗。臨江南之潛鼉，膾天流之潛魴孫毓《七誘》。膾潛鱗。潘尼《釣賦》云：乃令宰夫，膾此潛鱗，名工習巧，飛刀逞伎，電剖星飛，芒散縷解，離鍔落俎，連翩雪累。補膾美鱗。徐幹《七喻》云：鬪膾美鮮。膾錦膚，鱗斑胎。傅玄《七謨》云：膾錦膚、鱗斑胎，飛刀浮切，毫分縷解。動從風散，聚似霧委。流采成文，燁若紅綺。補鯉魮之膾。桓麟《七說》：三牲之切，鯉魮之膾。美如麟脂，疊似蚋羽。補。案：魮音皮，魚名，鳥首魚尾。附膾其鯉魮。傅毅《七激》云：涔養之魚，膾其鯉魮。分毫之割，纖如髮芒，散如絶穀，積如委紅。殊方異味，厥和不同。補命支離飛霜鍔。張協《七命》云：范公之鱗，出自九溪，赬尾丹鰓，紫翼青鬐。爾乃命支離飛霜，鍔紅肌綺，散素膚雪落。使朱玄騁妙伎。劉邵《七華》云：洞庭之魮，出于江嶠。乃使朱玄揮臂，騁厥妙伎，敷割皮骨，繽紛霧墮。補醬人縷切，鸞刀若飛。潘岳《西征賦》云：華魮羅鱗，素鱗揚鬐，醬人縷切，鸞刀若飛，應刃落俎，霍霍霏霏。焱足走切，龍刀電舒。隨浮膾鮮，附馳割腴。應刃落俎。潘岳《西征賦》，見上。分毫析釐。劉梁《七舉》云：鯉魮之膾，分毫析釐。分皮截理。傅巽《七誨》云：乃有河鮪漢魮，梁淵巨鯉。電剖星飛。潘尼《釣賦》，見前。亹分縷解。傅玄《七謨》，見前。連翩雪累。潘尼《釣賦》，見前。疊似蚋羽。桓麟《七說》，見前。橫者亹析，縱者縷分。徐幹《七喻》。雜猶亂絲，聚若委采。桓麟《七說》云：鐵一元之刀，春祭之鮮，雜猶亂絲，聚若委采。素膚雪落。張協《七命》，見上。散如絶穀，積如委紅。傅毅《七激》，見前。流采成文，煜若紅綺。傅玄《七謨》，見前。白鮹委云：焱足走切，龍刀電舒。隨浮膾鮮，附馳割腴。應刃落俎。潘岳《西征賦》，見上。分毫析釐。劉梁《七舉》云：鯉魮之膾，分毫析釐。分皮截理。傅巽《七誨》云：乃有河鮪漢魮，梁淵巨鯉。電剖星飛。潘尼《釣賦》，見前。亹分縷解。傅玄《七謨》，見前。連翩雪累。潘尼《釣賦》，見前。疊似蚋羽。桓麟《七說》，見前。橫者亹析，縱者縷分。徐幹《七喻》。雜猶亂絲，聚若委采。素膚雪落。張協《七命》，見上。散如絶穀，積如委紅。傅毅《七激》，見前。流采成文，煜若紅綺。傅玄《七謨》，見前。白鮹委

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・鱠三十九》 南方謂之鮆，北方謂之鱠。《說文》云：鱠，藏魚也。南方謂之鮆，俗作鮓。四時之膳，食荊州之鱠魚。《周禮》云：庖人共祭祀之好羞。鄭注曰：謂四時所爲膳食，若荊州之鱠魚，青州之鱐胥，雖非常物，進之孝也。補蜀人魚鮨。《爾雅》云：魚謂之鮨，蜀人取魚不去鮨。案：鮨音其，魚名，又鱭屬。補西羌秋鮨。《博物志》云：西羌仲秋月，取赤頭鯉以爲鮨。吳人蒲以爲鱭。《草木記》云：吳人蒲始生，取以爲鱭。閩越噉獼猴鱭。《博物志》云：閩越江北諸夷，噉獼猴鱭。無損。《神異經》云：南方有獸名曰無損，其肉可作鱭。珠柱。《草木記》云：採珠人取珠柱肉作鱭。龍肉。《世說》云：有人遺張華鱭者，華見之曰：此龍肉也。遂以苦酒沃鱭，鱭中有五色光。補鱣肉。《爾雅》云：鱣形似龍銳頭，口在頷下，背上腹下皆有甲，縱廣四五尺，今于盟津東石磧上鈎取之。大者千餘斤，肉可爲鱭。案注：鱣張連切。方縛直截。楊泉《五湖賦》鹹鹽白糝。又云：鹹鹽白糝，雜以菜菓，連墀柳鮓，積如陵邱。劉蘇初腩，瓜金雜注。王褒《僮幼賦》云：劉蘇初腩，瓜金雜注。注云：蘇，鱭也。連墀。楊泉《五湖賦》，見上。徑尺《交州記》：百薄瀨有魚眼徑尺，似鮒魚，取以爲鱭。【略】骨青肉紫。漢昭帝時，釣得鮫長三丈，帝曰：此魚膳之類，命大官爲鮓，骨青肉紫，食之甚美。帝更求之不獲。續補一喟十臠。《江南野史》云：陳陶所居不與俗接，唯嗜鱭，一喟或至十臠。補含風鱭。《叩頭錄》云：房壽六月調羊酪，造含風鱭。續補野豬鱭。《酉陽雜俎》云：安禄山恩寵莫比，其所賜品目有野豬鱭。續補蘆菔《蠻甌志》云：白樂天方齊劉禹錫，餉蘆菔

鱸。續補苞蘆。杜甫詩云：香飯兼苞蘆。續補鱘鰉。《地里志》云：潤州土貢鱘鰉。續補蛟鰫。漢昭帝，見上。後池。《韓全誨傳》云：昭宗至鳳翔，帝輿所，御膳賜全誨等。李茂貞食鰫美。帝曰：此後池魚。茂貞曰：臣養魚以候天子。聞者皆駭。續補云：費長房能縮地脉，坐客在家，至市賣鰫，一日之間，人見之千里外者數次。續補

房玄齡等《晉書》卷七七《蔡謨傳》 謨初渡江，見彭蜞，大喜曰：蟹有八足，加以二螯。令烹之。既食，吐下委頓，方知非蟹。

康駢《劇談録》卷下《崔道樞食井魚》 中書舍人韋顏子壻崔道樞舉進士，乾符二年春下第，歸寧漢上所居。因井渫得鯉魚一頭，長可五尺，鱗鬣金色，目光射人，所視異於常魚，令僕投於江水，道樞與表兄韋氏密備鼎俎烹而食之。

張鷟《朝野僉載》卷四 峯州有一道水從吐蕃中來，夏冷如冰雪。有魚長一二寸，來去有時，並水上如粥。人取烹之而食，千萬家取不可盡，不知所從來。

白居易《白孔六帖》卷一六《膾七》 白：膾鯉。《詩》云：鮪鱣膾鯉。膾不厭細，紅鮮，應刃落俎。《西征賦》：華魴躍鱗，素鱮揚鬐。蕃人縷切，鸞刀若飛。應刃落俎，霍霍霏霏。紅鮮紛其，初載資客。聳而遲遲。素膚散雪。《七命》曰，命支離飛霜鍔，紅肌綺散，素膚雪落。妻子之毫，不能圍其細。秋蟬之翼，不足擬其薄。鮮鯉之膾。《七發》。疊穀。《七發》曰：累如疊穀，離若散雪。輕隨風飛，刃不轉切。食魚。豈其食魚，必河之鮪。芥醬。語魚膾非芥醬不食。用葱。《禮》曰：凡膾春用葱，秋用薤。冬宜鮮。鮮，生魚。聶而切之。《禮》：牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。處外。膾炙處外。姜詩母好鱠。好江水庭中出水味，如江水。每日出雙鯉魚，以供母膾，其孝感如此。釣庭中。介象字元則，與吳王論膾，何者最美。象曰：海中鱠魚爲上美也。令於殿前庭中作方坎，汲水滿之，象垂綸於坎中食，頃得鱠魚作鱠。釣盤中。左慈字元放，以銅盤盛水釣水中，引出魚皆長三尺，以作鱠。王餘魚。吳王行江中，食鱠有餘，棄于水，化爲魚，今有王餘魚是也，亦名鱠骨也。孔操刀鱠鯉。李綱字文紀，有進魚者，太子使鱠之。唐儉趙元楷自言其能。太子曰：操刀鱠鯉和鼎味，公等善之。若蜀諳審諭，固屬綱矣。鱠寸魚號鵝鬬。南詔鱠寸魚，以胡瓜椒薤和之，號鵝鬬。銀絲鱠。杜甫詩：鮮鯽銀絲鱠。意在斬巨鼇，何論鱠長鯨。李白。鱠炙之美。柳宗元《晉問》云，三河之人，則已填溢厭飫腥膏爲鹵。聞鱠炙之美，則掩鼻蹙額，賤甚糞土而莫顧者也。庖霜。韓愈詩：庖霜鱠玄鯽。膾魴。《唐文粹》蘇源明《小洞庭識籍序》：燔兔膾魴。同心鱠。《雲仙散録》金門歲節曰：洛陽人家，七夕裝同心鱠。穀薄絲縷。唐《酉陽雜俎》，進士段碩常識南孝廉者，善斫膾，穀薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷。若合節奏。因會客，銜投先起魚架之，忽暴風雨，雷震一聲，膾悉化爲蝴蝶飛去。南

鯖憧，遂折刀誓不復作。鱠灑 鯉一尺，鯽八寸，去排泥之羽，鯽圓天肉，腮後者門，用復腴拭刀，亦用魚腦，皆能令鱠縷不着刀。同上金鏤玉鱠。吳郡獻松江鱸，煬帝曰：所謂金鏤玉鱠，東南佳味也。《隋唐嘉話》。鱠飛金盤白雪高。醬子左右揮霜刀。杜甫《觀魚歌》。蓬池鱠。李德裕《述夢詩》荷靜蓬池鱠。凡學士初，上賜食悉是蓬池魚鱠。魴魚肥美知第一。魴魚肥美知第一，既飽懽娛亦蕭瑟。杜詩。膾莫先於鯽魚。楊慎《膳夫録》：膾莫先於鯽魚，鱠魴鯿鱸次之。鱠餘黃竹五種爲下，其他皆强爲。落磍何曾白紙濕，放筋未覺金盤空。杜甫詩。錦縷。白居易詩：膾長抽錦縷。紅肥花落白雪霏。李白《酧雙魚見贈》：雙鯉呀呷嚬猛張，跋剌銀盤欲飛去。呼兒拂機霜刃揮，紅肥花落白雪霏。鯽魚并鱠手刀子。《酉陽雜俎》：安禄山所賜，有鯽魚并鱠手刀子。

白居易《白孔六帖》卷一六《鮓九》 白：遺母。陶侃遺母一坩鮓，母封鮓還責侃云云。又孟宗字武恭，爲監魚池司馬，自結網取魚，作鮓寄母。母曰：汝爲魚官而獲鮓，奈何不避嫌也。遂還之。龍鮓。《世説》：有人遺張華鮓，華曰：此龍肉也。遂以苦酒沃鮓，鮓中有五色光。啓齊王融《謝司馬賜魚鮓啓》曰：東越水羞實罄，乘時之美。南荆任土方揖，鮓魚之最。十斛鮓。《陶侃故事》曰：蘇峻上成帝十斛鮓。骨青肉紫。漢昭帝時，釣得鮫長三丈。帝曰：此魚鱔之類。命太官爲鮓，骨青肉紫，食之甚美。帝更求之，不獲。孔後池魚。《韓全誨傳》：昭宗至鳳翔帝輿所，御膳賜全誨等。茂貞食鮓美，帝曰：此後池魚。茂貞曰：臣養魚以候天子。聞者皆駭。鱘鮓《地理志》：潤州土貢鱘鮓。蘆菔鮓。《蠻甌志》：白樂天方齋禹錫餽蘆菔鮓。含風鮓。《卯頭録》：房壽六月調羊酪，造含風鮓。野豬鮓。唐《酉陽雜俎》：安禄山恩寵莫比，其所賜品目有野豬鮓。苞蘆。杜甫詩：香飯兼苞蘆。鯉鮒鮓瀹。次第以竹枝貫頭，置日中書腹爲記。出酉陽。嗜鮓一嗢或至十臠。《江南野史》：陳陶所居，不與俗接，唯嗜鮓一嗢或至十臠。

馮贄《雲仙雜記》卷一〇《金鏤玉膾》 吳郡獻松江鱸魚，煬帝曰所謂金鏤玉膾，東南佳味也。

劉恂《嶺表録異》卷上 嘉魚形如鱒，出梧州戎城縣江水口，甚肥美。衆魚莫可與比，最宜爲鮮，他頂切。每炙以芭蕉葉隔火，蓋慮脂滴火滅耳。漁陽有鮚魚，亦此類也。案：原本亦此類也，句與上文不接。《太平御覽》九百三十七卷引此條，亦此類也。句之上有漁陽有未魚五字。考《廣韻》鮚字下注曰：魚也。則未字當作鮚，今併訂正。鱓魚其殼瑩淨，滑如青瓷盌。鱔背，眼在背上，口在腹下，青黑色。腹兩傍爲六脚，有尾，長尺餘，三稜如梭莖。雌常附雄而行。捕者必雙得之。若摘去雄者，雌者即自止背負之方行。腹中有子如蓴豉，南人取之，碎其肉脚，和以爲醬

食之。尾中有珠，如粟色黃。雌者小，置水中，即雄者浮，雌者沈。

烏賊魚，只有骨一片，如龍骨而輕虛，以指甲刮之即爲末亦無鱗而肉翼前有四足每潮來即以二長足捉石浮身。水上有小蝦，魚過其前，即吐涎惹之，取以爲食。廣州邊海人，往往探得大者，率如蒲扇，煤熟以薑醋食之，極脆美，或入鹽渾醃爲乾，搥如脯亦美。吳中人好食之。左思《吳都賦》曰：烏賊擁劒。

黃臘魚即江湖之橫魚，頭背長而鱗皆金色，南人鱠爲炙，雖美而毒，或煎炰，或乾。【略】

竹魚，産江西間，形如鱧魚，大而少骨，青黑色，鱗下間以朱點鬣可玩。或烹以爲羹臛，肥而美。

【略】

水母，廣州謂之水母，閩謂之蛇，疑駕切。其形乃渾然凝結一物，有淡紫色者，有白色者，大如覆帽，小者如盌。腹下有物如懸絮，俗謂之足，而無口眼。常有數十蝦寄腹下，唼食其涎，浮汎水上。捕者或遇之，即欻然而沒，乃是蝦有所見耳。《越絶書》云：海鏡蟹爲腹水母，即蝦爲目也。南人好食之，云性煖，治河魚之疾。然甚腥，須以草木灰點生油，再三洗之，瑩淨如水晶紫玉。肉厚可二寸，薄處亦寸餘。先煮椒桂或荳蔻，生薑縷切而煤之。或以五辣肉醋，或以蝦醋。如鱠食之最宜蝦醋，亦物類相攝耳。水母本陰海凝結之物，其理未詳。案：南人好食之以下數行，原本無之，今從《太平廣記》卷四百六十五增入。

劉恂《嶺表録異》卷上 跳鰕乃海味之小魚鰕也，以鹽藏。鯽魚兒一觔不啻千箇，生擘點醋下酒，甚有美味。

劉恂《嶺表録異》卷中 鮐魚形似鯿魚，而腦上突起，連背而圓身，肉甚厚，肉白如凝脂，只有一脊骨。治之以薑葱，魚音缶蒸也之粳米，其骨自軟，食者無所棄。鄙俚謂之狗瞌睡魚，以其犬在盤下，雖伺其骨，故云狗瞌睡魚也。【略】

瓦屋子蓋蚌蛤之類也，南中舊呼爲蚶音憨子頭，因盧鈞尚書作鎮，遂改爲瓦屋子，以其殼上有稜如瓦，故以名焉。殼中有肉紫色而滿腹，廣人尤重之。多燒以薦酒，俗呼爲天鷄炙。唼多即壅氣，背膊煩疼，未測其本性也。

水蟹螯，殼内皆鹹水，自有蟹時，即有此蟹。廣人取之淡煮，吸其鹹汁下酒。黄膏蟹，殼肉有膏如黄酥，加以五味，和殼煨之，食亦有味。赤蟹殼内黄赤膏，如鷄鴨子黄，肉白，以和膏，實其殼中，淋以五味，蒙以細麵爲蟹餅，珍美可尚。紅蟹殼殷紅色，巨者可以裝爲酒盃也。虎蟹殼上有虎斑，可裝爲酒器。與紅蟹皆産瓊岸海邊。

蠔即牡蠣，也其初生海島邊，如拳石，四面漸長，有高一二丈者，巉巖如山。每房内蠔肉一片，隨其所生，前後大小不等。每潮來，諸蠔皆開房，見人即合之。海夷盧亭往往以斧楔取殼，燒以烈火，蠔即啓房，挑取其肉，貯以小竹筐，赴墟市以易酒。盧亭好酒，以蠔肉換酒也。肉大者醃爲炙，小者炒食。肉中有滋味，食之即能壅腸胃。按太平廣記四百六十卷同彭蜞，吳呼爲彭越，蓋語訛也。足上無毛，堪食。吳越間多以異鹽藏貨於市。

南人多買蝦之細者，生切葅菜蘭香蓼等，用濃醬醋先潑活蝦，蓋似生菜，以熱釜覆其上，就口跑出，亦有跳出醋楪者，謂之蝦生，鄙俚重之，以爲異饌也。

【略】

石矩亦章舉之類，身小而足長，入鹽乾燒食極美。又有小者，兩足如常，曝乾後，似射踏子，故南中呼爲射踏子也。

陶宗儀《説郛》卷三四劉恂《嶺表録異記》 瓦屋子，蓋蚌蛤之類也。南中舊呼爲空慈子，頃因盧鈞尚書作鎮，遂改爲瓦屋子，以其殼上有稜如瓦，故以名焉。殼中有肉紫色而滿腹，廣人尤重之，多燒以薦酒，俗呼爲天鷄炙。唼多即壅氣，背膊煩疼，未測其本性也。

陶宗儀《説郛》卷三四劉恂《嶺表録異記》 章舉。形如烏賊，閩越間多采鮮者，煤如水母，以姜醋食之。石距乃章舉之類也，身小而足長，入鹽乾燒，食極美。

段公路《北户録》卷二《食目》 蛤臛。理之常法，蛤即蚌也。《周書》：腐草爲蚌。陶注：《本草》青脊者曰上鴨，黑者南人呼爲蛤子。《南史》：卞彬爲《蝦蟇賦》云，紆青拖紫名爲蛤魚，以諷令僕。《漢書》言，鄂杜之間，水多蛙魚，人得不飢。又《宋書》：張暢弟爲獌犬所傷，醫云食蝦蟇鮓可愈。而弟有難色，暢先食而弟方食，果能愈疾，即知前古之人食蛙久矣。又《衝波傳》：蝦蟇無腸，龍蛇屬也。《抱朴子》云：萬歲者，頷下丹書八字。《南史・丘傑列傳》又云：蝦蟇有毒，夢中得三丸藥，後服之，下科斗子數升。《博物志》所謂東南之食，水產有蛙蛤螺蚌之爲殊味，不覺其腥臊。今按蛙唯性熱，甚補人。人有折其足於瓶中，以水養之，不三五日，其損如故。亦有以蘇煎食者是也。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 縷子膾

廣陵法曹宋鼒造縷子膾，其法用鯽魚肉、鯉魚子，以碧筒或菊苗爲胎骨。

自然羹

蜀中有一道人賣自然羹，人試買之，盌中一魚鱗鬣腸胃皆在鱗上，有黑紋如

一圓月，汁如淡水。食者旋剔去鱗腸，其味香美。有問魚上何故有月。道人從盤中傾出皆是荔枝仁，初未嘗有魚并汁，笑而急走回顧云：逢萊月也不識。明年時疫，食葵人皆免，道人不復再見。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 婁金龍鳳蟹

煬帝幸江都，吳中貢糟蟹糖蟹，每進御則上旋潔拭殼面，以金縷龍鳳花雲貼其上。

李昉《太平廣記》卷二三四《鮭議》 何胤侈于味，食必方丈。後稍欲去其甚者，猶食白魚鮭臘糖蟹，使門人議之。學士鍾岳議曰：鮭之就腊，驟于屈申。蟹之將糖，躁擾彌甚。仁人用意，深懷惻怛。至于車螯蚶蠣，眉目内缺，惡渾淪之奇，唇吻外緘，非金人之慎，不榮不悴。曾草木之不若，無馨無臭，無瓦礫而何異，故宜長充庖厨，永爲口實。出《西陽雜俎》

李昉《太平廣記》卷二三四《鮭表》 後梁韋林，京兆人，南遷于襄陽。天保中爲舍人，涉獵有才藻，善劇談。嘗爲鮭表以譏刺時人，其詞曰：臣鮭言，伏見除書，以臣爲糝熬將軍，油蒸校尉，腌州刺史。脯腊如故，肅承將命，含灰屏息，玉盤，遠厠玳筵，猥頒象箸，澤覃紫腴，恩加黄腹。方當鳴姜動桂，紆蘇佩櫟，輕飄縹動，則樞盤如烟。濃汁暫停，則蘭餚成列。宛轉緑鹽之中，逍遥朱脣之内。銜恩噬澤，九殞弗辭，無任屏營之誠。謹詣銅鑪門，奉表致謝以聞。詔答曰：省表具悉。卿池沼縉紳，陂渠俊乂，穿蒲入荇，肥滑有聞，允堪兹選，無勞致謝。出《酉陽雜俎》

李昉《太平廣記》卷四六五《峰州魚》 峰州有一道水，從吐蕃中來。夏冷如冰雪，有魚長一二寸，來去其時，蓋水上如粥，人取烹之而食，千萬家取不可盡，不知所從來。出《朝野僉載》

李昉《太平廣記》卷四六五《瓦屋子》 瓦屋子，蓋蚌蛤之類也，南中舊呼爲蚶。音憨子頃因盧鈞尚書作鎮，遂改爲瓦屋子，以其殼上有稜如瓦壠，故以此名焉。殼中有肉紫色而滿腹，廣人猶重之。多燒以薦酒，俗呼爲天鱗炙。食多即壅氣，背膊煩疼，未測其性也。出《嶺表録異》

李昉《太平廣記》卷四六五《鱓魚》 郫縣侯生者，於溷麻池側得鱓魚，大可尺圍，烹而食之，髮白復黑，齒落復生，自此輕健。出《録異記》

李昉《太平廣記》卷四六五《水母》 水母，廣州謂之水母，閩謂之鮀。癡駕反。其形乃渾然凝結一物，有淡紫色者，有白色者，大如覆帽，小者如盤，腸下有物如懸絮，俗謂之足而無口眼，當有數十蝦寄腹下唾食其涎，浮泛水上。捕者或遇之，即欻然而没，乃是蝦有所見耳。《越絶書》云：海鏡蟹爲腹，水母蝦爲目。南中好食之，云性煖，治河魚之疾，然甚腥，須以草木灰點生油再三洗之，瑩淨如水精紫玉。肉厚可二寸，薄處亦寸餘。先煮椒桂或荳蔻，生薑縷切而煠之，或以五辣肉醋，或以蝦醋，如鱠食之，最宜蝦醋，亦物類相攝耳。水母本陰海凝結之物，食而煖補，其理未詳。出《嶺表録異》

李昉《太平廣記》卷四六五《百足蠏》 善苑國出百足蠏，長九尺，四螯。煎爲膠，謂之螯膠，勝鳳喙膠也。出《酉陽雜俎》

李昉《太平廣記》卷四六五《螗蠏》 平原郡貢螗蠏，採於河間界，每年生貢。斲水火照，懸老犬肉，蠏覺犬肉即浮，因取之。一板直百錢，以笆密束於驛馬上，馳之至京。出《酉陽雜俎》

李昉《太平廣記》卷四六五《蠔》 蠔即牡蠣也，其初生海島邊，如拳石四面漸長，有高一二丈者，巉巖如山。每一房内蠔肉一片，隨其所生，前後大小不等。每潮來，諸蠔皆開房，伺蟲蟻入即合之。海夷盧亭者，以斧楔取殼，燒以烈火，蠔即啓房，挑取其肉，貯以小竹筐，赴虚市以易醋米。蠔肉大者醋爲炙，小者炒食。蠔肉中有滋味，食之即甚壅腸胃。出《嶺表録異》

樂史《太平寰宇記》卷一八《河南道十八・青州》 土産：海魚、鹽、絲、綿、絹。

樂史《太平寰宇記》卷一五八《嶺南道二・恩州》 鵝毛鯬，《嶺表録》：鵝毛鯬出海畔州，乃鹽藏鱘魚兒也。甚美，其細如毛而白，故謂之鵝毛鯬。

楊億《楊文公談苑・劉吉論食魚》 劉吉護治京東河決，時張去華任轉運使，巡視河上，方會食，坐客數十人，鱠鯉爲饌。去華顧謂四坐曰：「南人住水鄉，多以魚爲食，殊不厭其腥也。」意若輕鄙南士。吉奮然對曰：「運使舉進士狀元，曾不讀書，何自彰其寡學？《尚書》：禹決九川，有魚鼈，使民鮮食，『淮夷蠙珠暨魚。』《易》姤之九二『庖有魚』，又下繫『庖犧氏以畋以漁，蓋取諸離。』《周官・獻人》：『掌以時獻爲梁，辨魚物，供王膳羞。』《詩》載《嘉魚》、《魚藻》、《九罭》之篇，《小雅》云『庖鼈膾鯉』，『張仲孝友』。《國語》云：『豈其食魚，必河之鮪？』又曰：『誰能烹魚？溉之釜鬵。』《戴記》云：『小潦降，不獻魚鼈。不中殺，

不鬻於市。居山者，不以魚鼈爲禮。』『三月，天子乘舟，薦鮪于寢廟。孟秋，天子食稻與魚。又食魚者，去乙。』孔子，魯人，云：魚餒不食。趙盾，晉人，魚殘。田文，齊人，其上客皆食有魚。子產，鄭人，而人獻生魚。子公，亦鄭人，解黿染指於鼎。公父文伯，魯人，羞鼈致客怒而出。大舜漁於雷澤，呂望釣於渭濱，又何必皆南州之人？況今太官之盛饌，宗祊之備物，皆薦是品，而商旅販鬻，閭閻啖食，其濟民食廣矣。何談之容易？』去華色沮，不能酬其言。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《水珍》 王肅不食羊酪，嘗飯鯽羹。《洛陽記》曰：王肅初入國，不食羊肉及酪等。獻人鱠音鮮。鼈。音稿。《周禮》曰：掌辨魚物爲以其正膳。蓋注鱠，生也。鼈，乾也。膾鯉豉。子兗切。臛也。胎鰕。曹植詩曰：歸來宴平樂，美酒斗十千也。炮鱉炙熊蟠注：生魚名。晨鳧。肥而耐寒爲宜。膮《廣志》鮐。音胎，海魚。鮆。音齊，刀魚也，飲而不食者。千斤鱘。音尋，膞魚也，不着鹽而乾者。鮑。抱魚。千鈞。《漢貨殖傳》曰亦比千乘之家。鼈。注：又鮮魚每夜捉，東海飛向西海。膉。江東之鼈潛。膉。漢南之鶉。注：膉，子兗切。小雅也。金鏤玉鱠。《大業拾遺録》曰：六年，吳郡獻松江鱸魚乾鱠，肉白如雪，不腥，所謂東南之嘉味也。菜黄地名。之鮐。張協《七命》曰虚淵之龜。范公蠡也，養魚之通稱。之鱗，出自九溪。池中爲洲渚九。擢支離，古之屠人。紅肌綺散，素膚雪落。妻子之毫不能厠其細。秋蟬之翼。不足擬其薄。日厭五侯鯖。《語林》曰：婁讓字君卿，歷遊五都之門，每旦五侯遣餉之，君卿曰厭滋味，乃試令五侯以鯖餉，君卿之謂也。冬宜鮮羽。《禮·内則》曰：夏宜鰒鱐。鰒音腹。脯，乾雉。鱐，乾魚，鱗生魚羽。膉鳥。宋玉《招魂》曰：鵠酸煎鴻鵠。神鼎烹魚。嵇康雜詩曰：鸞集酌人。注云。神鼎。鐵器。不汲自滿不炊，自沸蟹蝑。《茶經》張孟陽《登城都樓詩》云：黑子過龍醞，果余喻蝦菜。杜甫詩云：忘歸范蠡舡。鮮鯽銀絲鱠。又曰：香并碧澗美。鮞額。《臨海異物志》云：鮞魚炙食甘美。諺云宜賣累世宅，不鮞魚額。菜羹蔬飯。《論語》見。

宋晏殊《晏元獻公類要》卷三六《北狄》 【略】居延河海，多有魚鹽。

宋祁《益部方物略記》 二丙之穴，厥産嘉魚。鯉質鱒鱗，爲味珍腴。右嘉魚。丙穴在興州，有大丙、小丙山，魚出石穴中，今雅州亦有之，蜀人甚珍其味。左思所謂嘉魚出於丙穴者。贊曰：二丙之魚出於丙穴，無異雋永。

右鮽魚出蜀江，皆鱗黑而膚理似玉，蜀人以爲鱠，味美。

比鯽則大，膚縷玉瑩，以鱠諸庖，無異雋永。

右黑首白腹，修體短額，春則羣泳，促罟斯獲。

右黑頭魚。形若鯶，長者及尺，出嘉州。歲二月則至，惟郭璞臺前有之。里人欲怪其説，則言璞著書臺，魚吞其墨，故首黑云。

長不數寸，有駮其文，淺瀨曲隈，唯泳而羣。

右沙緑魚魚之細者，生隈瀨中，狀若鰷大，不五寸，美味，蜀人珍之。

鱠鱗幺質，本不登俎，以味見録，雖細猶捕。

右石鱉魚。狀似鮭虬而小，上春時出石間，庖人取爲奇味。

諸庖，無異雋永。右鮽魚出蜀江，皆鱗魚，而膚理似玉，蜀人以爲鱠味美。

楊慎《全蜀藝文志》卷四四宋祁《益部方物贊》 比鯽則大，膚縷玉瑩。以鱠曲隈，唯味而羣。右沙緑魚。魚之細者，生隈瀨中，狀若鰷，大者五寸，美味，蜀人珍之。）

楊慎《全蜀藝文志》卷四四宋祁《益部方物贊》 長不數寸，有駮其文。淺瀨見録，雖細猶捕。右石鱉魚。狀似鮭虬而小，上春時出石間，庖人取爲奇味。

楊慎《全蜀藝文志》卷四四宋祁《益部方物贊》 鱠鱗幺質，本不登俎。以味

楊慎《全蜀藝文志》卷四四宋祁《益部方物贊》 丙穴在興州，有大丙小丙，魚出石穴中。今雅州亦有之，蜀人甚珍其味。左思所謂嘉魚出于丙穴者。贊曰：二丙之見録，雖細猶捕。右石鱉魚。狀似鮭虬而小，上春時出石間，庖人取爲奇味。

歐陽修、宋祁《新唐書》卷三九《地理志三》 滄州景城郡，上。本渤海郡，治清池，武德元年徙治饒安，六年徙治胡蘇，貞觀元年復治清池。土貢：絲布、柳箱、葦簟、糖蟹、鱧鮓。【略】

歐陽修、宋祁《新唐書》卷四〇《地理志四》 江陵府江陵郡，本荆州南郡，天寶元年更郡名。肅宗上元元年號南都，爲府。二年罷都，是年又號南都。尋罷都。土貢：方紋綾、貲布、柑、橙、橘、榧、白魚、糖蟹、梔子、貝母、覆盆、烏梅、石龍芮。【略】

歐陽修、宋祁《新唐書》卷二二二上《南詔傳上》 【略】膾魚寸，以胡瓜、椒、薤和之，號鵝鬬。

唐愼微《證類本草》卷二〇《蟲魚部上品》 鯨魚平，補五藏，益筋骨，和脾胃，多食宜人，作鮓尤佳。曝乾煮，香美不發病。

鮒魚調胃氣，利五藏，和芥子醬食之，助肺氣，去胃家風，消穀不化者，作鱠食，助脾氣，令人能食，患疳痢者不得食。作羹臛食，宜人，其功與鯽魚同。

唐愼微《證類本草》卷二〇《蟲魚部上品》 鯽魚，主諸瘡燒，以醬汁和塗之，

或取猪脂煎用。一名鮒音父。魚。合蓴作羹，主胃弱不下食。作鱠，主久赤白痢。【略】陳藏器云：頭主欬嗽，燒爲末服之。肉主虛羸五味。熟者食之鱠，亦主赤白痢及五野鷄病。食療食之平胃氣，調中益五藏。和蓴作羹良。作鱠食之，斷暴下痢。和蒜食之，有少熱。和醬醋食之，有少冷。【略】

唐慎微《證類本草》卷二二《蟲魚部下品》 鱣味甘温，無毒，補虛，主冷，利煮食之。

沈括《夢溪筆談》卷二四《雜誌一》 宋明帝好食蜜漬鱧鮧，一食數升。鱧鮧乃今之烏鱧腸也，如何以蜜漬食之。大業中，吳郡貢蜜蟹二千頭，蜜擁劍四瓮，又何嗣嗜糖蟹。大底南人嗜鹹，北人嗜甘，魚蟹加糖蜜，蓋便於北俗也。如今之北方人喜用麻油煎物，不問何物皆用油煎。慶曆中，翠學士會於玉堂，使人置得生蛤蜊一簋，令馨人烹之。久且不至，客訝之，使人檢視，則曰：煎之已焦黑而尚未爛。坐客莫不大笑。余嘗過親家設饌，有油煎法魚，鱗鬣虬然，無下筋處。主人則捧而横嚙，終不能咀嚼而罷。

朱長文《吳郡圖經續記》卷下《雜録》 大業中，吳郡送太湖白魚種子，勅苑内湖中，以草把別遷。著水邊，十餘日即生小魚，其取魚子，以夏至前三五日，白魚之大者，日晚集湖邊淺水中有菰蔣處産子，緩著草上。是時漁人以網罟取魚，然至二更則産，竟散歸深水。乃刈取菰蔣草有魚子者，曝乾爲把，運送東都。至唐時，東都猶有白魚。右三

大業中，吳郡所獻，有海鮫魚乾膾四瓶，浸一瓶，可得徑尺面盤十盤，帝以示羣臣，云昔術人介象於殿廷，釣得此魚，此幻化耳，亦何足珍。今日之鱠，乃是東海真魚所作，來自數千里，亦是一時奇味。虞世基云：術人既幻，其鱠固亦不真。出數盤以賜達官，海魚肉軟而不腥，雖已經久乾，以法修之，可食也。又海蝦子四十挺，色如赤瑠璃，光徹而肥美，勝於鱔子數倍。又獻鮫魚含肚千頭，極精好，愈於石首含肚也。松江鱸魚乾鱠六瓶，瓶容一斗，取香柔花葉相間，細切和膾，撥令調匀。鱸魚肉白如雪，不腥，所謂金齏玉鱠，東南之佳味也。紫花碧葉，間以素鱠，鮮絜可愛。密盤二十頭，擁劍四甕，擁劍似蟹而小，一螯偏大，《吳都賦》所謂烏賊擁劍也。鯉觜鱴四十瓶，肥美冠於鱣鮪，乾鱠之類，作之皆有法。時有口味使杜濟，濟會稽人，別味善於鹽梅，然暴殄海物，以縱口腹之欲，卒至於亡國，茲可以爲戒也。右四

張耒《明道雜志》 河豚魚水族之奇味也，而世傳以爲有毒能殺人，中毒則

覺脹，吸取不潔食乃可解，不爾必死。余時守丹陽及宣城，見土人户食之，其烹煞亦無法，但用蓼蒿、荻笋、菘菜三物，云最相宜，用菘以滲其膏耳，而未嘗見死者。或云土人習之故不傷，是大不然。蘇子瞻是蜀人，守揚州。晁無咎、濟州人，作倅。河豚出時，每日食之，二人了無所覺，但愛其珍美而已。南人言魚無類無鱗與目能開閉及作聲者有毒，而河豚備此五者，故人畏之。而此魚自有二種，色淡黑有文點，謂之班子，云能毒人，而土人亦不甚以捕也。蘇子瞻在資善堂，與數人談河豚之美，諸人極口譬喻稱贊。子瞻但云，據其味真是消得一死，人服以爲精要。余在真州會上食假河豚，是用江鮏作之，味極珍。有一官妓謂余曰：河豚肉味頗類鮏而過之，又鮏無脂肥也。肥，論咄反。河豚腹中白腴也，土人謂之西施乳，珍美之極。晁無咎謂味似鰻鱺而肉差緊，多食不令人逆。此魚出時必成羣，一網取數十。初出時，雖其鄉亦甚貴，在仲春間，吳人此時會客，無此魚則非盛會。其美尤宜再温，吳人多晨烹之，羹成候客至，率再温以進。或云其子不可食，其子如一大栗，而浸之經宿大如彈丸也。或云中其毒者，亦不必食不潔，水調炒槐花末及龍腦水皆可解。余見人有説中此毒，急服至寶丹亦解。橄欖最解魚毒，其羹中多用之，而吳人悉不論此，直云用不潔解河豚，是戲語耳，惡烏頭附子之屬。丁謂，吳人，因食河豚而死，或云丁自是中風，非因食魚。

王得臣《麈史》卷中 閩中鮮食最珍者，所謂子魚者也。長七八寸，闊二三寸許，剖之子滿腹，冬月正其佳時，莆田迎仙鎮乃其出處。予按部過之，驛左有祠，謂之「通應祠」，下有水曰「通應溪」，潮汐上下，土人以鹹淡水不相入處魚最美。比見士人詩多曰「通印」。安石《送元厚之知福州》詩曰：「長魚俎上通三印，新茗齋中試一旗。」閩人謂茶芽未展爲槍，展則爲旗，至二旗則老矣。

佚名《甲申聞見二録補遺》 京師舊未嘗食蜆蛤，自錢司空始訪諸蔡，河不過升，勺以爲珍饌。自後士人稍稍食之，蜆蛤亦隨而增盛。其諸海物，國初以來亦未嘗多有，錢司空以蛤蜊爲醬，於是海錯悉醢以走四方。

范致明《岳陽風土記》 湖湘間，賓客燕集，供魚清羹，則衆皆退，如中州之水飯也。

佚名《楓窗小牘》卷上 汴中呼餘杭百事繁庶，地上天宫。及余邸寓山中，深谷枯田，林莽塞日，魚鰕屏斷，鮮適莫攄。惟野蔥苦黄紅米作炊，炊汁少許，代脂供飲，不謂地上天宫，有此受享也。

佚名《楓窗小牘》卷下 東坡謂食河魨值得一死。余過平江姻家張諫院言，

南來無它快事，祇學得手煮河魨耳。須臾烹煮對余，方且共食，忽有客見顧俱起，延欵爲猫翻盆，犬復佐食。頃之，猫犬皆死。幸矣哉，奪兩人于猫犬之口也。乃汴中食店，以假河魨餉人，以今念之，亦足半死。

傅肱《蟹譜・上篇》 捕糖蟹，以爲非見生物，擬食蚶蠣，使門人議之。學生鍾屹曰：鮂魚就脯，驟見屈伸，蟹之將糖，躁擾彌甚。仁人用意，深懷此怛。至於車螯蚶蠣，眉目內闕，慚渾沌之奇，獷殼外緘，非金人之慎，不悴不槁，曾草木之不若，無馨無臭，與瓦鍥其何殊，故宜長充庖廚，永爲口實。

【略】

孟詵《食療本草》云：蟹雖消食治胃氣，理經絡，然腹中有毒，中之或致死。急取大黄、紫蘇、冬瓜汁，解之即差。又云：蟹目相向者，不可食。又云：以鹽漬之，甚有佳味，沃以苦酒，通利支節，去五臟煩悶。予謂亦不可與柿子同食。發霍瀉。

江少虞《事實類苑》卷六三《魚》 河豚魚有大毒，肝與卵人食之必死。每至暮春柳花飛墜，此魚大肥，江淮人以爲時珍，更相贈遺。鱗其肉，裸薦，蒿荻芽滷而爲羹，或不甚熟亦能害人。歲有被毒而死者，南人嗜之不已。嶺南有五鱗魚，五百斜紋，色如虹，或云與蛇爲牝牡，春時如食其卵，亦能殺人。唱其肉裸薦，必致嘔洩。又有抱石魚，狀類科斗，生急灘石上，凡廬陵南康雄韶人皆取食之，釀鮓瀹羹，以爲奇味。今之通遠軍，乃古渭州之地，渭源出焉。【略】

彭□《墨莊漫録》卷六《食蛙》 浙人喜食蛙，沈文通在錢塘日切禁之。自是池沼之蛙，遂不復生。文通去，州人食蛙如故，而蛙亦盛。人因謂天生是物，將以資人食也，食蛙益甚。

趙令畤《侯鯖録》卷一《胠寒》 又曹子建《七啓》云：「寒芳蓮之巢龜，鱠西海之飛鱗。」注：謂今之胠寒也。引《鹽鐵論》云：「煎魚切肝，羊淹雞寒。」又，《資暇》云：「今之涪肉謂之寒。」又，《廣韻》云：「煮魚煎食曰胠。」

趙令畤《侯鯖録》卷三《江珧柱》 《海物異名》云：江珧柱，厥甲美如瑶玉，肉柱膚寸，曰江珧柱。郭景純《江賦》云：「玉珧海月，吐納石華。」退之謂馬柱甲，是此也。世人不用此「珧」字，是未知耳。

又，苗蝦狀蜈蚣而擁腫，曰蝦公。

趙令畤《侯鯖録》卷三《水雞》 水雞，蛙也。水族中，厥味可薦者雞。郭璞注《爾雅》云：「一名水鴨。」

王觀國《學林》卷一〇《鱠鯖鱣》 鱠字，按字書七逾切，淺鱠也。又徂鉤切，魚名也。又仕垢切，小人貌也。《史記・張良世家》云：「沛公曰：『鱠生教我距關無納諸侯，』」徐廣注曰：「鱠，魚也，仕垢反。」《前漢・張良傳》云：「沛公曰：『鱠生說我距關毋納諸侯。』」服虔注曰：「鱠，七垢反，小人也。」觀國按：鱠生，小人也，當讀爲仕垢反，徐廣以爲鱠魚，非也。《史記・貨殖傳》曰：「鱠千石，鮑千鈞，」徐廣注曰：「鱠音鯫，鯫魚也。」觀國按：鱠千石者，鱠，音徂鉤切，魚也。若夫鯫音輒，雖亦魚名，豈可變鱠爲鯫也。蓋鱠從取，鯫從耳，亦音輒，偏旁皆異也。徐廣謂鱠音輒，亦誤矣。《廣韻》上聲曰：「鱠，仕垢切。一曰姓，漢有鱠生。」觀國按：《廣韻》所謂「漢有鱠生」者，豈非以《張良傳》鱠生爲姓鱠之人耶？誤又甚矣。鮪音青，魚名也。《南史・虞悰傳》曰：「悰善爲滋味」，「齊帝就悰求飲食方，悰祕不出。帝醉後體不快，悰乃獻醒酒鮪酢一方而已。」鮪又音征，亦作鯖，亦作胠，煑魚煎食謂之五侯鮪，蓋魚之熟羞者也。《後漢・楊震傳》曰：「有冠雀銜三鱣魚，飛集講堂前。」章懷太子注曰：按《續後漢書》及謝承書「『鱣』字皆作『鱓』」。又引郭璞注《爾雅》曰：「鱣，知然反，大魚，似鱘而短，鼻口在頷下，大者長二三丈，江東呼爲黄魚。」觀國按：字書鱓字亦作鱣，《謝承書》作三鱓，范蔚宗改爲鱣字，鱓、鱣一也，章懷太子不當引郭璞注《爾雅》，故後人皆誤讀作知然反也。蓋音知然反者，《碩人》詩曰：「鱣鮪發發。」《四月》詩曰：「匪鱣匪鮪。」《潛》詩曰：「有鱣有鮪。」注皆曰：「鱣，大魚也。」賈誼《弔屈原賦》曰：「横江湖之鱣鯉兮，固將制于螻蟻。」《文中子》曰：「江湖鱣鯨，非溝瀆所容。」郭璞《江賦》曰：「江豚海狶，叔鮪王鱣。」凡此言鱣，即《爾雅》所謂長二三丈者也。一冠雀豈能銜三大魚長二三丈者耶？然則三鱣爲三鱣明矣。《韓子》曰：「鱣似蛇。」正謂此也。按字書，字之從單者，與從亶多通用，故禪亦作禫，蟬亦作蟺，僤亦作儃，鱣亦作鱣，則三鱣爲三鱓可以無疑矣。杜子美《夔府詠懷》詩曰：「救厨惟一味，求飽或三鱣。」作平聲旃音，蓋承誤用之也。

朱弁《曲洧舊聞》卷三《醉魚》 滦洧之源出馬嶺，今在河南府永安界，號玉仙山，歷城東南爲滦洧。其水清，有魚數種。土人不善施網罟，冬積柴水中，爲罨音滲以取之。以擣澤蓼，雜煮大麥，撒深潭中，魚食之輒死，浮水上，可俯掇，久之復活，謂之醉魚云。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 鯽魚鱠

鱠莫先於鯽魚，鯿、魴、鯛，鱸次之，鱔鮝黄竹五種爲下，其他皆强爲。

吳曾《能改齋漫録》卷一《膾殘魚》 《太平廣記》載《洛陽伽藍記》云：「晉寶誌嘗于臺城對梁武帝喫膾，食訖，武帝曰：『朕不知味二十餘年矣，師何云爾！』誌公乃吐出小魚，依依鱗尾。如今秣陵尚有膾殘魚也。」予按，越王勾踐之保會稽，方斫魚爲膾。聞吳兵，棄其餘于江，化而爲魚，猶作膾形也。故名膾殘魚，亦曰王餘魚。以是知膾殘魚不始于誌公。又《博物志》曰：「孫權曾以行食膾，有餘，因棄之中流，化而爲魚。今有魚猶名吳餘膾者，長數寸，大如筋，尚類膾形也。」《吳都賦》曰：「片則王餘。」王逸注曰：「王餘魚，其身半也。俗云：越王膾魚未盡，因以其半棄之，爲魚，遂無其一面，故曰王餘也。」

吳曾《能改齋漫録》卷二《鶻突》 鶻突二字，當用糊塗。蓋以糊塗之義，取其不分曉也。按，吕原明《家塾記》云：「太宗欲相吕正惠公，左右或曰：『吕端之爲人糊塗。』帝曰：『端小事糊塗，大事不糊塗。』決意相之。」今俗云：糊塗，即鶻突字，非也。

吳曾《能改齋漫録》卷三五《車螯》 紹聖三年，始詔福唐與明州，歲貢車螯肉柱五十斤。俗謂之紅蜜丁，東坡所傳江瑶柱是也。時曾子開感面賦詩，略云：「巖巖九門深，日舉費十萬。忽於泥滓中，得列方丈案。腥鹹置齒牙，光彩生顧眄。從此辱虚名，歲先包橘獻。微生知幾何，得喪孰真贋？玉食有云補，剞腸非所患。」瑶當作珧。郭璞江賦：「玉珧海月，土肉石華。」

朱翌《猗覺寮雜記》卷上 淡菜，貝中海錯之美。韓退之《孔戡墓志》曰：淡菜，蚶蛤之屬。李長吉詩云：淡菜生寒日。以天色極寒方出。元微之論。海錯，亦云淡菜，海蚶之屬。

龔明之《中吳紀聞》卷一《鮠魚》 《廣韻》：鮠，吾灰切，魚名，似鮎。《集韻》：吾回切，魚名，鯷之小者。

鮠魚出吳中，其狀似鮎。隋大業中，吳郡嘗獻海鮠魚乾膾四缶，遂以分賜達官。皮日休詩云：「因逢二老如相問，正滯江南爲鮠魚。」

羅願《爾雅翼》卷二九《釋魚・鰬》 鰬出南海，首中有石如棊子，一名石首，南人名爲鮸，其出有時。《臨海異物志》曰：石首小者名蹈水，其次名春來，石首異種也。又有石頭長七八寸，與石首同。《初學記》蓋其來以春，故以春來名之。《江賦》所謂鰬鮸。順時而往還是也。初出水能鳴，夜視有光，服其石能下石淋。魚鱗色甚黄如金，和尊菜作羹，謂之金羹玉飯。薨而食之，名爲羹炙。

羅願《爾雅翼》卷三〇《釋魚・鮫》 鮫出南海，狀如鼉而無足，圓廣尺餘，尾長尺許，皮有珠文而堅勁，可以飾物。今摠謂之沙魚，大而長喙如鋸者，名胡沙，性良而肉美。小而皮麤者曰白沙，肉强而小有毒。南人皆鹽爲脯，刮皮去其沙，翦以爲鮓，可寄千里，食味之珍者。【略】

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《魚蟹》 細鱗。《爾雅》云鮫，鮀也，今之鮹魚是也。陸機疏云：魦魚廣而薄，肥甜而少肉，蓋細鱗之美者也。杜詩：魦魚鰬鰬色勝銀是也。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三九《食類》 河祇脯，武夷君食河祇脯。注：乾魚也。《雍趾集》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三九《食類》 天鱗炙，瓦隴，一名天鱗炙。《海物記》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 金鏊玉鮹。南人魚鮹以細縷金橙拌之，號爲金鏊玉鮹。隋時吳郡獻松江鮹，煬帝曰所謂金鏊玉鮹，東南佳味也。《隋唐佳話》又《南部新書》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《魚蟹》 海鏡青葉盤。海鏡，廣人呼爲青葉盤，兩片合成殼圓，中瑩滑，内有紅蟹子。海鏡飢則蟹出拾食，蟹飽歸腹，海鏡亦飽。迫之以火，即蟹子走出立斃，生剖之，蟹子活逡，巡亦死。《嶺表録》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《魚蟹》 斫雪流膏。坡云：蝤蛑大蟹，斫雪流膏。

佚名《錦繡萬花谷》後集卷三五《食饌》 骨青肉紫。漢昭帝釣得蛟長三丈，帝曰此魚鱔之類，命大官爲鮓，骨青肉紫，食之甚美，帝更求之不獲。

周去非《嶺外代答》卷一〇《蟲魚門・嘉魚》 蒼梧大江之南山曰火山，下有丙穴，嘉魚出焉，所謂「南有嘉魚」，詩人傳之也。嘉魚形如大鮦魚，身腹多膏，其土人煎食之甚美。其煎也，徒置魚於乾釜，少焉，膏溶，自然煎熬，不別用油，謂之自裹。

周去非《嶺外代答》卷一〇《蟲魚門・天蝦》 南方有飛蟲，有翅如飛蛾，其尾如蟋蟀，色白，身長似小鰕然。夏秋之間，晚飛蔽天，墮水，人以長竹竿横江面，使風約之，如萍之聚。早乃棹舟撈取，縷肥肉，合以爲鮓，味頗美。然此夜墮水，次早即取乃可用，稍遲一夕，已脱而化矣。

周去非《嶺外代答》卷一〇《蟲魚門・竹魚鰕魚》　竹魚出灘水，狀似青魚，味如鱖魚。鰕魚亦出灘水，肉白而豐，味似鰕而鬆美。大抵南中魚品，如鯉鯽者甚多，而鰕、竹二魚爲珍。

范成大《吳郡志》卷二九《土物上》　炙魚。吳公子光將殺王僚，與專諸謀之。專諸曰：王好何味。光曰：好嗜魚之炙也。專諸乃去，從太湖學炙魚，三月，得其味。光饗王僚，王僚被棠銕之甲三重，專諸置魚腸炙魚中以進，擘炙魚，推匕首刺王僚，貫甲達背焉。《吳越春秋》

魚鱠。吳王聞三師將至，治魚爲鱠。將到之日，過時不至，魚臭。須臾子胥至，閭閻出鱠而食，不知其臭，復重爲之。吳人作鱠，自闔閭始也。《吳越春秋》

鱠殘魚。吳王孫權江行食鱠有餘，因棄之中流，化而爲魚。今有魚猶名吳鱠者，長數寸，大如筯，尚類鱠形。案：此即今之鱠殘魚。《博物志》

鱸魚。生松江，尤宜鱠，潔白鬆軟，又不腥，在諸魚之上。江與太湖相接，湖中亦有鱸，俗傳江魚四鰓，湖魚止三鰓，味輒不及。秋初魚出吳中，好事者競買之，或有遊松江就鱠之者。後漢左慈嘗在曹操座，操曰：今日高會，珍羞略備，所少吳江鱸魚耳。慈曰：此可得也。因求銅盤貯水，以竹竿餌釣於盤中，須臾引一鱸魚出。操曰：一魚不周坐席，可更得乎。慈乃更餌沉之，須臾復引出，皆長三尺餘，生鮮可愛，操使鱠之。周浹會者，鱸鱠爲世所珍久矣。晉張翰，字季鷹，爲大司馬東曹掾，因秋風起，思鱸魚鱠，菰葉羹，遂罷官歸。《金谷園記》謂鱸魚常以仲秋從海入江。菰葉，南越人以筍笋和爲羹，甚珍。魚白如玉，菜黄如金，隋人已呼爲金羹玉鱠。大業中，吳郡嘗獻鱸鱠絲鱠，事具鱠魚條。「陶弼江上魚者詩云」：江上往來人，但愛鱸魚美。君看一葉舟，出没風波裏。「東坡和文與可洋州金橙徑詩云」：金橙縱復里人知，不見鱸魚價自低。須是松江烟雨裏，小船燒薤搗香虀。

【略】

河豚魚，世傳以爲有毒，能殺人。魚無鱗無鱔，與目能開闔及作聲者有毒，而河豚備此四五者，故人畏之。此魚自有二種，色淡黑有文點，謂之斑子，尤毒，然人甚貴之。吳人春初會客，有此魚則爲盛會，晨朝烹之，羹成候客至，率再温之以進，云尤美。或云其子不可食，其子大如一粟，浸之經宿，則如彈圓。又云中其毒者，水調炒槐花末及龍腦水，至寶丹，皆可解。楸欖子亦解魚毒，故羹中多用之。反烏頭附子荆芥諸風藥，服此等藥而食河豚，及食河豚而後即服藥，皆致死。蘇文定公轍嘗記吳人丁黿因食河豚而死，以爲世戒。《明道雜志》

鱖曰魚，口有細骨，半寸許，其形如鱖，春時羣集於松江長橋之下，土人撈取，以爲乾餉遠，味甚腴。

菰葉羹。晉張翰所思者。按菰即茭也，菰首吳謂之茭白，甘美可羹，而葉殊不可啜。疑葉衍，或誤。今人作鱸羹，乃芼以蓴，尤有風味。

范成大《吳郡志》卷三〇《土物下》　彭蜞，吳人呼爲彭越，蓋語訛也。足上無毛，堪食，吳越間多以鹽藏貨於市。《嶺表録異》

白魚種子。隋大業六年吳郡貢入洛京，敕付西苑內海中，以草把別遷著水。十數日，即生小魚。取魚子法，侯夏至前三五日，日暮時，白魚長四五尺者，羣集湖畔淺水中有菰蔣處産子，著菰葉上。三更産，竟散去。漁人刈取草之有魚子著上者，曝乾爲把，故洛苑有白魚。《大業雜記》

鮸魚，出海中，鱗細，紫色，無細骨，不腥。隋大業六年，吳郡獻鮸魚乾膾十四瓶，浸一瓶，可得徑尺盤十所。又獻其作乾膾法，五六月海中取此魚，縷切曬乾，盛以瓷瓶，密封泥。欲食，開取，以新布裹大盆盛井底，浸久出布，灑却水，則敷然散著盤上。帝以示羣臣曰：昔術人介象於殿庭釣得海魚，此幻化耳。今日之膾，乃是東海真魚，亦一時奇味。又獻鱸魚乾膾六瓶，作膾法如鮸魚。《大業雜記》

鮸魚含肚，隋大業六年，亦吳郡獻之，多至千頭。六七月取魚長二尺，珍者皮光徹如黄油，鹹有味。賢於石首，含肚，時有口味。使大都督會稽人杜濟者，作此等食法以獻煬帝。《大業雜記》

海蝦子，大業六年，吳郡獻四十挺，挺一尺，闊二寸，厚寸許。先取海中白蝦子，以小布袋盛末鹽，封之日曬，夜則平板壓乾，則破袋出之，色如赤瑠璃，美勝鯖子。其説又云：白蝦一石，僅約五升，暴殄之酷，無烈於此。今鯖子猶存，而蝦子則人不忍作矣。《大業雜記》

鯉腴鮓，出太湖，隋大業十二年，吳郡獻之，純以鯉腴爲之。一瓶用魚四五百頭，味過鱠鮪。《大業雜記》

蜜蠏、擁劍，皆大業六年，吳郡所獻。蜜蠏，糖蠏之類。擁劍，即《吳都賦》所謂烏賊擁劍者。自白魚子而下，至蜜蠏等，皆煬帝窮侈縱欲之時，吳郡以爲貢，多殺物命，以共口腹，旋致喪亡之禍。《續圖經》言之切矣。此等物今不復製作，但其事登載未詳，故重録之，併以爲世戒。

周煇《清波雜志》別志卷三　前志第十一卷，書承平時，淮甸蝦米入京，浸以

小便則紅潤如新，或疑焉。煇後觀《瑣碎録》内一條，京師東華門何吴二家造魚鮓，十數臠作一把，號把鮓，著聞天下。文士有爲賦詩，誇爲珍味。其魚初自澶滑河上斫造，以荆籠貯入京師，道中爲風沙所侵有敗者，乃以水濯小便浸一過，控乾入物料，肉益緊而味回。煇出疆日，虹縣及汴京頓皆供把鮓甚美，一路俱無之。豈皆出于此耶。鎖碎凡四百餘條，悉論物理，乃宣政貴人所纂也。

談鑰《嘉泰吴興志》卷一八《食用故事》 鱠，《吴興記》云：唐昭德操刀運砧，翼從風隨，紅綜素縷，紛紛霏霏。好事者嘲之曰：鱠若值吴，縷細花鋪，若非遇吴，費醋及葫。江東呼蒜曰葫。蘇東坡云：吴興庖人斫松江鱸鱠，亦足以一笑。鄉土以鱠爲盛饌，每遇上客新姻，慶賀燕集，必設此盤飣羅列，更無别味。鱠匠十數爲曹，淩晨立魚肆，視所買多寡而往。裁紅縷白，鋪成花草鸞鳳，或詩句詞章，殊得其妙。造齏亦甚得法，所謂金齏玉鱠。又有骨淡羹，每斫鱠悉以骨熬羹，味極淡薄，自有真味，食鱠已各一杯。《本草》謂凡物腦能消肉，正以食之必多用此羹也。長興所造尤薄，僅如蟬翼，他處所不及。

魚羹 《吴興記》云：平望車溪出美魚，諺云：曲阿不食，平望不羹，爲失味。今鄉閭魚肥而鮮，爲羹甚美，不特車谿也。

鮓，唐張文規《郡齋書情》云：食有吴興鮓。蔡寬夫《詩話》云：吴中作鮓，多就谿池中，蓮葉包爲之，後數日取食，比瓶中者氣味特妙。白居易詩曰：就荷葉上包魚鮓，當石渠中浸酒尊。昔人已有此法。鄉閭取大魚切作片，用鬬米屑、荷葉三數重包之，謂之荷包，可以致遠，非就荷上作也。閒用精肉旋鮓，就池荷包裹，數刻可供。蓋荷葉性惡肥膩，多作能害荷。

談鑰《嘉泰吴興志》卷一八《食用故事》 魚脯，舊編：儀鳳橋南有魚脯樓，吴越錢氏於此曝魚脯，修貢上國。今鄉土魚脯甚美，春月尤多作，以供盤飣。

楊萬里《誠齋四六發遣膏馥》卷七《送物與人》 銀鯽百尾，敬爲行庖絲鱠之獻。

陳鵬《西塘集耆舊續聞》卷四《鱨爲鰿》 過曾大中書室，因論法帖載孫權遣方士取鰿魚作膾，人皆不解。鰿魚作圖音讀。靖康元年，余以事至合流鎮，見人家壁間，有唐明皇御注《道德經》「終日行而不離輜重」。「輜」字偏旁作「昷」，乃悟「鰿」爲「鰿」也。然則考古者不可不博也。温氏《雜志》。

楊潛《雲間志》卷上《物産》 華亭負海枕江，原野衍沃，川陸之産兼而有焉。【略】《太平寰宇記》稱華亭谷出佳魚尊菜，陸平原所謂千里蓴羹意者，不獨指太湖也。其有資於生民日用者，煮水成鹽，殖蘆爲薪，地饒蔬茹，水富蝦蠃，舶貨所輳，海物惟錯，兹土産大略也。

張世南《游宦紀聞》卷二 世南嘉定甲戌，侍親自成都歸夔門官所。舟過眉州，見釣於水濱者，即而觀之。籃中皆大蝦蓋，兩兩相負，牢不可拆，極力分而爲兩，旋即相負如初。扣釣者云：市間以爲珍味。乃知成都人最貴重，以料物和酒炙之，曰炙蝦。親朋間更相餽遺者此也。

張世南《游宦記聞》卷二 淮南人藏鹽酒蟹，凡一器十隻，以皂莢半挺，置其中，則經歲不壞。世南向侍親至四明，鹽白而廉，僕輩貪利，以笮盛貯。邸翁曰：塗中走漏，將若之何。授汝一法，可煨皂莢一挺置其中，則無慮矣。試之果然。

趙與時《賓退録》卷二 《靖州圖經》載：其俗居喪不食酒肉鹽酪，而以魚爲蔬。今湖北多然，謂之魚菜，不特靖也。老杜《白小》詩云：「白小羣分命，天然二寸魚。細微霑水族，風俗當園蔬。」正指此。蓋老杜嘗往來荆楚，而此詩則嘉興魯氏定爲夔門所作，夔亦與湖北相鄰故也。注杜詩者，皆不及此。《韻語陽秋》云：「言白小與菜無異，豈復有厚味哉？」非其指矣。

陶宗儀《説郛》卷三六高似孫《蟹略·蟹饌》 蟹生，洗手蟹，酒蟹。蟹醉，蟹包，蟹飯。

陳耆卿《赤城志》卷三六《風土門一·土産》 鱸。肉脆者曰脆，鱸味極珍，又有江鱸差小。

鮭。一名鯷，俗稱烏狼，腹多刺，肝毒殺人，烹之必去齒曰涎血。冬月爲上味，腹有腩白如酥，名西施乳。又一種小而黄，春半方出，名黄鮭。

楓葉。形小味極珍，土人重之。《海物異名記》云：楓葉入水所化也。

陳耆卿《赤城志》卷三六《風土門一·土産》 鯊。子多而肥，夏初，暴乾，可以寄遠。又有大者，曰馬鯊，可膾，一名魦魚。

【略】

梅。首大，朱口，全鱗，土人暴以致遠，次於鯊。

陳耆卿《赤城志》卷三六《風土門一·土産》 蝦。有赤白青黄斑數色，青者大如掌，土人珍之，多以餉遠。梅熟時曰梅蝦，鹽熟時曰鹽蝦，狀如蜈蚣而大者曰蝦姑，身尺餘，鬚亦二三尺，曰蝦王，不常有。皆産於海，其産於陂湖者曰湖蝦，二鉗比他種其長倍之。

陳耆卿《赤城志》卷三六《風土門一·土産》 蟹。類蝤蛑而殼鋭，螯銛利，斷截

如剪，故一名曰蟳。有赤膏者俗呼爲母蟹，冬以漬漬之曰剛蟹，其無膏者曰白蟹。螃蟹。俗呼曰蟹，螯跪帶毛，糟之可致遠。東坡云：蟹微生而帶糟是也。

祝穆《古今事文類聚》後集卷三四《鱗蟲部・金鏊玉膾》 吴都獻松江鱸魚，煬帝曰：所謂金鏊玉膾，東南佳味也。《南部煙花記》

祝穆《古今事文類聚》後集卷三四《鱗蟲部》 論河豚有毒

河豚，新附本草云：味甘温無毒。曰子華云有毒。予按：《倦游録》云：河豚魚有大毒，肝與卵人食之必死。暮春柳花飛，此魚始大肥，江淮人時以爲珍，更相贈遺。鱗其肉，雜蔓芽瀹而爲羹，或不甚熟，亦能害人，歲有被毒而死者，然南人嗜之不已。又觀張文潛《明道雜志》則又云，河豚，水族之奇味，世傳以爲有毒能殺人。余守丹陽及宣城，見土人户食之，其烹煮亦無法，但用蔓蒿、荻筍、菘菜三物，而未嘗見死者，若以爲土人食之故不傷。【略】

祝穆《古今事文類聚》後集卷三五《糟蟹可怛》 何胤侈於食味，前必方丈，後稍欲去，甚者猶食白魚鮂市演反。脯糖蟹，以爲非見生物。擬食蚶蠣，使門人懷此怛。至於車螯蚶蠣，眉目内闕，慚渾沌之奇獷，殼外緘非，令人之慎不悴不榮，曾草木之不若無罄無臭，與瓦礫其何殊，故宜長充庖厨，永爲口食。《南史》

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・鱠》 鯉魚供膾。姜詩母好生魚，及江水，其妻取水不及時，詩乃棄妻。妻棄鄰家，嘗作鱠請鄰母送之。詩感之，乃呼妻還其舍中。庭忽有湧泉，味如江水，水中每日躍鯉魚一雙，以供母膾。其孝感如此。後本傳鯽魚作鱠。介象字元則，與吴王論膾，何者最美。象曰：海中鯽魚爲上美也。令於殿前庭中作方坎，汲水滿之，象垂綸於坎中。食頃，得鯽魚作鱠。盤中魚鱠。左慈字元放，以銅盤盛水，釣水中引出魚，皆長三尺以作鱠。吴中鱸鱠。張翰事，見蓴菜註詳。鱠化爲魚。吴王行江中，食鱠有餘，棄於水化爲魚。今有王餘魚是也，亦名鱠骨也。鱠化爲蝶。進士段頌常識南孝廉者，善斫鱠縠絲縷，輕可吹起，操刀響捷若合節奏。因會客衒技，先起魚架之，忽暴風雨，雷震一聲，鱠悉化爲胡蝶飛去。南驚懼，遂折刀誓不復作。

葉隆禮《契丹國志》卷二七《螃蟹》 渤海螃蟹，紅色，大如椀，螯巨而厚，其跪如中國蟹螯。石蟹，鮀魚之屬，皆有之。

吴自牧《夢梁録》卷一六《鮝鋪》 杭州城内外，户口浩繁，州府廣闊，遇坊巷橋門及隱僻去處，俱有鋪席買賣。蓋人家每日不可闕者，柴米油鹽醬醋茶。或稍豐厚者，下飯羹湯，尤不可無。蓋杭城人嬌細故也。雖貧下之人，亦不可免。蓋杭城人户所爲膳食，若荆州之鱘魚，青州之鰕胥，雖非常物，進之孝也。姑以魚鮝言之，此物産于温、台、四明等郡，城南渾水閘，有團招客旅，鮝魚聚集于此。城内外鮝鋪，不下一二百餘家，皆就此上行合摭。魚鮝名件具載于後：

郎君鮝、石首鮝、望春、春皮、片鰯、鰯鮝、鱖鮝、鮝、鮪魚鮝、魦鮝、老鴉魚鮝、海里羊。更有海味，如酒江瑶、酒香螺、酒蠣、酒螺、龜脚、瓦螺頭、酒蝦子、酒鮿鮓、醬蝦蠣、鎖宫蛾、小丁頭魚、紫魚、魚膘、蚶子、鯖子、鮀子、海水圃、望潮鹵蝦、蛾蟥鮝、紅魚、明脯、鮚干、比目、蛤蜊、醬蜜丁、車螯、江魻、鹽魻、鰾腸等類。鋪中亦兼賣大魚鮓、鱘魚鮓、銀魚鮓、飯鮓、蟹鮓、淮魚乾、鹽蚓、鹽鴨子、煎鴨子、煎鱔魚、凍粟魚、凍魚、凍鮝、炙鮸、炙魚、粉鰍、炙鰻、蒸魚、炒白蝦。又有盤街叫賣，以便小街狹巷主顧，尤爲快便耳。

佚名《五色線集》卷下《逢池膾》 李德裕述夢詩曰：荷淨逢池膾，冰寒郢水膠。凡學士初上賜食，皆悉是逢池魚膾。夏至浥冰及酒，以酒味濃和冰而飲。禁中有郢酒坊。《一品集》

佚名《五色線集》卷下《不去鱗魚額》 鱗魚肥，炙甚美，諺云：寧去累世宅，不去鱗魚額。《三補決録》

潘自牧《記纂淵海》卷九九《水族部・魚》 武陽小魚大如針，號一斤千頭，蜀人以爲醬。《廣志》

潘自牧《記纂淵海》卷九九《水族部・蚶》 傳記瓦屋子，南中舊呼爲蚶子，南人重之以爲鮓。《廣州記》

周密《癸辛雜識》後集《桐蕈鰒魚》 天台所出桐蕈味極珍，然致遠必漬之以麻油，色味未免頓減。諸謝皆台人，尤嗜此品，乃併摒桐木以致之，旋摘以供饌，甚鮮美，非油漬者可比。賈師憲當柄日，尤喜苕溪之鯿魚，趙與可因造大盤，養魚至千頭，復作機使灌輸不停，魚游泳撥剌自得，如在江湖中，數舟上下遞運不絶焉。余嘗於張稱深座間，有以活鰒魚爲獻，其美蓋百倍於槁干者。蓋口腹之嗜，無不極其至，人乳蒸肫、牛心作炙、古今皆然也。

方回《續古今攷》卷三四《共祭祀之好羞鯚魚蟹胥鯚側雅切》 庖人共祭祀之好羞。注謂四時所爲膳食，若荆州之鱘魚，青州之鰕胥，雖非常物，進之孝也。

《正義》曰：尋常所供，並在內外饗，今言好羞，是非常之物，謂美魚之屬。好，呼報反。鶴山先生曰未必然。

袁桷等《延祐四明志》卷一《土風考》 亥市攸聚，水族有薄，兼韓子之南烹，蔫鱖鱮與章柱。雖石華海月之詩，綺貝繡螺之賦，弗能殫舉。東曉之鯛，邪頭之鯢，潘國之鮒，且甌之蠣，珠盤紫蛄，居怯切其來如雨，鱴劒蛾趭，數以盆鼓。於是擊鮮鼎食，益用膳經，嘯父蝦羹燕，側下切宣子魚飧，陳登之鱠，虞悰之鮭，笔以秋菘，酤以冬橙，掇苔髮以爲蔌，醉螯杯而未醒。若乃潤下作鹹，散鹽爲貢，宿沙肇鬻，讀爲粥字而海王去聲之筴，祈望之守，昉於齊而征利。

《說文》：古者宿沙初作煑海鹽。《魯連子》：宿沙瞿子善煑鹽。《管子》：海王之國，謹正鹽筴。《晏子》曰：海之鹽蜃，祈望守之。

忽思慧《飲膳正要》卷三《魚品》 鯽魚味甘，温平無毒，補益與鯽魚同功。若作羹良。【略】

忽思慧《飲膳正要》卷三《魚品》 鮒魚甘，温平無毒，補益與鯽魚同功。若作鱠食，助脾胃。【略】

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷四《土産・飲食》 鮓鮓。潤州土貢鮓鮓，見《唐地理志》。宋紹興中，韓世忠嘗以爲獻，高宗卻之。其色瑩白如玉，故名玉版鮓，土人以之饋遠。互見土貢門。

汪大淵《島夷志略・三佛齊》 採蚌蛤爲鮓，煑海爲鹽，釀秫爲酒。

汪大淵《島夷志略・蒲奔》 採蟹黄爲鮓。

汪大淵《島夷志略・龍牙菩提》 環宇皆山石排類門，無田耕種，但栽薯芋，蒸以代糧。當收之時，時知服齋本作高，今據丁本改。番家必堆貯數屋，如中原人積糧，以供歲用，食餘則存下年之不熟也。園種果。採蛤蚌魚蝦而食，倍于薯芋。氣候倍熱。俗朴，男女椎髻，披木棉花單被。木上。知服齋本有絲字，丁本無，今從之。煮海爲鹽，浸葛根汁葛，丁本作芋。以釀酒。

汪大淵《島夷志略・蘇禄》 其地以石崎山爲保障，知服齋本崎作倚，今據丁本改。明一統志石崎山注云：國以此山爲保障。殆據此書也。山畬田瘠，宜種粟麥，民食沙糊。糊，知服齋本作湖，今據丁本改。魚蝦螺蛤，氣候半熱。俗鄙薄，男女斷髮纏皂縵，繫小印花布。煑海爲鹽，釀蕉漿爲酒，織竹布爲業。《明一統志》引《島夷志》云：山涂田瘠間植粟麥，民食沙糊魚蝦螺蛤，氣候半熱，俗鄙薄。男女短髮纏皂縵，繫小印布。煑海爲鹽，釀蕉爲酒，織竹布爲業。何喬遠名山藏。張燮《東西洋考略》同。

陶宗儀《輟耕録》卷九《食品有名》 水之鹹淡相交處産河豚，河豚，魚類也，無鱗，頗常怒氣滿腹，形殊弗雅，然味極佳，煑治不精，則能殺人。所以東坡先生已，久食脱人髮，服丹石人食之令腸結，燒食即苦，不宜人。以少米先煮熟後去在資善堂與人談河豚之美，云：據其味，真是消得一死。浙西惟江陰人尤珍之，毛，再入蘿蔔或紫蘇，或冬瓜同煮，尤佳。每春首初出時，必用羞，祭品畢，然後作羹，而鄰里間互相餽送以爲禮。腹中之脾曰西施乳，夫西施一美婦也，豈乳亦異於人耶。顧千載而下，乃使人道之不置，如此則夫差之亡國非偶然矣。若鱔魚子名螳螂子，及松江之上海，杭州之海寧，人皆喜食。蛬蜅螯名曰鸚哥嘴，以有極紅者似之故也。二物象形，而云又非

西施乳之比矣。按《類編・魚部》引《博雅》云：鯸鰂，盈之反。鮀也，背青腹白，觸物即怒，其肝殺人，正今人名爲河豚者也，然則豚當爲鮀。

王逵《蠡海集・氣候類》 或問：海錯生鹹鹵而其味每澹，及獲之醃漫以鹽，其味即鹹矣，其理何在。答曰：生氣臨之者常死，氣臨之者變生。生，氣也。死，死氣也。故海錯在海皆澹，及其離海，鹽醃之即鹹。生則氣血行，故味不入。死則氣血凝，故味能入。

瞿佑《四時宜忌・四月事宜》 《內景經》曰：是月，食蓴菜，鯽魚作羹則開胃。

費信《星槎勝覽》卷四《木骨都束國》 貧民網捕海魚，曬乾爲食。

費信《星槎勝覽》卷四《佐法兒國》 民捕海魚，曬乾，大者人食，小者餵養牛馬駝羊。

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷八《水菜部・石花菜》 石花菜主去上焦浮熱，發下部虛寒。甯原 名 琉枝。李時珍曰：並以形名也。 地 ： 李時珍曰：石花生南海沙石間。 苗 高二三寸，狀如珊瑚，有紅白二色，枝上有細齒，以沸湯泡去砂屑，沃以薑醋，食之甚脆。其根埋沙中，可再生枝也。一種稍粗而似雞爪者，謂之雞脚菜，味更佳。二物久浸，皆化成膠凍也。郭璞《海賦》所謂水物則玉珧、海月、土肉、石華，即此物也。 味 甘鹹。 性 大寒滑。

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷八《水菜部・龍鬚菜》 龍鬚菜無毒。

龍鬚菜主癭結熱氣，利小便。《本草綱目》 名 一種石髮似指此物，與石衣之石髮同名也。 地 ： 李時珍曰：龍鬚菜生東南海邊石上。 苗 叢生無枝葉，狀如柳根，鬚長者尺餘。 色 白色。 用 以醋浸食之，和肉蒸食亦佳。 味 甘 性 寒。

鄺璠《便民圖纂》卷一四《製造類上》 造魚鮓。每大魚一斤，切作片臠，不得犯水，以布拭乾。夏月用鹽一兩半，和糟。將魚大片用紙裹，以糟覆之。冬月一兩，待片時醃魚水出，再漉乾，次用酒麴魚。大魚洗淨，一斤切作手掌大，用鹽二兩，神麴末四兩，椒百粒、葱一即熟，或用礬水浸，則肉緊而脆。

醃藏魚。臘月將大鯉魚去鱗雜，頭尾劈開，洗去腥血，布拭乾，炒鹽醃七日，就用鹽水刷洗淨，當風處懸之七七日，魚極乾，取下，割作大方塊，用臘酒脚和糟稍稀，相魚多少，下炒茴香、蒔蘿、葱、鹽、油拌勻，塗魚，逐塊入淨壜，一層魚，一層糟，壜滿即止。以泥固口，過七七日開。開時，忌南風，恐致變壞。

糟魚。大魚片，每斤用鹽一兩，先醃一宿，拭乾，別入糟一斤半，用鹽一兩半，和糟。將魚大片用紙裹，以糟覆之。

酒麴魚。大魚洗淨，一斤切作手掌大，用鹽二兩，神麴末四兩，椒百粒、葱一握，酒二升，拌勻，密封。冬七日，夏一宿，可食。

去魚腥。薄荷葉、白礬、江茶爲末，拌勻，醃一宿，至次日早，漉去腥水，再以新汲水洗淨，任意用之。〇一法，煮魚用些少木香在內，則不腥。

戴冠《濯纓亭筆記》卷九 土筍，活物，亦出福建，如蛹而黑色，立生海濱沙土中，能動搖，其狀極可惡，然不可多得。人或掘得之，則煩搦以去其腹中沙，上色瑩潔如雪，煮糜爛而凝之，味極珍美。

王鏊《姑蘇志》卷一四《土產》 鱗之屬二十有一。鱸魚。即四腮鱸，出吳江長橋南者，味美肉緊，縷而爲鱠，經日不變。出橋北者，三腮，味鹹肉慢，隋煬帝謂金鼇玉鱠，東南佳味也。蘇軾：金橙縱使里人知，不見鱸魚價自低。湏是松江烟雨裏，小船燒葦搗香蓋。楊萬里：鱸出鱸鄉蘆葉前，垂虹亭上不論錢。買來玉尺如何短，鑄出銀梭直是圓。白質黑章三四點，細鱗巨口一雙鮮。秋風想見真風味，秖是春風已迥然。鱖魚。巨口細鱗狀如松江之鱸是也。鯸魚。縮項細鱗，味甚腴，出太湖，土人多鮓以致遠。張子野詩云：春後銀魚霜下鱸。【略】河豚魚。有毒，烹調失宜能殺人，吳人甚珍之，謂其脇爲西施乳。梅聖俞詩：春洲生荻芽，春岸飛楊花。河豚當是時，貴不數魚蝦。其狀已可恠，其毒亦莫加。忿腹若封豕，怒目如吳蛙。庖煎苟失所，入喙爲鏌鋣。若此喪軀體，何須資齒牙。持問南方人，藏護復矜誇。皆言美無度，誰謂死如麻。我語不能屈，自思空咄嗟，退之來朝陽，始憚浪龍蛇。子厚居柳州，而甘食蝦蟇。二物雖可憎，性命無舛差，斯味曾不比中藏，禍無涯甚美惡，亦稱此言誠可嘉。【略】

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類・膾》 膾鯉。《詩》云：鱨鯊膾鯉。豐殼。《七發》云：累如疊穀，離若散雪。輕隨風飛，刃不轉切。綺散。《七命》云：命支離飛霜，鍔紅肌綺散。素膚雪落，隻子之毫，不能厠其細。秋蟬之翼，不足擬其薄。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類・膾》 膾切。《禮》云：牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。厥細，《論語》云：膾不厭細。上羹。介象與吳王論膾，何者最美。象曰：海中鯔魚爲上美也。令於殿前庭中作方坎，汲水滿之，象垂綸於坎中。食頃，得鯔魚作膾。【略】

鵝鬬。南詔縮寸魚，以胡瓜椒薤和之，號鵝鬬。膾鯉。《李綱傳》云：有進

魚者，太子使鱠之。唐儉趙元楷自言其能。太子曰：操刀膾鯉和鼎味，公等善之，若弱諧審諭，固屬綱矣。芥醬，語云：魚膾非芥醬不食。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類・膾》 化蝶。《西陽雜俎》云：進士段碩常識南孝廉者，善斫膾，縠薄絲縷，輕可吹起。操刀響捷，若同節奏。因會客衒技，先起魚架之。忽暴風雨，雷震一聲，膾悉化爲蝴蝶飛去。南驚懼，遂拆刀，誓不復作。佳味。《隋唐嘉話》云：吳郡獻松江鱸。煬帝曰：所謂金齏玉鱠，東南佳味也。蓬池。李德裕《述夢詩》云：荷浄蓬池鱠。凡學士初上賜食，悉是蓬池魚鱠。第一。杜詩云：魴魚肥美知第一，既飽歡娛亦蕭瑟。落堪。又云：落堪何曾白紙濕，放筯未覺金盤空。銀絲。又云：鮮鯽銀絲鱠。庖霜。韓愈詩云：庖霜膾玄鯽。鱠鯨。李白云：意在斬巨鼇，何論鱠長鯨。膾魴。蘇源明《讌藉序》云：燔兔膾魴。縷切。《西征賦》云：華魴躍鱗，索鱗楊鬐，磬人縷切，鸞刀若飛，應刃落俎，霍霍霏霏，紅鮮粉其，初載賓客，聳而遲遲。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類・炙》 【略】魚炙。《國語》屈建云祭典庶人，有魚炙之薦。爭食。《風土記》云：吳王闔閭女驕恣，嘗與王爭食魚炙，怨恚而死。【略】蛤蜊。《傳芳署記》云：突承璀嗜蛤蜊炙。

王濟《君子堂日詢手鏡》 橫州城中有魚塘三百六十口，郭外并鄉村倍之。大者種魚四五千，小者亦不下千數，故魚甚賤，騰貴時亦斤不滿六錢。江河間魚亦不少，其品與吳浙所產不同，一種名谷魚，數鮎與鮠，味亦肥美，余甚愛之。又一種名鈎魚狀顛鮥，身少匾，其唇甚長，垂下數寸，味皆在此，故俗有喫着鈎魚肉，不惜老婆裩之語。又一種名竹魚，其色如竹，青翠可愛，味亦佳。魴魚極多，甚美，有重十餘斤者。鰣魚鳥鱗灘下甚多，灘上直抵橫以上一帶，皆無嘉魚，惟謝村巖江邊里許則有，餘皆無之。又有余所未見者，又不知幾種，鯉鯽皆與吳浙同。

王濟《君子堂日詢手鏡》 醫家有名蛤蚧者，乃一甲蟲，其地甚多，狀顛蹶蚧，累日情洽甚乃交，兩相抱負，日墮於地，人往捕亦不之覺，人以手分擘，雖死不開。人得之，以搞熟草細繩定，鍋中蒸過，曝乾售人，煉爲房中之藥，甚取效。尋常捕者不論牝牡，皆可爲醫獸方中之劑也。

黃省曾《西洋朝貢典録》卷上《蘇禄國第七》 其國在東海之洋，其鎮曰石崎之山。【略】其田瘠，不宜於穀，以漁鹽爲業。是食魚蝦螺蛤。有蔗酒其利。

黃省曾《西洋朝貢典録》卷上《彭亨國第八》 其國在廣大海之南，石崖環之如城。【略】其利魚鹽，其土沃，其穀宜稻，有椰子酒。

黃省曾《西洋朝貢典録》卷中《溜山國第一四》 其國在小帽西南，可二千里。【略】凡取海貝山積之，而罨之腐之。凡取馬駮魚，斬之而暴之貯之。【略】

費信《星槎勝覽》卷三《溜山洋國》 自錫蘭山別羅里，南去順風七晝夜，可至其山海中，天巧石門有三，遠望如城門，中可過船。溜山有八，沙溜、官嶼溜、人不知溜、起來溜、麻里溪溜、加平年溜、加安都里溜，其八處網捕溜洋大魚，作塊曬乾，以代糧食。

陸楫《古今説海》卷一九《説選一九・星槎勝覽・溜山洋國》 溜山洋國，自錫蘭山別羅里南去，順風七晝夜可至。【略】溜山有八沙溜、官嶼溜、人不知溜、起來溜、麻里溪溜、加平年溜、加安都里溜，其八處網捕溜洋大魚，作塊曬乾以代糧食。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二四《委巷叢談》 《尚書故實》云：「百越人以蝦蟆爲上味，疥者皮最佳，名錦襖子。」范蜀公《東齋筆記》云：「沈文通守杭州，禁民食蝦蟆，終三年，人不敢食，而蝦蟆亦絶不生。及文通代去，禁弛，而蝦蟆復生。」傅子翼《蟹譜》云：「杭俗嗜蝦蟆而鄙食蟹。時有農夫田彦升者，家於半道紅，性至孝，其母嗜蟹。彦升慮其鄰比窺笑，常遠市於蘇湖間，熟之，以布囊負歸。」已上載紀舛差，皆不可曉。蝦蟆形雖不典，然周禮亦嘗羞而薦之宗廟，與羔兔同珍。漢武帝欲除畿甸以爲上林苑，東方朔以爲此地土宜薑芋，水多蛙魚，貧者家給，則食蝦蟆者，長安亦有之，不獨越人也。至云不脱挤皮，以爲佳品，此又不情。蛙皮腥韌，非可食者，何越人之饞饕至此？周時，蟈氏禁牡鞠以殺蛙黽，其法無驗，未聞沈文通以何術禁之，使三年不生也。杭人最重蟹，秋時風致，惟此爲佳，而云杭人嗜蝦蟆而鄙食蟹，此又何説？至如歐陽公《歸田録》又云：「國初，通判嘗與知州争權。有錢昆者，杭人也，其俗嗜蟹，嘗求外補，人問所欲，曰：『但得有螃蟹無通判處足矣。』」其所載杭俗，又與傅子翼不同，蓋聞見得於外方者，往往失真，非土著者不能辨也。

楊慎《丹鉛餘録摘録》卷四 吳人製鱸魚鮓、鱖子腊，風味甚美，所稱金齏玉膾也。鱸魚肉甚雜以香菜花葉，紫緑相間，以回回豆子、一息泥、香杏腻拚之，寔珍品也。鱖子魚腊亦然。回回豆子細如榛之肉，味甚美。一息泥如地椒，回回香料也。香杏腻，一名八丹杏仁，元人《飲膳正要》多開此料。

戴冠《濯纓亭筆記》卷九 土筍，活物，亦出福建，如蛹而黑色，立生海濱沙土中，能動搖，其狀極可惡，然不可多得。人或掘得之，則煩撋以去其腹中沙。上色瑩潔如雪，煮糜爛而凝之，味極珍美。

郎瑛《七修類藁》卷一二《事物類・淡菜》 杭人食蚌肉爲之食淡菜，予嘗思之命名不通。如以淡爲啖固通，而菜字義亦不通。又嘗見昌黎集載孔戡爲華州刺史，奏罷明州歲貢淡菜。亦是此淡字，竟不能通。後見廣人云南海取珠者名曰蜑户，蓋以蚌肉乃取珠人所嘗食者耳，賤之如菜也，其義始通。後讀《輟耕録》，益知久有烏蜑户，則孔奏之字亦訛書者，予若改爲啖食之啖，則又爲改金銀車者乎。

顧岕《海槎餘録》 江魚狀如淞江之鱸，身赤色，亦間有白色者，産于鹹淡水交會之中。士人家以其肉細膩初爲膾，烹之極有味。皮厚如錢，此品不但勝絶海鄉，雖江左鱠魚鱸鱖之味，亦無以尚也。

陶珽《説郛續》卷二五顧岕《海槎餘録》卷一八《飲食門・魚鱠》 江魚狀如淞江之鱸，身赤色，亦間有白色者，産于鹹淡水交會之中。士人家以其肉細膩，初爲膾烹之，及有味，皮厚如錢。此品不但勝絶海鄉，雖江左時魚、鱸鱖之味，亦無以尚也。

李攀龍《新刻詩學事類》卷二《飲食門・魚鱠》 金齏玉鱠。《南□記》：吴都獻松江鱸鱠。煬帝曰：所謂金齏玉鱠，東南之佳味。鱖刀若飛。潘岳《西征賦》：華鮪躍鱗，索鱮陽鬐。醬人縷切，鱖刀若飛。應刀落俎，霍霍霏霏。銀絲。杜鮮鮮銀絲膾。錦縷。（樂天）鱠長抽錦縷。揮刀飛白雪。（杜）《觀魚歌》饗海左右揮霜刀，鱠飛金盤白雪高。紅肥落雪飛。（李白）雙鱠呀呷鬣鬐張，跋剌銀盤欲飛去。呼兒拂几霜刀揮，紅肥花落白雪飛。化胡蝶。《摭言》：進士段碩常識南孝廉者，善斫鱠，穀絲縷輕可吹起，操刀響捷，若合節奏。因會客銜支，先起魚架之。忽暴風雨，雷震一聲，鱠悉化胡蝶飛去。南驚懼，遂折刀，誓不復作。醒酒冰。（直）（方）（詩話）山谷以水晶鱠爲醒酒冰。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷七《石首魚》 魚首有魦堅如石，故名。冬月得之，又緊皮者良，三月八月出者次之。至四月五月，海郡民發巨艘，入洋山競取，有潮汛往來，謂之洋山魚。用鹽醃之曝乾曰白鰲，通商販於外。舊志爾雅即此。

慎懋官《華夷草木鳥獸珍玩考》卷一〇《馬鮫魚》 馬鮫魚，切成手臂大塊，淡曬乾，倉屋收貯，各國亦販買他處，賣之名溜魚。

羅日褧《咸賓録》卷四《溜山》 溜山一名牒幹，小國也。【略】溜山物産甚多，惟龍涎香，見前，鮫魚，一名溜魚，切塊淡乾，賓與它國。絲嵌手巾，細密絶勝它處。

羅日褧《咸賓録》卷六《蘇禄》 其俗，民食沙糊魚蝦螺蛤。短髮纏皂緉。煮織金手帕絶精，富家男子以之纏頭，每幅價可值銀五兩。爲奇。

海爲鹽，釀柘爲酒。

黄一正《事物紺珠》卷一四《食部・鱗食品類》 玉版鮓。鱘鰉魚作，又云片醬。縷子膾。廣陵法，曹宋鼈以鯽鯉魚子，用碧筒或菊苗爲胎骨作。玲瓏牡丹鮓。以魚白鬬成牡丹狀，既熟，出盎中，微紅如初開牡丹。鵝毛鮭。音挺。鹽鰣魚白如鵝毛。乳釀魚。完進。泔魚，紅魚，白龍腦。製鱖肉。金粟平鼄。魚子作。鳳皇胎。雜治魚白。逡巡醬。魚羊體作。丁子香淋膾。醋拌。吴興連帶鮓。不發缸。虞公斷鯉鮓。魚羊仙料。加料鹽花魚屑。軟釘雪籠。脱骨白鰭。鯞魦。音竹夷。取石首、魦魚、鱖魚三種腸，淨洗加鹽，内器中密封，置日中。夏二十日，春秋五十日，冬百日，乃熟。下薑酢，食極香美。或以蜜漬，亦美。魚醢。魚醬。釀燒魚。用肉料納魚腹，煎熟。省刀鮓。魚作鱠。綽熟，椒醋拌。鱘魚骨。生醃，油料拌。大鱗造。鯚膾。鯊魚膾。鯊魚翅。鱘魚鰾。鹿肉。鱘魚額上肉綽熟，椒醋拌。郎官膾。鱸魚作，以張翰思鱸也。金齏玉鱠。松江鱸鱠，以金橘縷拌。煬帝云。貢御鮓，粉骨魚，酥骨魚，南炒鱔，槌魚。大魚剔骨，加粉，槌爆。鮆魚子。鹽漬。食。熟醬。烘魚。糟魚。烝魚。酒烹魚。醃魚。桂凍魚。荷包旋鮓。

異名：藏魚。鮓。苞蘆。魚鮓。河祇脯。魚乾，武夷君食。鮭鮀。音鴉貝。夷言小鹹魚。

黄一正《事物紺珠》卷一四《食部・介食品類》 鮓髓，炙髓，寒髓，徧地錦裝髓，羊脂鴨卵，刘加料副。金丸玉菜腌髓，糟髓，糟髓，髓裙，包鼈頭，姊溫。〇酒煮蟹，糟蟹，醃蟹。醃音鎗，用鹽、酒、醬、醋、椒製，凡糟醃，用菜黄一粒内臍中，不沙。醬蟹，蟹膾。

剔肉，同鮓鮓作，酒浴。蝤蛑炙，蟹鼈去匡熟搗。蟹胥蟹醬。金銀夾花平截，剔蟹卷作。糖蟹、炙蟹。○熬醬，炒熬。○蟶鮓，蟶鼻，蟶醬，糟蚶，醃蚶，醃蛤，燒蛤、綽蛤。○蟑蚯燥肚。○醃蠣肉，煨牡蠣，牡蠣燥肚，江蛭燥，鸚哥舌，醃沙狗，蜆醬，車螯醬，蜜丁，魁蛤子。吐鐵或醃或糟。醃西施舌，醃海月。○鰕脯，鰕乾，亦云鰕米。光明炙生鰕作。鰕醬，紫蘇鰕。○龜脚鹽漬。淡菜乾。○香螺燥肚，薑醋香螺，田螺乾，蓼螺乾，海蝘炙。○水母膽。異名：糟丘郭索。糟蟹。

王世懋《閩部疏》 莆人於海味最重鱘魚及寄生，鱘魚即浙之望潮也，形雖不雅，而味美於烏賊。寄生最奇，海上枯蠃殼存者，寄生其中，載之而行，形昧似蝦，細視之有四足兩螯，又似蟹類。得之者不煩剔取，曳之即出，以肉不附也，炒食之，味亦脆美，天地間何所不有。

王世貞《異物彙苑》卷三《飲饌部》 龍鮓

有人遺張華以鮓，華曰此龍肉也。以苦酒沃之，其鮓有五色光焰。出《世說新語》

蛟鮓

漢昭帝時，釣得蛟長三丈，帝曰此魚鱔之類。命作鮓，骨青肉紫，食之甚美。出白孔六帖

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部・異味》 海味：水母線。海物也。澄濼挺質，凝沫成形，號水母線，閩人謂之蛇。瓦隴。蛤之屬，一名天鼈炙之，其殼則花。（《海物記》）海蛤。玉珧。即海螯也。車螯。素蜃、紫錦、背聖、俞食、車螯。（梅詩）西施舌。檀子。蟹帆。蟹在水中揭尾而行如帆，號蟹帆。（《南海志》）海饌。海饌螃蟹肥。（黃山谷）蟹醬。通印子魚。長魚俎上通三印其實通應廟前，子魚極佳美者。（王介甫）青葉盤。海鏡。海錯，石華。皆海味異名也。海月。海月如鏡，其柱如檢頭大，一名江瑤柱。（郭景純賦）蜜丁。蜜丁，魁蛤之丁也。（《提要錄》）淡菜。曉厨烹淡菜。（孫元憲）蠣房。懷玉深藏萬馨間。（楊誠齋《蠣房詩》）齋供：碧海菜。王母曰：仙之上藥，有碧海之琅菜。（《漢武內傳》）青精飯。事詳飯類。伊蒲饌。楚王英好黃老浮屠之教，帝還贖縑，以助伊蒲塞桑門之饌。

王世貞《彙苑詳註》卷二九《飲食部・膾》 操刀膾鯉。李綱字文紀，有進魚者，太子使膾之。唐儉趙元楷自言其能，太子曰：操刀膾鯉和韶味，公等善之，若弼諧審諭，固屬綱矣。《李綱傳》化蝶飛。進士段碩常識南孝廉者，善斫膾，縠薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷，若同節奏。因會客銜技，先起魚架之，忽暴風雨，雷震一聲，膾悉化爲蝴蝶飛去。南鷺懼，遂南遂不復作。

彭儁《五侯鯖》卷一二《飲食門・魚鮓》 陸龜蒙自給，河祇脯，乾魚也。昭帝作鮫鮓，骨青肉紫，甚美。客遺張華鮓曰龍肉也，以苦酒沃之，鮓中有五色光，又名藏魚。虞侍中悰獻醒酒鮪鮓。南孝善斫鱠，縠薄絲縷輕可飛，操刀響捷若合節。一日先起魚架之，忽雷雨，鱠悉化蝶飛，南遂不復作。

彭儁《五侯鯖》卷一二《飲食門・炙》 蛤蜊炙。炙有杏炙。鼈炙。熬魚炙，美人云：寧去累世宅，不去熬魚炙。

陳耀文《天中記》卷四六《炙》　炙魚其形如龜，十二足，子如麻，子可爲醬，色黑。足似蟹，在腹。雌負雄而行，南方作炙嗽之。《劉欣期《交州記》》

陳耀文《天中記》卷四六《鮓》　鮓，菹也，以鹽米釀之如菹，熟而食之也。《釋名》

坩鮓送婦。謝玄與婦曰：昨出釣獲魚作一坩鮓，今奉送。湖鯉肥美。十二年六月，吴郡獻大湖鯉腴膳四十坩，純以鯉坩爲之，計一坩鯚用鯉魚三百頭，肥美之極，冠於鱣鮪。《大業拾遺》

野猪鮓。安禄山恩寵莫北，其所賜品目有野猪鮓，有馬酪。《酉陽雜俎》

【略】

秋鮪。仲秋月，取折頭鯉子，去鱗破腹，使膏割，爲漸米爛燥之，以赤秫米飯鹽酒令糝之，鎮不苦重。踰月乃熟，是謂秋鮪。《博物志》

孫能傳《剡溪漫筆》卷一《江瑶柱》　江瑶柱生余邑海中，殼如長鏡，一頭微銳，中有肉柱，潔白如玉，烹以作湯，清脆鮮美，大是珍品。蘇長公極愛之，謂可敵荔枝風格，因爲作傳，遂爲此種起名。郭景純《江賦》所謂玉珧即此。其實非江中所有也。其物宜鮮不能遠出，雖吴下亦罕知之。近刻《諧史・江瑶柱傳》下註蝗屬，弇州説部云：余艷慕其味，而不獲見。詢之人或云即瓦壠子，稍大者蝗，既非類。殼有紋隱起，而絶與瓦壠子不同，皆傳聞之訛。景純《爾雅註》云：玉珧即小蚌。段成式云玉珧似蚌，長二寸，廣五寸。蚌雖近似那得言小大小不等，那得定其長廣，又那得廣過於長。二公之言，亦得其彷佛而已。漫志之以見博物之難。

陳耀文《天中記》卷四六《膾》　郎官鱠。江南人喜作鱠，名郎官鱠，因張翰思鱠得名。《海物異名記》

乾膾。六年，吴郡獻海鯇乾膾四瓶，瓶容一斗，浸一斗可得經尺面盤，并奏作乾膾法。帝以示群臣云：昔術人介象於殿庭，釣得海魚，此幻化耳，亦何足珍異。今日之會，乃是真海魚所作，求自數千里，亦是一時奇味，即出數盤以賜近臣。《大業拾遺》

金鏁玉鱠。南人魚鱠，以細縷金橙拌之，號曰金鏁玉鱠。隋時吴郡獻松江鱠，煬帝曰：所謂金齏玉鱠，東南佳味也。《隋唐佳話》《南部煙花録》

魚鱠。吴中以魚作膾，菰菜爲美，魚白如玉，菜黄若金，稱爲金羹玉膾，一時珍食。《齊書》武帝就虞悰求諸飲食方。悰秘不出。上醉後體不快，悰乃獻醒酒鯖鮓一方而已。

《魏志》陳登得胷中煩滿，面赤不食，華佗爲脉曰：府君胃中有蟲數升，欲成及葫。江東呼蒜爲葫。東坡云：吴興庖人斫鱸鱠，亦足一笑鄉土，以此爲盛饌。製時鋪成花草鸞鳳，或詩句詞章，務臻其妙。造鏁亦甚得法，謂之金鏁玉膾。

飛刀和鼎。李綱在東宫，建成常往温湯。綱時以疾不從，有進生魚於建成者，將召饗人作鱠。時唐儉、趙元楷在座，各自贊能爲鱠。建成從之。既而謂曰：飛刀鱠鯉，調和鼎食，公實有之。至於審諭弱諧，固屬於李綱矣。舊唐

五色鱠。陸希聲妻余媚娘能饌五色鱠，妙不可及。本傳

鱠手刀子。安禄山所賜有鯽魚并鱠手刀子。《酉陽》

穀薄絲縷。進士段碩常識南孝廉者，善斫膾，穀薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷，若合節奏，因會客衒技，先起魚架之。忽暴風雨雷震一聲，膾悉化爲胡蝶飛去。南驚懼，遂折刀，誓不復作。上

孫能傳《剡溪漫筆》卷三《鱖魚》　虞嘯父對晉帝，天時尚温，鱖魚蝦鮓未可致。何令升《晉書音義》云：《字林》鱖魚出東萊《文字集略》，鱖亦作鱖，音祭，又音制。然則鱖魚即今之鱖魚也。《郡志》鱖魚下引虞嘯父事，云板身多梗，長五六寸，味極肥腴，以糟浥之。可作湯。其狀與鱖魚正同，然下文又有青鱖魚。豈舊志作鱖而俗皆作鱖，本一物而複收之耶。《三輔決録》：鱖魚炙甚美。諺云寧去累世宅，不去鱖魚額。《廣韻》鱖鱖亦兩見，云鱖魚可作醬。今鱖魚不堪作醬，其美亦不在額，又不可曉也，當更考之。近刻《廣輿記》作青鯽魚，尤誤。

孫能傳《剡溪漫筆》卷六《糖蟹》　何胤侈於味，後稍欲去其甚者，猶食白魚鮓腊糖蟹。學士鍾峘議曰：鮓之就腊，驟於屈伸。蟹之將糖，躁擾彌甚。余初不曉糖蟹之説，友人王常孺語余，糖蟹安可食。古人以糟爲糖，蓋糟蟹耳。其説本於陸務觀。然隋大業中，吴郡貢蜜蟹二千頭，蜜擁劍四瓮。宋明帝好食蜜漬鰒鮧，一食數升。鰒鮧乃今烏賊腸，非可蜜漬之物。鰒鮧可以蜜漬，而明帝復好食之。則以糖蜜製蟹，或古時自有此等食品，亦未可知。《酉陽雜俎》平原郡貢糖蟹一枚，直百金。意唐時尚有之，又不知何以貴重若此，姑記以竢考。

陳懋學《事言要玄事集》卷四《膾脯》　《少儀》牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。《内則》膾者春用葱，秋用芥。豚秋用韭，春用蓼。

《西京雜記》五侯不相能，賓客不相往來。婁護豐辯傳五侯間，各得其歡心，競致奇膳。護乃合以爲鮓，世稱五侯鮓，以爲珍。《説文》鮓，炙肉。《字林》鮓，雜殽。

《魏志》陳登得胷中煩滿，面赤不食，華佗爲脉曰：府君胃中有蟲數升，欲成

肉疽，腥物所爲也。即將湯二升，先服一升，期須盡服之。食頃，吐出三升許蟲，赤頭皆動，半身猶是生魚鱠也。

《列女傳》姜詩妻事姑姑嗜魚膾又不能獨味妻與詩常力作供膾呼隣母共食其舍側忽有泉常出鯉魚一隻以供二母之膳。

《世説》晉元帝始鎮建業，每得一豚，以爲珍膳，項上一臠尤美，輒以薦帝，群下未嘗敢食，時呼禁臠肉。《北燕雜記》：凡牛羊犬豕之肉，止以鹽乾之曰脯，加薑桂鍛治曰脩，曰以曬之曰腊。《説文》：腌，雜腌漬肉也。膾，宗廟熟肉也。《穀梁》脤者俎，實祭肉也。生曰脤，熟曰膰。《釋文》：熟肉有骨曰殽，大臠曰截。

《酉陽》：進士段碩常識南孝廉者，善斫鱠，穀薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷，若合節奏。因會客衒技，先起魚架之。忽暴風雨雷震一聲，膾悉化爲蝴蝶飛去。

《南部煙花》：南人魚膾，以細縷金橙拌之，號爲金虀玉鱠。隋時，吳郡獻松江鱠。煬帝曰：所謂金虀玉鱠。東坡云，吳興庖人聽鱸鱠，亦足一笑。鄉人取之，皆鑿房，以烈火逼開，取肉食之。漁者於海淺處植竹，扈竹入水，纍纍而生研，取之名曰竹蠣。《文選》：玄蠣磈礧而碾磕。註云：長七尺，形如馬蹄，又謂梅花蠣。是物除熱補傷，澀精益血。土人用以爲醬曰蠣黄醬。樂清縣新溪口有蠣嶼，方圓數十畝，四面皆蠣，其味偏好。

蜦蜼似小蛤而長，匾殼有毛。是物行有前無却，故名。

沙噀，塊然一物，如牛馬腸臟，頭長五六寸，無目，無皮骨，但能蠕動，觸之則縮小如桃栗，徐復腫脞。土人以沙盆揉去其涎腥，雜五辣，煮之脆美，爲上味。樂清名沙蒜。西施舌一名沙蛤，大小似車螯，而肉自殼中突出，長可二寸如舌。温州公嘗與人食此，戲曰西施舌如此，亦不足美。其人曰：非也，舌長能搬弄，可稱張儀舌。是物海燕所化，久復爲燕，其性熱。

鮿魚，即刀魚也，一名魦。《文選》所謂鱠鮿，順時而往還是也。子多而肥，腹皆似刀。夏初曝乾，可以致遠。又名鮆魚。《文字集略》：鮆亦作鱴字，音祭，又音制。炙食甘美。諺曰：寧去累世田宅，不去鮆魚額。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》　白魚鮰腊糖蟹

何徧侈於味，食必方丈，後稍汰，猶食白魚、鮰腊、糖蟹。

金虀玉膾

吴郡獻松江鱸魚，煬帝曰：所謂金虀玉膾，東南之佳味也。

蛟鮓

武帝釣於臺下得白蛟，召太官爲鮓，肉紫骨青，味香色美。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》　群鯖饜腹

《七依》：洞庭之鮒，灌水之鰩，滋以陽樸之薑，蔌以壽木之華。《七命》：丹穴之鵷，玄豹之胎，燀以秋橙，酤以春梅。《七釋》：黿羹螭膗，晨鳧宿鷚。《七

引》龍脇之肪，鳳趾之筋，麝髓鹿腸，鵠舌麒脰，秋熊柔蹯，文豹膃胎。《七命》：封熊之蹯，翰音之跖，燕脾猩唇，鼈殘象白。《七發》割柔胎於孕豹，宰潛肝乎豢龍。《七華》：煮丹穴之卵，烹南海之蝭。合此群鮮，頗饜老饕之腹，但不可得耳。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》 膾化蝶

南孝廉善作膾，穀薄絲縷，輕可吹起。操刀響捷，若同節奏。因會客衒技，先起魚架之。忽暴風疾雷，膾悉化爲蝴蝶飛去。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》 蜜蟹

隋時吴都獻蜜蟹二千頭，蜜擁劍四甕。法如糖蟹而味奇佳，每進御，則旋拭殼面，貼以鏤金龍鳳花。

天鱭炙

瓦壠子殼中有紫色肉而滿腹，廣人尤重之。多燒以蔗酒，俗呼爲天鱭炙。

天蝦鮓

廣南暑月，白蟻多入水爲蝦，土人秉燭俟之，以竹漉取，以豚鱭糝之爲鮓，號天蝦鮓。

蛤蜊炙

吐突承璀嗜蛤蜊炙，以鐵絲床嫩澆鹿角漿，然後食。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 金鏊玉膾

吴人製鱸魚鮓、鱔子腊，風味甚美，所稱金鏊玉膾也。鱸魚肉甚白，雜以香菜花葉，紫緑相間，以回回豆子、一息泥、香杏膩坌之，實珍品也。鱔子魚腊亦然。回回豆子細如榛子，肉味甚美，一息泥如地椒，回回香料也。香杏膩一名八丹杏仁，元人《飲膳正要》多用此料。鱔子魚，今京師名紫鱖魚。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 河祇脯

《雞跖集》武夷君食河祇脯。注：乾魚也。

焦竑《焦氏類林》卷七《食品》 吴郡獻松江鱸魚，煬帝曰所謂金鏊玉膾，東南佳味也。《南部煙花記》

王圻《三才圖會》鳥獸卷五《鱗介類》 鯊魚

按：鯊魚之類不一，皮肉皆同，惟頭稍異最大者。海中之黄鯊好食百魚，大者五六百斤。胡鯊青色，背上有沙，大者長丈餘，小者長三五尺。鼻如鋸，皮可縷爲膾。烏頭赬尾黑背，大有百餘斤者。淺在海沙不能去，人割其肉，潮至復去。其皮用湯泡淨，可縷作膾。譽鑞泡去外皮，存絲，亦用作膾，色品瑩若銀絲。鮫沙似鮫而鼻長，皮可餙劍。又有虎沙、鋸沙、狗沙、劍沙。烏鬐出入鯊、時鯊、帽鯊數種。又一種名吹鯊，大者斤餘，小者如指，狹圓而長。

鱔魚

鱔魚，又名鱣刀魚也。長頭而狹薄，其腹背如刀刃，故以爲名。大者長尺餘，可以爲鱠。與石首魚皆以三月、八月出。《説文》曰：鱣飲而不食。

王圻《稗史彙編》卷一五《地理門・夷方類》 蘇禄國，居東海之洋山，塗田瘠，種植稀薄。民業網捕，魚鰕生啖，螺蛤煮食。【略】

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 蝦助

蝦助，海錯也，一名水母，又云海蜇。吴人方言云撈蒲，其形一片如輪菌，無目。凡行蝦必附之，故云蝦助。凡食以椒醯製之，可以醒酒。元薩天錫有詩云：層濤濶沫綴蝦行，水母含秋孕地靈。海氣凍成紅玉脆，天風寒結紫雲腥。霞衣褪色脂流滑，瓊縷烹香酒力醒。疑是楚江萍實老，誤隨朝汐落滄溟。觀此不獨蝦助之風味，可想薩詩亦膾炙人口多矣。

持螯供有風蟲者，不可同柿食。

蟹生於江者黄而腥，生於溪者蒼而清。辛卯有錢君謙齋、震祖、惟觀、存復，歸於吴門秋偶過之，把酒論文習句餘。每日市蟹，必取其元烹以酒酷，裸以葱芹，仰之以臍，少俟其凝，人各舉其一，痛飲大嚼。何異乎拍浮於湖海之濱，庸庖俗飣，非曰不文味，恐失真此物風韻。但以橙醋自足以發揮其所蘊也，且曰員臍膏，尖臍螯。秋風高，團者豪。請用手，不必刀。美以蒿，尤可饗。因舉山谷詩云：一腹金相玉質，兩螯明月秋江。真可謂詩中騷。舉以手，不以刀，尤見錢君之豪也。或曰蟹所惡晨朝霧，實築筐，噀以醋，雖千里無所誤。因筆之爲蟹助。

蓮房魚包漁父三鮮蓮，菊菱湯，薑也。

蓮花中嫩房去柄，截底剜穰留其孔，以酒醬香料加魚塊實其中，仍以底坐甑內蒸熟，或中外塗以蜜出楪，用漁父三鮮供之。向在李春坊席上曾享此供，得詩云：錦辦金簪織幾重，問魚何用得相容。湧身既入花房去，好度華池獨化龍。李大喜，送端硯一方，龍墨五笏。

魚菜

鄱江士友命飲供，以酒煮菜非菜也，純以酒煮鯽魚也。且云鯽稷所化，以酒

煑之，甚有益。以魚名菜，私竊疑之。及觀趙與時《賓退録》所載，靖州風俗，居喪不飲酒肉，惟以魚爲蔬，湖北謂之魚菜。杜少陵詩亦云：細疑沾水族，風俗當魚蔬。始信魚即菜也。

好羞

《周禮》：庖人共祭祀之好羞。鄭康成注云：好羞，謂四時之膳食，若荆州之鮭，揚州之蟹胥。陸德明《音釋》云：蟹醬也。山谷詩云：蟹胥與竹萌，乃不羨羊腔。

王圻《稗史彙編》卷一六一《鱗介門・鱗介類》 軟雪龍。京洛白蟹，極佳，烹治罕有得法者。周朝家僕楊承禄造脱骨蟹，獨爲魁冠，禁中時亦宣承禄進之，因文其名曰軟雪龍。

王圻《續文獻通考》卷二三六《四裔考・西南夷別録》 溜山，自蘇門答剌國開船過帽山投西南，船行好風十餘日可到。【略】馬鮫魚切成手臂大塊，淡曬極乾。

郭子章《黔類》卷九《食部》 鱟羹獻音，魚。

獻人掌以時獻，爲梁春獻王鮪，辨獻物爲鱟羹，以共王膳羞。鱟，生魚。羹，乾魚。共於膳，天以共王。《周禮・天官》

焦竑《焦氏筆乘續集》卷四《鰬魚》 鰬，步角反。郭璞三蒼注曰：鰬似蛤偏着石。《廣志》云：鰬無鱗有殼，一面附石，細孔雜雜，或七或九。北齊顔之推云：即石決明，肉旁，一年一孔，至十二孔而止，以合歲數。登州所出其味珍絶，然漢以前未聞其貴。至王莽欲敗時，但飲酒嗢鰬魚。而光武時，張步據青徐，遣使詣闕，上書獻鰬魚百枚。則兩漢時，已自珍之。宋時，淮治北屬江南，無復能得。或有間關得至者，一枚直數千。今則視爲常品，往往乾之，以百枚爲一串用餉。京貴物之貴賤，有時如此。

徐應秋《駢字馮霄》卷一九《釋名・飲饌》 膴鮑魚鱐。《周禮》鮑者于媻室中，糗乾之媻土爲室也。

蟹胥。醉蟹也。

鯇鮠醬。《周書》伊尹受命于湯，賜鯇鮠之醬。《方言》魚皮鯇鮠之醬。注：魚名也。

光明蝦炙。

乳釀魚。

吴興連帶鮓。

剪雲斫魚鱠。

虞公斷腥鮮魚。

金丸玉菜臛鱉。

公藏蟹含春侯。

鏤金龍鳳蟹。隋煬帝。

耆炙鯉鱠。《七發》熊蹯之腩，夕藥之醬，薄耆之炙，鮮鯉之膾。薄音薄，切臥肯之肉而以爲炙者，即今所謂耆頭也。

鯇鮠之醬。周書伊尹受命于湯，賜鯇鮠之醬。注：魚名也。

屠本畯《閩中海錯疏》卷上《鱗部上》 赤鬚，似棘鬣而大，鱗鬣者皆紅色。宋志云：棘鬣與赤鬚味豐在首，首味豐在眼，葱酒蒸之爲珍味。十月此魚得時，正月以後，則味拗不可食。補疏

烏頭，頰尾黑，背大，有百餘斤者，淺在海沙不能去。人割其肉，潮至復去，其皮用湯泡浄，沙縷作膾，醬鹽泡去外皮存系，亦用作膾。色晶瑩若銀絲。

胡鮒，青色，背上有沙，大者長三五尺，鼻如鋸，皮可縷爲膾，薨以爲脩，可充物，亦名鋸鮒。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 《詩》云：魴鱧膾鯉。辛延年詩：金盤膾鯉魚。張季鷹：秋風起思鱸魚膾。古人皆重膾，今遍歷土風作之者寡，惟東粤絶重，匪惟宴會，即歌樓酒館往往而是。重客雅士閒，輒就餐一舉而盡數盤。然膾重鱸者，以肉白無腥，粤雖以青魚可掩昔美。往在翟武康衙齋，嘗其一臠，至今奪吾口政。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 劉道真少漁，草澤一嫗樂其歌嘯，殺豚進之。道真食盡，嫗見不飽，又進一豚，食半餘半。夫二豚餘半，乃其小小者。今惟粤中有此宴客，匪此不敬，蓋取初生者，用香料燒之，舍粤寥寥絶無。彼中土官其先皆上國遺風，故俗猶有存焉。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 合州俎無異錯，然所割魚肉雞子，薄蹼蟬翼，累如疊穀，《七啓》所稱，一見於此。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 蠏惟海陵爲大，大蹼尺，三吴出以深秋，莆中出以深冬，風味大畧相同。騐食猶有臊氣，若以膏糝麪，味更爲勝。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 九江魚子醬，何異西王母所謂連珠雲醬。古有蟹醬、蝦醬、魚醬、蜂醬、鼈醬、鯇鮠醬，今尚有遺製，然睹魚子醬，不啻尹夫人

之見邪夫人。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 蠣房固佳，然蠔大若雞子，潔若初剖荔支，以元水煮之，甜如波羅蜜。余以爲蠔如石季倫，蠣若王君夫，猶有儉氣。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 《字林》：鮚，雜肴也，樓君卿之五侯鯖是也。又《説文》云：鯖，煮肉也。今齊中自有鯖魚出登州，極爲貴重，出時馳長安以貽尊貴，殊非雜肴之謂。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 雲間四鰓鱸，肉白無腥，故古人稱爲玉膾。博興亦有之，土人不辨，目爲豕魚，味去遠矣。蘇長公《錦秋亭詩》且食鱸魚，美託興耳。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 銀魚膾，殘魚也，在在有之，而平望爲多。余不喜此，聞其氣即頭暈。章吉父出雲間之小者，可寸許，曬成一片，薄如荼蹏，云此爲佳烹之氣自在。後在海陵嘗鮮者，味甚甘，始嘆世重其名而未得其實，因評之。鮮銀魚如竹籬茅舍中美人，時魚如珠簾繡柱中美人，河豚一富翁耳，刀俎則妖童之狡者。

後見寶坻銀魚，肥若玉環，千里相貽，味猶鮮甘。又若夏姬之雞皮、三少，江南所産不無寒儉，然清氣出其上。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 《周官》庖人注：青州之蟹胥。今蠏胥以江南人家塘池中多種之，歲可長尺許，俗曰此家魚也，有青白二種，大者頭多肬爲上味。有麪條魚，身狹而長不踰數寸，銀魚之大者也，裹以麵糊油煠而薦之。永嘉之蝦，亦若苧蘿之西施，脂肉皆香，大不能尺，貴欲千錢。燕窩以潔白爲貴，煮之雖皎若水晶，然如嚼蠟，亦陳平冠玉耳。或曰能化痰，則不如鵝眼錢矣。

謝肇淛《五雜組》卷九《物部一》 閩有帶魚長丈餘，無鱗而腥，諸魚中最賤者，獻客不以登俎。然中人之家，用油沃煎亦甚馨潔。嘗有一監司，因公事過午，歸餒甚。道傍聞香氣甚烈，問何物。左右以帶魚對。立命往民家取已煎者。至宅啖之，大稱善，且怒往者之不市也。自是每飯必欲得之，去閩數載，猶思之不置。人之嗜好無常如此，吴江顧道行先生亦嗜閩所作帶魚鮓，遇閩人輒索，而閩人賤視此味，常無以應之也。

謝肇淛《五雜組》卷九《物部一》 河豚最毒能殺人，閩廣所産甚小，然猫犬驶馬弗能及。寒凍深蟄，乃可鈎取，故又名沙裏鈎。吕亢《蟹圖》十二種，沙狗與焉。漬以醇醲，最宜下酒。吾鄉海錯稱爲珍味，李時珍注《本草》，以爲不可食，何也。

陳懋仁《庶物異名疏》卷一六《飲食部》 石撞。《説楛》：成都最重炙蟾，無毒可食。一云烹時用傘遮蓋，塵墜其中則殺人。中毒者，檄橙汁及蔗漿解之，然千百中無一二也。

謝肇淛《滇略》卷三《産略》 魏武帝《四時食製》曰：滇池鯽魚至冬極美。今滇河冬月産者最佳，腹中白肬長六七寸若切麪，然烹之甘甚。楊慎《圖贊》云：滇池鯽魚冬月可薦，中含肬白，號水母綫，北客乍餐以爲麪纜。魏武未嘗至滇，豈亦得之傳聞耶。樊綽《南夷志》：蒙舍鯽魚重者五斤，然未之見也。

顧起元《客座贅語》卷九《魚品》 江東，魚國也，爲人所珍，自鱘魚、刀鱠、河豚外，有鯉，青黑色，有金光隱閃，大者貴。有鱓，似鯉而身狹長，鱗小而稍黑。有青魚類鯶而鱗微細，有鱠，巨口細鱗，蘇子所謂狀似松江之鱸者也，鬣利如錐，肉緊而無刺類蟹螯。有白魚，身窄而長，鱗細白，肉甚美而不韌。有鯿，小頭身橫；視之圓如盤，而側甚薄，大者曰鯧，腹脊多肬。有鱓，身圓如竹，頭尖而喙長，俗所名火筒觜也，善啗諸魚而品下。有鱘，鼻長與身等，口隱其下，身骨脆美可啗，爲鱘良，其腮曰玉梭衣。有鱧，身似鱓而色純黑，頭有七星，俗曰烏魚，道家忌食之。其性耐久，埋土中數月不死，得水復活。有鮠，頭微扁而身青白色，無鱗，尾無岐，肉最肥。張志和詩：桃華流水鱖魚肥，即此。第此魚惟秋爲美，俗曰菊華鮠。有鮎，頭扁而口哆濶，身黄黑白錯，尾如鮠，小者曰汪刺。有鯽，水中自産爲野魚，以後湖者良，性獨屬土。有鱮，頭巨而身微類鱠，鱗細，肉頗膩，江南人家塘池中多種之，歲可長尺許，俗曰此家魚也，有青白二種，大者頭多肬爲上味。有麪條魚，身狹而長不踰數寸，銀魚之大者也，裹以麵糊油煠而薦之。又有黄鱓鰻鱺，皆以魚名，其形質實一虵，別爲一族，與蝦�clearly同。

褚人獲《續蟹譜》 隋煬帝時，吴都獻蜜蟹二千頭，蜜擁劍四螯，法如糖蟹而味佳美。每進御則旋拭殼面，貼以鏤金龍鳳花草，或詩句詞章。南人魚膾，以細縷金橙拌之，號爲金虀玉鱠。陸希聲妻余媚娘，能饌五色鱠。

張所望《閱耕餘録》卷四《沙狗》 沙狗生海壖沙中，見人輒走，其疾如風，雖或詩句詞章。南人魚膾，以細縷金橙拌之，號爲金虀玉鱠。陸希聲妻余媚娘，能饌五色鱠。

李日華《時物典彙》卷下《菰菜類・膾》 吴興庖人斫鱸膾，鋪成鸞鳳花草，

乃大蝦螻兩兩相負，牢不可解，以酒炙之，號爲真品。沅陵謂之風蛤，德興謂之石撞。

玉腴。《輟耕録》曰：《江鄰幾雜志》丁正臣齎玉腴來館中，沈休文云：福州人謂之佩奚，即今魚脬泡是也。

腹腴。魚腹下肥肉也。《禮·少儀》云：冬右腴。

金璧玉膾。《南部烟花録》：吴郡獻松江鱸魚，煬帝曰：所謂金璧玉膾，東南佳味也。

胥。《周禮·庖人》注曰：若青州之蟹胥。《説文》云：胥蟹，醢也。

細飄。細飄一曰魚鰾，見《酉陽雜俎》。

藏魚。鮓也。《説文》云。

河祇脯。《鷄跖集》云：武夷君食河祇脯。注云：乾魚也。

杏炙。《酉陽雜俎》：飲食有杏炙，蓋炙杏酪漿也。

明茅元儀《三戎叢談》卷一三 藏鹽酒蟹法：每一器十隻，以皂夾半挺置其中，經歲不壞，亦良方便用也。

孫丕顯《文苑彙雋》卷二二《飲食部·鮓》 玉版。江淮間以鯇魚鱘魚爲鮓，名曰片醬，又曰玉版鮓。

吴昭明《五車霏玉》卷二二《飲食部》 酢

鮭。《説文》：鮭，藏魚也，南方謂之鮓，北方謂之鮭，俗作鮓。蒲鮓。《草木記》云：吴人浦始生取以爲鮭。龍鮓。陸機飽張華鮓。華曰：此龍鮓也，水噴之，有五色光。《張華傳》》蛟鮓。漢昭帝時，釣得蛟長三丈。帝曰此魚鰭之類。命大燭爲鮓，骨肉青紫，食之甚美。帝更求之，不獲。封鮓陶侃少時作魚梁吏，嘗以一坩鮓餉母。母封鮓及書責侃曰：汝爲吏，以官物見餉，非惟不能益吾，乃以增吾憂也。坩音堪，土器也。沈鮓。《列女後傳》：吴光禄勳孟宗，字武恭，爲監魚池司馬。罷職，道作兩器鮓以歸奉母，母怒。宗曰：於道作之，非池魚也。母曰：汝爲主魚吏，而獲鮓以歸，豈可家至户告也。乃還鮓於宗，宗伏謝罪，遂沈鮓於江。膾腥肉細者曰膾，大者爲軒。西海飛鱗。天流潛鮪。孫綽《七誘》：膾天流之潛鮪。張翰思。張翰因秋風起，思故鄉鱸魚膾。東南佳味。吴郡獻松江鱸魚，煬帝曰：金虀玉膾，東南佳味也。《平陳記》。銀絲，杜鮮鯽銀絲膾。郎官。江南人作膾，名郎官膾，言因張翰得名。化蝶。南孝廉者，善斫膾絲縷輕可飛起。因會客衒技。忽暴風雨，雷震一聲，膾悉化爲蝶飛去。南驚懼，折刀，誓不復作。《酉陽雜俎》。秋用芥。《禮》：凡膾，春用葱，秋用芥。冬宜鮮。鮮，生魚也。膾其鯉鮪。傅毅《七發》。魚鱍鯉。《詩》。

包汝楫《南中紀聞》 辰常間，水族甚多，獨無蝦，不知何故。甲魚有大至四五十斤，百餘斤者，極肥美，巨過於龜，而實非龜種。

武陵五月間多鰣魚，味甚美，價不甚昂，冬月鮮荀尤多，絶勝閩中。

楚中饒蟹，市兒計隻索值，巨者不過八九文，肥碩似勝我鄉。己巳九月間，寓省幾一月，日市數螯下酒，省中多用蘇釀，味薄不芳冽，云是無湖間販行者，原非蘇造也。

焦周《焦氏説楛》卷七 鮓魚如凝血，無頭目，衆蝦附之，隨其東西，可煮食。

焦周《焦氏説楛》卷六 藏鹽酒蟹，以皂莢半挺置其中，則經歲不沙。

費元禄《鼇采館清課》 蟹至秋冬之交，即泌江順流歸海。姑蘇近海爲盛，華亭三泖白蟹尤佳。吾鄉之蟹，來自新安，皆酒致之而鮮者特少。邇年以重價購之，頗得妙品，青楓白露霜薄。鴛瓦月色寒，螢剥煮堆盤。清酒一壺，對客二三，談飲於松林之間，丹膏流液，翠靄含清，雙螯共把，巨觥獨持。想緯蕭之盪浦，擬銕網之沉江。余謂是物殆兼清遠之致，譬之詞家楚騷之體也。憶宋人滿腹霜膏肥似髓，貯盤青殼大於杯。不覺失笑，因稍拈筆成詩曰：散髮青天下，雙螯手自持。金膏丹鼎液，玉骨海風吹。只合娱南客，寧忘寄島夷。一壺清醑罷，爲誦楚騷詩。魯望襲美。酬咏頗具，其於風味，去之特遠矣。

孫之騄《尚書大傳》卷二《商書·牧誓傳》 唯四月太子發上，祭于畢下。至于盟津之上，乃告於司馬、司徒、司空，諸節亢才。予無知，以先祖先父之有德之臣，左右小子。予受先公，戮力賞罰，以定厥功，明于先祖之遺。太子發渡於中流，白魚入于舟。王跪取以燎，羣公咸曰：休哉。《今文尚書》鄭玄曰：燔魚以祭，變禮也。

孫之騄《晴川蟹録》卷一《食證》 孟詵《食療本草》云：蟹雖消食，治胃氣，理經絡，然腹中有毒，中之或致死。急取大黄、紫蘇、冬瓜汁解之即差。又云：蟹目相向者不可食。又云以鹽漬之，甚有佳味，沃以苦酒，通利支節，去五臟煩悶。予謂亦不可與柿子同食，發霍瀉。

孫之騄《晴川蟹録》卷一《侈味》 《南史》：何（徇）[胤]字子季，出繼叔父曠，所更字（徇）[胤]叔。初（徇）[胤]侈於食味，前必方丈，後稍欲去，甚者猶食白魚鮚市演反脯、糖蟹，以爲非見生物。擬食蚶蠣，使門人議之。學生鍾岌曰：鮚魚就脯，驟見屈伸。蟹之將糖，躁擾彌甚。仁人用意深懷此，恒至於車螯蚶蠣

眉目內，闕漸渾沌之奇，獷殼外緘非金人之慎，不悴不榮，曾草木之不若，無馨無臭與瓦鐵，其何殊。故宜長充庖厨，永爲口實。

孫之騄《晴川蟹録》卷一《食品》　北人以蟹生析之，酤以鹽梅，筆以椒橙，鹽以手畢即可食，目爲洗手蟹。

孫之騄《晴川蟹録》卷一《食珍》　凡糟蟹用茱萸一粒置醡中，經歲不沙。

酒蟹

酒蟹，須十二月間作於酒甕間，撇清酒不得近糟，和鹽浸蟹一宿，却取出，於醡中去其糞穢，重實椒鹽，訖疊浄器中。取前所浸鹽酒，更入少新撇者，同煎一沸，以別器盛之，隔宿候冷，傾蟹中須令滿。螯蛆亦可依此法。二三月間，止用生乾煮酒。

孫之騄《晴川蟹録》卷二《含春侯》　《食譜》：藏蠏含春侯。高宗幸張府，有螃蠏釀棖、螃蠏清羹、洗手蟹、蝤蛑僉、糟蟹等物。

孫之騄《晴川後蟹録》卷一《羹蟹》　關尹子庖人羹蟹，遺一足几上，蟹已羹，而遺足尚動，是生死者一氣聚散，爾不生不死，而人横計曰生死。

孫之騄《晴川後蟹録》卷一《蟹類》　《正字通》：蟹類甚衆，其名亦殊大，而有虎豹文者曰虎蟳，行泥塗中者曰攤塗，似彭蜞可食，殼薄而小者曰蜢搏。土作丸滿百丸而潮至者曰數丸，出於海者名簞潤，殼而多黄者名蠭，其螯最鋭，斷物如芟刈焉。《嶺表録異》：紅蟹殼殷紅色，巨者可裝爲酒杯。虎蟹殼上有虎斑，可裝爲酒器，皆産瓊崖海邊，雖非珍奇，亦不易采得也。

水蟹放殼内皆鹹水，自有味，廣人取之淡煮，吸其鹹汁下酒。黄膏蟹殼内，有膏如黄酥，加以五味，和殼炕之食，亦有味。赤蟹殼内黄赤，膏如雞鴨子，黄肉白和膏，實殼中，淋以五味，蒙以細麵爲蟹饌，珍美可尚。

孫之騄《晴川後蟹録》卷一《土貢》　《唐書・地理志》：滄州土貢糖蟹、鱧鮓。江陵郡土貢白魚、糖蟹。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲・夜糟》　税瑛云：蟹以夜糟則不沙。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲・物類相感志》　井水蟹黄沙淋而清。柿煮蟹不紅。煮蟹用蜜塗之，候乾煮之則青。糟酒醬蟹，入香白芷則黄不散。喫蟹了，以蟹鬚洗手則不腥。螯與蝤蛑被蚊子叮了即死。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲・論食水族》　晴川子曰：西洋教以水族肉爲素食。夫等肉也，水陸何分。聞虎能食人矣，人還有時而食虎。弱之肉，强之食，相陵也，而後相食。龍則無人能陵之，故人罕得食龍肉。至於魚也、鱉也、螺蚌、蝦蟹也，其細已甚，人從而陵之，則群從而食之於呼。彼肉與此肉，亂離荒札之歲，人且相食耳。食人肉與食自己肉何以異，則陸生肉與水族肉又何以異哉。是以庖厨不遵五貆是翼，殷后改祝，孔釣不網，所以明仁道也。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲・人與物同》　淮海秦氏《勸善録》：生蟹投糟，欲其味入。鰱魚造膾，欲有經紋。聚炭燒蚌，環火逼羊，開腹取胎，刺喉瀝血，作計烹煎，巧意鬬釘。食之既飽，則揚揚自得，少不如意則怒罵庖者。染習成俗，見聞久慣，以爲飲食合當如此，而不以爲怪。不知貪生畏死，人與物同。愛戀親屬，人與物同。當殺戮痛苦，人與物同。深思痛念，良可驚懼。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲・南北異食》　《拙菴雜組》：東南之人食水産，西北之人食陸産。食水産者，鱉蛤螺蚌以爲珍味。食陸産者，狐兔鼠雀以爲美品。如吴人食土蚨蝑蟹鰍鱔之類，不以爲怪，與嶺南食蠙蟧蜻蜓及鼠者何異。此以五十步笑百步也。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲・海味名》　《枝山野記》：嘗得公牒列海味名，漫筆之曰：鰳魚、鮆魚、鯊魚、黄鮎、鰿魚、鱘猴、馬鮫、鰣魚、鱔魚、鮒魚、鰰魚、鮀魚、鰷魚、鮓魚、鮸魚、虎頭、蛇燕、子冠、子沙、鰻魚、鱷頭魚、鱘魚、鯽、鯊、魦頭魚、鱋魚、獅子魚、波螫魦、乎沙錦、裙襴、犁頭、沙鰦魚、鱟子魚、鱈魚、鮮魚、紅娘子、鮭魦魚、草鞵底、鰦鮎、子鰷魻、鱴蟹、蝗蟹、蟛蜞、鬼面蟹、竹蝗、毛蝗、沙笋、蝎蛸蛤、蛤蜊、土鐵强蝦、鷹爪蝦、水精蝦、蠶白蝦、紅芒蝦、蝶肚蝦、蝑蝦之子烏賊、即明脯乾蠔蜈子、斛冠子、沙蚌、鮞面水母、蛣蟧、蚵魚、鮎魚、蟋羅、香螋、羅蝘、蝑蟹、蝙蝑子、白海鰱、花蠣蜡、淡菜、鰍鬼。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲・忌食》　李石《續博物志》：蟹闘精上有孔，其中有子有泥，食之殺人。

《本草》蟹極動風，有風疾者不可食。妊婦食之，令子横生。

蟹腹中有骨者，不可食。

四時宜忌，自霜降方可食蟹，蓋中膏内有腦骨當去，勿食有毒。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲・蟹性》　李時珍曰：諸蟹性皆冷，亦無甚毒，爲蝑最良。鮮蟹和以薑醋，侑以醇酒咀黄。持螯賞風味，何毒之有。饕啫者乃頓食十許枚，兼以葷羶雜進，飲食自倍，腸胃乃傷，腹痛吐利，亦所必致，而

歸咎于蟹，蟹亦何咎哉。【略】

孫之騄《晴川續蟹録》 周櫟園《閩小紀》云：閩中海錯雖蛤不四明，蠏不秦郵，然種種咸備，使醢漬得宜，亦足匹美三吴。乃釀糟無法，腥鹹相角，土人所珍，醬醢土苗之類，尤不堪下箸也。

孫之騄《晴川續蟹録》 李日華曰：吾郡風物極佳者，汾湖紫蠏，陶莊黄雀，相湖銀絲魚，桃花里鱖時，軟殼鰕，海鹽鱅鰣，白蜆，乍浦鷓鴣，澉浦澹牛乳，平湖馬鮫嘉善，楓涇青口蜆，崇德石門子羊，超山白楊梅，四村笙竹笋，鷹窠頂松花蕈，皆他方所無。兩角而彎者爲菱，四角而芒者爲芰。吾地小青菱被水而生，味甘美，熟之可代飧飯。其花鮮白，與蘋蓼同時，正所謂芰也。春杪時，吾地入楚，屈到所嗜其即此耶。此物東不至魏塘，西不踰陡門，南不及半路，北不過平望，週遮止百里内耳。

孫之騄《晴川續蟹録》 河朔雄覇與滄棣皆邊，塘濼霜蟹，當時不論錢也。每歲諸郡公厨糟淹，分給郡僚與轉餉中隣貴人，無慮殺十萬，命余寮壻李公慎供奉侍。其季父守雄州，會客具飯，始啓一藏甕，大蟹滿中，皆已通熱可啖，而上有巨蠏，肌體爲糟漿浸漬，亦已透黄，而矍索甕面，往來不可執。衆客驚異，徐出而縱之濼中，用以戒殺者甚衆。出《春渚紀聞》

孫之騄《晴川續蟹録》 《東京夢華録》云：東華門外市井最盛，蓋禁中買賣在此。凡飲食，時新花果，魚蝦鱉蟹，鶉兔脯腊，金玉珍玩，衣着，無非天下之奇。其品味若數十分，客要一二十味，下酒隨索目下便有之。其歲時果瓜蔬茹新上市，并茄瓠之類新出，每對可直三五十斤。諸閣分爭，以貴價取之。

又云皇城東角樓街北，每日平明市，買羊頭、肚、肺、赤白腰子、妳房肚肰、鶉兔、鳩鴿、野味、螃蟹、蛤蜊之類。

州橋張家有生炒蛤蜊、炒蟹、滁蟹、洗手蟹，又有外來托賣薑蝦酒蟹。

馬行街冬月雖大風雪，陰雨亦有夜市，剥子、薑豉、抹臟、紅絲、水晶膾、煎肝臟、蛤蜊、螃蟹、胡桃、澤州餳、奇豆、鵝梨、石榴、查子、榲桲、糍糕、團子、鹽豉湯之類。

中秋節前，諸店皆賣新酒，重新結絡門面。是時螯蟹新出，石榴、榲勃、梨、棗、栗、孛、萄、弄色、橘橘，皆新上市。

是月立冬前五日，西御園進冬菜，於時車載馬馳，充塞道路，時物薑豉、剥子、紅絲、末臟、鵝梨、榲桲、蛤蜊、螃蠏。

孫之騄《晴川續蟹録》 雄州石跨白溝河，前臨易水，有魚蟹蒲葦之利。厥中秋，登樓臺，賞月華，薦蟹觀鶴。王齊《嘉會記》：翔孤鶴於高雲，薦巨蟹以新醪是也。又季秋是月也，作蟹釀菊酒甲他處。雄地乘

孫之騄《晴川續蟹録》 張子韶《心傳録》云：予平生惡殺，見活物必縱之。嘗記與高抑崇同舟入京師時，淮上多蟹，抑崇欲買食，而樊實相從，亦在舟中，且以先生戒殺爲言。抑崇不領，自買數十隻，投釜煮之，置一盎中，箕坐大嚼，又旁呼樊子同食。樊子畏避不敢，頃刻獨盡。

孫之騄《晴川續蟹録》 東坡謫居黄州，與秦太虚書曰：所居對岸，武昌山水佳絶，有蜀人王生在邑中，往往爲風濤所隔，不能即歸，則王生能爲殺雞炊黍，至數日不厭。又有姓潘者作酒店樊口，棹小舟徑至店下村，酒亦自醇釀。柑橘柹柿極多，大竿長尺餘，不減蜀中外縣。米斗二十錢，有水路可致。羊肉如北方豬牛，麋鹿如土魚蟹，不論錢。岐亭監酒胡定之戍昔萬卷隨行，喜借人看。黄州曹官數人，其家善庖饌，喜作會。太虚視此數事，吾事豈不濟矣乎。讀至此，想見掀髯一笑也。予觀東坡所言，皆真情逸興，隨寓而適。予居南安所食止有白豬大竿，土瓜酒雖佳，予素不喜飲。魚蟹絶無，庖者亦難得。予平生性又不喜游，然終日閉户倚柱著書度日。見東坡所説樂極無涯，予若在箇中，亦塊然一物耳，又不如自適其所適也，自顧怪僻，良可大笑。 仝上

孫之騄《晴川續蟹録》 天啓中，客氏喜食蟹，宫女剥蟹肉叠成花鳥游魚蝴蝶之形。沈欒城説

孫之騄《晴川續蟹録》 杭城沿街頭，盤叫賣糟羊蹄、糟蠏。又有挑擔搽盤架賣江魚、石首、鮚魚、蝑魚、鰻魚、鱗魚、鱔魚、鯽魚、白鰕魚、白蠏、河蠏、河蝦、田鷄等物。

分茶酒店、杭城食店，多是效京師人開張，亦效御厨體式，貴官家品物，如赤蟹、假炙鱉、根醋、赤蟹、白蟹、辣羹、蚌蛤簽、蚌蛤辣羹、溪蠏、奈香盒、蠏辣羹、蠏簽、糊螯、蟹根醋、洗手蠏、根釀蟹、五味酒醬蠏、酒潑蟹、

葷素食店有水晶包兒、筍肉包兒、蝦魚包兒、江魚包兒、蟹肉包兒、鵝鴨包兒，又有羊肉饅餕，太學饅餕，糖肉饅餕，筍肉饅頭，魚肉饅頭，蟹肉饅頭。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・鮓》 潤州貢

《地理志》：潤州土貢鱘魚鮓。

牡丹鮓

《清異録》：吴越有一種玲瓏牡丹鮓，以魚蕖闢成牡丹狀，既熟出盎中，微紅

如初開牡丹。

【略】

陳陶酷嗜

《江南野史》：陳陶所居不與俗接，唯酷嗜鮓，一嗢或至十臠。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・炙附膾》 化蝶

《雜俎》：進士段碩常識南孝廉者，善斫膾，縠薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷，若合節奏。因會客衒技，先起魚架之，忽暴風雨，雷震一聲，膾悉化爲蝴蝶飛去。南驚懼，遂折刀不復作。

郎官膾

《海物異名記》：江南人喜作膾，名郎官膾。

天孫膾

謝諷《食經》有天孫膾。

【略】

飛鸞膾

《食經》有飛鸞膾，又有咄嗟膾。

【略】

宋鼈造

廣陵法曹宋鼈造縷子膾，其法，用鯽魚肉鯉魚子，以碧筒或菊苗爲胎骨。

馮夢龍《古今譚槩》卷三五《非族部・蟹》 松江幹山人沈宗正，每深秋，設簖於塘，取蟹入饌。一日見二三蟹相附而起，近視之，一蟹八腕皆脫不能行，二蟹舁以過簖。

尹元煒《谿上遺聞別録》卷二 箭鰻生後海，多骨而肥，最大者僅如指，味絶佳。土人烘作腊配酒，名曰鰻結。按：《漁書》鰻小者名油筋，名粉鰻，當即是油筋也。此下四條多采摭逸

黄蛤生後海平石塗。俗名海瓜子。以其形似也。海味索隱。諸蛤皆産於海。而又有黄蛤最佳。

海鹽，生海中，魚長半寸許，性喜燈影，漁人俟夜，把火照水，則羣集而取之。此與吾鄉琴魚相類。全謝山以鹽爲悞，改作鯫。按：《本草》：鰯一名鮛，大者三四十觔。一作鰿，非小魚也。《爾雅》：鰿兒極眇，僅若鐵鈎。盈咫萬尾，一筋千頭。漁師取之，不以網收。來如陣雲，壓幾沈舟。名曰跳艇，厥義可求。又《北户録》：恩州出鵝毛艇，用鹽藏之，其細如毛，味絶美，取不用網，夜乘小艇，張燈其中，魚見燈光輒上，須臾而盈，多則滅燈，否則不能載矣。據此，則海鹽當即是鰿兒、鵝毛艇，特呼名不同耳。此物不産慈谿，以姜山所出者爲佳。

楊梅，以出慈谿金沙隩者爲最，熟時邑令餽送上官，恒百餘籠。宋史彌甯有三絶句。

尹元煒《谿上遺聞別録》卷二 【略】又《北户録》：恩州出鵝毛艇，用鹽藏之，其細如毛，味絶美。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷一《饗膳類》 《書傳正誤》：燕窩、海粉二物，俗以爲海味之素食。誤也，燕窩係銀魚之初生者，海燕銜以結窩，故曰燕窩。海粉是海魚口吐之物，以其形似粉，故曰海粉。魚去而海粉浮，土人收之，其色緑，若日曬過收之，其色黄，是二物者。一本魚質，一爲魚吐，非素物也。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷四《魚膾類》 《秕言》：《初學記》周太子發嗜鮑魚，太公望曰：鮑魚不登于俎，豈可以非禮之物進太子食哉。《北齊史》邢峙授太子經，食進邪蒿。峙曰：菜有不正之名，非殿下宜食，祖此意也，然鮑魚之事亦有可疑。《周禮》獻漁同又音御。人辨魚物爲鱻鮮同薨，音考以供王膳羞。薨，乾魚也。全者爲鮑魚，析者爲鱐，皆乾魚也。内饗掌共羞脩刑膴胖骨鱐，以待共膳。則鱐是王后太子所食也。邊人朝事之籩，其實麷蕡，白黑形鹽，膴鮑魚鱐。鄭司農云：朝事謂清朝未食，先進寒具口食之籩。鄭玄云：朝事謂祭宗廟血牲之事。若從先鄭，則鮑魚正王后及世子所食。若從後鄭，則豈有可以薦宗廟，而不可以進王后及世子者哉。《家語》：孔子曰：與不善人居，如入鮑魚之肆，久而不聞其臭。《史記》秦始皇崩，以鮑魚亂其臭。此言鮑魚之敗者耳。《釋名》云：鮑魚，鮑腐也。乃直以鮑魚爲臭腐。然作鮑魚之法，於糗室中燥乾之，正欲使不臭耳。若必以鮑魚爲臭，則周公必不加籩，武王必不嗜食。《初學記》所云恐不實也。

《雋言》：兩粤傳桂蠹一器。應劭曰：桂樹中蝎蟲也。蘇林曰：漢舊常以獻陵廟，截以赤縠小車。師古曰：此蟲食桂，故味辛，而漬之以蜜食之也。

《癸辛雜識》余讀杜詩：偏勸腹腴愧年少。喜其知味。東坡詩亦云：更洗河豚烹腹腴。黄詩亦云：故園溪友膾腹腴。又云：飛雪堆盤膾腹腴。按：《禮記・少儀》云：羞濡魚者，進尾冬右腴。注云：腴，腹下也。《周禮疏》：燕人膾

魚方寸，切其腴以啗。所貴引以證膽，膽亦腹腴。前漢九州膏腴。師古注云：腹下肥曰腴。《涪翁雜說》腴，腹下肥處也。

《暖姝由筆》：《松漠記聞》云：殺雞炙股烹蒲。音蒲，脾肉也，今亦云，然蓋胸下之白肉也。

《輟耕録》：《江鄰幾雜志》云：丁正臣齎玉腴來館中，沈休文云：福州人謂之佩羹。即今魚脬是也。

【略】

《吳興掌故》：秋深時，湖上人作裹鮓，小魚加香料、米粉，荷葉包裹，熱過可食，名荷葉鮓。唐人李頎《漁父詞》：綠水飯香稻，青荷包紫鱗。正謂此也。

破額山人《夜航船》卷一《黃白二物湯》 醫之爲言意也，以我之意，意病之意，無不如意中肯。予今年前四月，自郡歸江。天氣驟熱，狂飲涼酒，開牕睡卧，撤去床褥。半夜覺寒氣襲人，遂發咳不止，服辛散藥罔效，氣喘喘，聲匡匡，入夜愈甚。再投起脾滾痰諸丸散，仍如故。親友來問，大半岐黃，議論鼎沸，或曰寒客肺，宜麻黃表散，或曰真陰虧損，宜燕窩蛤清宜薑桂，或曰熱宜連芩，或曰寒熱補。舉家惶惑，予亦無可奈何。直至五月初旬，方殲殪假寐。忽有真人飄然而至，撫予背曰：是可醫也，黃白二物湯。予恍然醒悟，人到中年，陰衰陽熾，土不能護金，水不能制火，故不得愈。黃白二物湯。鱔魚黃色最補脾，脾補而肺火自熄。豬肺色白最補肺，肺補而腎水自滋。現屈秧田放水，甕頭黃帽，昂首得時，買以付厨，并豬肺洗淨同煲之。火候既到，鮮腴芬美，自然悦口，而咳病如脱。黃白之益人，豈淺鮮哉。秋岑兄曰：倘有省儉不食葷腥者，奈何。予曰：省儉，惜費也，不食葷腥，茹素也。二者而求黃白，則竟以大小便代之，不必更求人中黃人中白也。

胡世安《異魚圖贊闡集》 鱠楯，鱠之大者，狀楯得名。脯同嚼蠟，市肆攸輕。

鱠楯魚，形同竹葉，綴名貼沙。其身貼伏沙上，象形也。鱗極細，肉嫩無刺，有脯而出于枯魚之肆，人厭其肉老無味，空負大名耳。

箬魚狀似竹葉，閩鄉名貼沙，以其身貼伏沙上，象形也。鱗極細，肉嫩無刺，臨安江口時有之。潮中有一種赤黑，謂之幼，鹽曬乾脯，輕薄超雋，下酒不可無此君。○比目亦有箬名。

宋祁《益州方物畧》云：鮽魚出蜀江，背鱗黑而膚理似玉，蜀人以爲膾味美。

石鼈魚，鱖鱗幺質，本不登俎。以味見録，雖細猶捕。原贊

《方物畧》云：石鼈魚似鮎魤而小，上春時出自石間，庖人取爲奇味。

蜬，漳海泥蜬，生繁質小。種異蚶田，霜候枯槁。

《漁書》：泥蜬似蚌而小，惟漳浦詔安海中産焉，不種而生，采之不竭，大不興陽道。

鮽魚，比鯽則大，膚縷玉瑩，以膾諸庖，無異爲永。原贊

盈寸，鮮作湯佳。七八月間，爲盛霜降則枯矣。曬肉爲米，可藏久。用鹽連殼醃之，可致遠。

沙蠶、土穿，沙蠶類蚓，味甘登俎。別種土穿，汁凝盛暑。

《漁書》：沙蠶一名鳳腸，似蚯蚓而大，生于海沙中。首尾無別，穴地而處，發房飲霜，未嘗外見。取者惟認其穴，荷插捕之。鮮食味甘，脯而中俎。又一種名土穿，生海泥中，比沙蠶畧大，其尾小。六月煮之，堅如凍，漳浦、雲霄多有之。

《蠡史》曰：沙蠶無筋骨之强，爪牙之利，穴沙吸露，尚不免見食于人者，以味美也。近聞捕蟬食者廉而受殃口腹，何厭之有？土穿，六月汁可成凍，以視越中尊菜，四五月葉下有霜，皆造物之至奇，不隨俗炎凉者也。

胡世安《異魚圖贊補》卷上　鰳魚

鰳魚肖鯉，産淺海，滴非鱘非鰉，音岩。混系首匾身圓骨軟肉細，大者號鰤子，味靡儷。

【略】

李時珍云：生東海，狀如青魚，長者尺餘，其子滿腹，有黄脂味美，獺喜食之。吴越人以爲佳品，醃作鮓脂。

青脊魚

青脊非鯽而有鯽名，身扁鱗白，腴美可鮨。清明改候，腦内蝨生，肉瘦味減，不中炰烹。

海味索隱青鯽歌探茅積得元鯽，顔如漆味如腊，袁白石防中咽啖，蟠桃吐崑，核北五葷，是雞肋中間，棄之殊可惜。屠本畯云：青脊魚身扁而鱗色俱白，以背上一條青脊得名，非青鯽魚也。其膏腴甚美，出秦化縣，士庶咸珍之，在俱魚之上。【略】

香魚

雁珍維五，香魚殿供。豐美拔萃，五斗曷庸。月增一寸，自春徂冬。

《雨航雜録》：雁山五珍，謂龍湫茶、觀音竹、金星草、山樂官、香魚也。士人朱太守素無宦情，嘗曰：豈以五斗易五珍，香魚鱗細不腥，春初生月長一寸，至冬月長盈尺，則赴朝際生子。生已輒稿，惟雁山溪澗有之，他無有也，一名記月魚。

油魚

河首石穴，油魚所裔。三寸而修，豈魟之灑。肥以中秋，炙食腴毳。

油魚在雲南鄧川州南，上有珥池，又五里爲油魚穴，魚長僅二三寸，中秋則肥，孟冬則絶。《沮水記》云：河首關有石穴，八九月産油魚甚肥，人謂水鹹則然。油魚視魟魚更小，而肥美過之，炙則腴毳。

黄鰤魚

黄鰤小魚，身扁鱗白。潤不踰寸，長不近尺。可充鮓葅，宜于炰炙。黄姑黄骨，呼訛南北。

《本草》：黄鰤魚生江湖中，小魚也。狀似白魚，而頭尾不昂，扁身細鱗，白色。潤不踰寸，長不近尺，可作鮓葅，煎炙甚美。按：魚腸肥曰鰤，此魚長腹多脂，魚人煉取黄油，然燈甚腥，南人訛呼黄姑魚，北人訛呼黄骨魚。

胡世安《異魚圖贊補》卷下　百足蟹

善宛貢蟹，百足四螯。煑殼成膏，勝鳳喙膠。

《述異記》善宛國貢一蟹，長九尺，有百足四螯，囚名百足蟹。煑其殼謂之螯膠，勝于鳳喙膠。並見《雜俎》

蠘

行氣趺毒，莫佳于蠘。肉殼多黄，螯最利銛。

【略】蠘，《漁書》作蠘，云海蠘，蟹屬，甲廣，兩角尖利，螯長數寸，無毛，端有兩牙如剪刀，遇物截之即斷，故名螯。有花文，生時色緑，熟則變紅。殼有白花如綸，肉白膏赤，味不下于蟹。解甲虚實，亦與蟹同名。有數種，各以類聚。漁人網取，輒盈車舟。五六月間，鄉人空手入水探之，隨取隨得，作醢爲佳。螯則另聚而鬻之，以爲上羞，作脯亦佳。有冬蠘、花蠘、黄蠘、青脚蠘、三目蠘、四目蠘，四時皆有，形多相似，惟文色差别時候不同耳。大者盈尺，小者不下二三寸，臍下之子宜膾。

蝦

蝦代蛇睡，亦兆兵歲。須可杖簾，尤繁欵系。

【略】《漁書》云：龍蝦一名蝦魁，其首如龍，有刺如蟹，而大眉上起二角，暨長數尺，兩旁共十脚，脚末有爪，爪上有毛徑寸，黄金色，負介昂藏，體似小龍，大可二三斤。色緑碧，炊熟硃紅，暨紅白相間，味絶甘美，鮮食尤佳。出閩之元鐘、銅山間。海蝦名最多，黄蝦兩尾相插成對，有金鈎、斑節、沙蝦、劍青尾之類，又有蝦姑、蝦侯各種，雖不中俎，皆蝦族也。溪澗中亦有多産，其大者産婦食之有乳，鄉人呼爲狗蝦。

公，公廬陵人也，對曰：金柑玉版笋，銀杏水晶葱。上吟賞。又問一侍從，忘其名，湖人也，對曰：螺頭新婦臂，龜脚老婆牙。四者皆海鮮也。上爲之一笑。張景，公安人，仁宗召見，問曰：卿江陵有何勝？曰：兩岸緑楊遮虎渡，一灣芳草護龍洲。又問所食何物？曰：新粟米炊魚子飯，嫩冬瓜煮鱉裙羹。

周亮工《閩小紀》卷上《燕窩》 燕窩菜，竟不別是何物，漳海邊已有之，蓋海燕所築，啣之飛渡海中，硼力倦則擲置海而浮之，若杯身坐其中，久之復啣以飛，多爲海風吹泊山澳，海人得之，以貨大奇大奇。又見《瓦釜漫記》。余在漳南，詢之海上人，皆云燕啣小魚，粘之于石，久而成窩。據前言，則當名爲燕舟，據海上人言，亦可名爲燕室矣。有烏白紅三色，烏色品最下，紅色最難得，白色能愈痰疾，紅色有益小兒痘疹，南人但呼曰燕窩，北人加以菜字。

周亮工《閩小紀》卷上《土笋》 予在閩，常食土笋凍，味甚鮮異，但聞其生於海濱，形類蚯蚓，終不識作何狀。後閱《寧波誌》，沙噀，塊然一物，如牛馬腸臟頭長可五六寸許，胖軟如水蟲，無首無目無皮骨，但能蠕動，觸之則縮小如桃栗，徐復臃腫。去涎腥，雜五辣煑之，脆美爲上味，乃知余所食者，即沙噀也，閩人誤呼爲笋云。予姻有肥而無骨者，予以沙噀呼之。衆初不解，後覩者咸爲匿笑。沙噀性大寒，多食能令人暴下，謝在杭作泥笋，樂清人呼爲沙蒜。

陳鑑《江南魚鮮品》 江南，水國也，魚爲夥，亦爲珍。自鰣魚刀鯚外，有鯉青黑色，鱗間金光隱閃，大者貴。有鯶似鯉而身狹長，鱗小而稍黑。有青魚，類鯶而鱗微細。有鱸魚，巨口細鱗，味甚腴，長至二三尺者。又有菜花小鱸，僅長四寸，而四鰓，産松江，蘇子所謂松江之鱸也。有鱖魚，身有玳瑁黑班，鬣利如錐，肉緊而無刺，類蟹螯，張志和所謂桃花流水鱖魚肥也。有白魚，身窄而長，鱗細白，肉甚美而不韌，杜少陵所謂白白江魚入饌來也。有鯸魚，頭甚小，身横，視之圓如盤，而側甚薄，腴在其腹。有火筒魚，亦曰鰶，脊多腴。有鱔魚，身圓如竹，頭尖而喙長，亦類火筒，善啗諸魚而品下。有鱘鼻，即鱘鰉，身甚大，鼻長與身等，口隱其下，身骨脆美，肉黄白間之，爲鮮良，其鰓曰玉梭衣。有鱧魚，身似鯉而色純黑，頭有七星，俗曰烏魚，吾粤名斑魚。其性耐久，埋土中數月不死，得水復活，而骨有肉，至三四十年，則面肉出角，足能上地行走，鬣皆成刺，身長三四尺，溧陽有之，名之曰彈。有鮰魚即鮪也，頭扁而口哆，潤身，黄白黑錯，以尾運掉，身此魚至秋爲美，俗曰菊花鮰。有鮎，頭扁而口哆，潤身，黄白黑錯，以尾運掉，身

寄居

鸚鵡外遊，有蟲寄居。益顔美志，火炙出逋。味蝦形蟹，以匹鱘魚。

【略】王敬美《閩部疏》：前人于海味最重鱘魚及寄生鱘魚，即浙之望潮也，形雖不雅，而味美于烏賊。寄生最奇，海上枯羸，殼存者，寄生其中，藏之而行。形味似蝦，細視之有四足兩螯，又似蟹類，得之者不煩剔取，曳之即出，以肉不附也。炒食之，味亦脆美，天地何所不有。

蜦蜳

蜦蜳似蛤，薄橢毛殼，名所從，旌有前無。

《雨航雜録》蜦蜳似小蛤而長，匾殼有毛，是物行有前無却，故名。○宋奭云：順安軍介河中亦有之，與馬刀相似，肉頗冷，人以作鮓食，不堪致遠。

蠯

蠯生海泥，可以田種，或配淡菜，細膩是供，氣味甘温，補虚導壅。

【略】《漁書》：蠯，蛤屬，而大小不同，殼薄而長，肉中有譽，有長鼻，宜鮮食，亦可爲脯。有名竹蠯者，長一二寸，如小竹管，大者廣一二寸，長十之，生深海中。有名邱望者，以地名。二三月間最肥，味淡而爽，與蛤相伯仲。《嘉祐本艸》：蠯補虚，煑食去胸中邪熱煩悶，飯後食之，與服丹石，人相宜，治産後虚損。

沙噀

蝡蝡頑質，縮如桃栗。沙噀沙蒜，名殊物一。去涎糅卒，味美無匹。

《雨航雜録》：沙噀塊然一物，如牛馬腸臟頭，長五六寸，無目無皮骨，但能蝡動，觸之則縮小如桃栗，徐復擁腫。土人以沙盆糅去其涎腥，雜五辣煑之，脆美爲上味，樂清人名沙蒜。

方以智《通雅》卷三九《飲食》 鮓即鮓。魚鮓曰藏魚。蟹醢曰蟹胥。《爾雅》鮨音者，乃鮓字也。《説文》：鮓，藏魚也。周禮庖人注曰：若荆州之鮓魚，青州之蟹胥。《説文》：胥，蟹醢也。裸俎有蟹蝑。

周亮工《閩小紀》卷上《海錯》 閩中海錯，雖蛤不四明，蟹不秦郵，然種種咸備，使醞漬得宜，亦足匹美三吴。乃釀糟無法，腥鹹相角，土人所珍羞醬土苗之類，尤不堪下箸也。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 淮南人藏鹽酒蟹，以皂莢半挺置其中，則可經歲不沙。周益公、洪容齋，嘗侍壽皇宴。因談肴核，上問容齋鄉里所産。容齋，鄱陽人也，對曰：沙地馬蹄鱉，雪天牛尾狸。又問益公，公廬陵人也，對曰：金柑玉版笋，銀杏水晶葱。上吟賞。又問一侍從，忘其名，湖人也，對曰：螺頭新婦臂，龜脚老婆牙。四者皆海鮮也。上爲之一笑。張景，公安人，仁宗召見，問曰：卿江陵有何勝？曰：兩岸緑楊遮虎渡，一灣芳草護龍洲。又問所食何物？曰：新粟米炊魚子飯，嫩冬瓜煮鱉裙羹。

周亮工《閩小紀》卷上《燕窩》 燕窩菜，竟不別是何物，漳海邊已有之，蓋海燕所築，啣之飛渡海中，硼力倦則擲置海而浮之，若杯身坐其中，久之復啣以飛，多爲海風吹泊山澳，海人得之，以貨大奇大奇。又見《瓦釜漫記》。余在漳南，詢之海上人，皆云燕啣小魚，粘之于石，久而成窩。據前言，則當名爲燕舟，據海上人言，亦可名爲燕室矣。有烏白紅三色，烏色品最下，紅色最難得，白色能愈痰疾，紅色有益小兒痘疹，南人但呼曰燕窩，北人加以菜字。

周亮工《閩小紀》卷上《土笋》 予在閩，常食土笋凍，味甚鮮異，但聞其生於海濱，形類蚯蚓，終不識作何狀。後閱《寧波誌》，沙噀，塊然一物，如牛馬腸臟頭長可五六寸許，胖軟如水蟲，無首無目無皮骨，但能蠕動，觸之則縮小如桃栗，徐復臃腫。去涎腥，雜五辣煑之，脆美爲上味，乃知余所食者，即沙噀也，閩人誤呼爲笋云。予姻有肥而無骨者，予以沙噀呼之。衆初不解，後覩者咸爲匿笑。沙噀性大寒，多食能令人暴下，謝在杭作泥笋，樂清人呼爲沙蒜。

陳鑑《江南魚鮮品》 江南，水國也，魚爲夥，亦爲珍。自鰣魚刀鯚外，有鯉青黑色，鱗間金光隱閃，大者貴。有鯶似鯉而身狹長，鱗小而稍黑。有青魚，類鯶而鱗微細。有鱸魚，巨口細鱗，味甚腴，長至二三尺者。又有菜花小鱸，僅長四寸，而四鰓，産松江，蘇子所謂松江之鱸也。有鱖魚，身有玳瑁黑班，鬣利如錐，肉緊而無刺，類蟹螯，張志和所謂桃花流水鱖魚肥也。有白魚，身窄而長，鱗細白，肉甚美而不韌，杜少陵所謂白白江魚入饌來也。有鯸魚，頭甚小，身横，視之圓如盤，而側甚薄，腴在其腹。有火筒魚，亦曰鰶，脊多腴。有鱔魚，身圓如竹，頭尖而喙長，亦類火筒，善啗諸魚而品下。有鱘鼻，即鱘鰉，身甚大，鼻長與身等，口隱其下，身骨脆美，肉黄白間之，爲鮓良，其鰓曰玉梭衣。有鱧魚，身似鯉而色純黑，頭有七星，俗曰烏魚，吾粤名斑魚。其性耐久，埋土中數月不死，得水復活，而骨有肉，至三四十年，則面肉出角，足能上地行走，鬣皆成刺，身長三四尺，溧陽有之，名之曰彈。有鮰魚即鮪也，頭扁而口哆，潤身，黄白黑錯，以尾運掉，身此魚至秋爲美，俗曰菊花鮰。有鮎，頭扁而口哆，潤身，黄白黑錯，以尾運掉，身

多涎。有玉筋魚，絮白如玉筋，産虎丘溪中，無骨刺，味甚鮮。有鯽魚，水中自産，爲野魚，唯金陵後湖者良。有盈觔者，其性屬土，亦曰土魚，身微類鯿，多子，鱗細，肉膩，江南人家塘池中多種之，曰此家魚也。有青白二種，青者似鯉，味次于白。有麪條魚，身白而長，不踰數寸，銀魚之大者也。其小時曰白小，亦曰銀毛，白小見杜詩。又有黄鱓，俗作鱔，白鱔鱵、河豘，皆以魚名。其形或似蛇，或似蝦蟇，別爲一族。河豘余別有記。鯊魚即黄魚，淹者曰鯊，出四明者佳。全二何贈余鯊魚箋，亦別載。

周亮工《書影》卷四　鯸魚出膠州，音撲，今皆呼鮑。膠人言：鯸生海水中亂石上，一面附石。取者必泅水持鐵鏟，入鏟驟觸，鯸不及覺，則可得。一再觸則粘石上，雖星碎其殼亦膠結不脱，故海錯惟此種最難取。光武時，張步據青徐，遣使詣闕獻鯸魚。後漢吴良爲郡吏，不阿太守賜良鯸魚百枚。南齊時，有遺褚彦回三十枚者，每枚值數十錢。宋時淮治北屬，江南無復能得，或有間關至者，一枚亦值錢千錢，當時重之如此。予在濰匡九畹以鮮鯸來，就火上炙啜，鮮美異常。人言閩亦有鯸魚，余在閩曾未一見，惟香螺肉酷似鮮鯸，而香與脆又過之，但乾腊不堪與鯸爲奴耳。鯊字從養字之半，相傳最養人。浙僧以佛經中有南海有魚其名石首，比丘有疾食肉四兩語，恣噉之。林鐵崖云：粤中僧以蜆蛤無血，食與蔬菜等。工部風俗當園蔬，不獨爲白小詠矣，然皆無賴掛褡所爲，稍持戒律者，即委頓不至，藉經言以爲口實也。

張岱《陶菴夢憶》卷八《蟹會》　食品不加鹽醋而五味全者，爲蚶，爲河蟹。河蟹至十月與稻粱俱肥，殼如盤大，墳起而紫。螯巨如拳，小脚肉出油，油如蝹蓋，掀其殼，膏膩堆積，如玉脂珀屑團結，不散甘腴，雖八珍不及。一到十月，余與友人兄弟輩立蟹會，期於午後至煮蟹食之，人六隻，恐冷腥迭番煮之，從以肥臘鴨牛乳酪，醉蚶如琥珀，以鴨汁煮白菜如玉版。果蓏以謝橘，以風栗，以風菱，飲以玉壺冰，蔬以兵坑笋，飯以新餘杭白，漱以蘭雪茶。蹂今思之，真如天厨仙供，酒醉飯飽，慚愧慚愧。

純生氏曰：昔有嗜蟹者曰：願來世蟹亦不生，我亦不食。一僧精禪理，尤好嗜蟹。蟹投百沸作郭索狀，觸釜錚錚有聲。僧頻而祝曰：汝莫心焦，待汝一背紅便不痛楚也。

李漁《閒情偶寄》卷一二《飲饌部・肉食第三》　魚

魚藏水底，各自爲天，自謂與世無求，可保戈矛之不及矣。烏知網罟之奏功，較弓矢置罘爲更捷，無事竭澤而漁，自有吞舟不漏之法。然魚與禽獸之生死，同是一命，覺魚之供人刀俎，似較他物爲稍宜。何也，水族雖渴而易繁，胎生卵生之物，少則一母數子，多亦數十子而止矣。魚之爲種也似粟，千斯倉而萬斯箱，皆于一腹焉寄之。苟無沙汰之人，則此千斯倉而萬斯箱者，生生不已，又變而爲恒河沙數。至恒河沙數之一變再變，以至千百變，竟無一物可以喻之，不幾充塞江河而爲陸地，舟楫之往來，能無恙乎。故漁人之取魚蝦，與樵人之伐草木，皆取所當取，伐所不得不伐者也。我輩食魚蝦之罪，較食他物爲稍輕，兹爲約法數章，雖難比乎祥刑，亦稍差于酷吏。

食魚者首重在鮮，次則及肥，肥而且鮮，魚之能事畢矣。然二美雖兼，又有所重在一者，如鱘、如鱣、如鯉、如鯽、如鱸，皆以鮮勝者也。鮮宜清煮作湯，如鯿、如白、如鯖、如鱸，皆以肥勝者也。肥宜厚烹作膾。烹煮之法，全在火候得宜。先期而食者肉生，生則不鬆。過期而食者肉死，死則無味。遲客之家，他饌或可先設以待，魚則必須活養，候客至旋烹。魚之至味在鮮，而鮮之至味，又只在初熟離釜之片刻。若先烹以待，是使魚之至美，發洩于空虚無人之境。待客至而再經火氣，猶冷飯之復炊，殘酒之再熱，有其形而無其質矣。煮魚之水忌多，僅足伴魚而止，水多一口，則魚淡一分。司厨婢子所利在湯，常有增而復增，以致鮮味減而又減者，志在厚客，不能不薄待庖人耳。更有製魚良法，能使鮮肥迸出，不失天真，遲速咸宜，不虞火候者，則莫妙于蒸，置之甑内，入陳酒醬油各數盞，覆以瓜薑及蕈笋諸鮮物，緊火蒸之極熟，此則隨時早暮，供客咸宜，以鮮味盡在魚中，並無一物能侵，亦無一氣可滅，真上着也。

鰕

笋爲蔬食之必需，鰕爲葷食之必需，皆猶甘草之予藥也。善治葷食者，以焯鰕之湯和入諸品，則物物皆鮮，亦猶笋湯之利于群蔬，笋可孤行，亦可並用。鰕則不能自主，必借他物爲君，若以煮熟之鰕，單盛一簋，非特華筵必無是事，亦旦令食者索然。惟醉者糟者可供匕箸，是鰕也者因人成事之物，然又必不可無之物也。治國若烹小鮮，此小鮮之有裨于國者。

鱉

新栗米炊魚子飯，嫩蘆笋煮鱉裙羹，林居之人，述此以鳴得意，其味之鮮美可知矣。予性于水族無一不嗜，獨與鱉不相能，食多則覺口燥，殊不可解。一日隣人網得巨鱉，召衆食之，死者接踵，染指其汁者，亦病數月始痊。予以不喜食

此，得免于召，遂得免于死，豈性之所在，即命之所在耶。予一生徼倖之事，難更僕數。乙未居武林，隣家失火，三面皆焚而予居無恙。巳卯之夏，遇大盜于虎爪山，賄以重資者得免，不則立斃。予囊無一錢，自分必死，延頸受誅而盜不殺。至于甲申乙酉之變，予雖避兵山中，然亦有時入郭。其至幸者，纔徙家而家焚，甫出城而城陷，其出生于死，皆在斯須倏忽之間。噫，予何修而得此于天哉，報施無地，有强爲善而已矣。

蟹

予于飲食之美，無一物不能言之，且無一物不窮其想像，竭其幽渺而言之。獨于蟹螯一物，心能嗜之，口能甘之，無論終身一日，皆不能忘之，至其可嗜可甘，與不可忘之故，則絶口不能形容之。此一事一物也者，在我則爲飲食中之癡情，在彼則爲天地間之怪物矣。予嗜此一生，每歲于蟹之未出時，即儲錢以待。因家人笑予以蟹爲命，即自呼其錢爲買命錢。自初出之日始，至告竣之日止，未嘗虚負一夕，缺陷一時。同人知予癖蟹，招者餉者，皆于此日，予因呼九月十月爲蟹秋。慮其易盡而難繼，又命家人滌甕釀酒，以備糟之醉之之用。糟名蟹糟，酒名蟹釀，甕名蟹甓。向有一婢勤于事蟹，即易其名爲蟹奴，今亡之矣。蟹乎蟹乎，汝與吾之一生，殆相終始者乎。所不能爲汝生色者，未嘗于有螃蠏無監州處作郡，出俸錢以供大嚼，僅以慳囊易汝，即使日購百匡，除供客外，與五十口家人分食，然則入予腹者，有幾何哉。蟹乎蟹乎，吾終有媿于汝矣。

蟹之爲物至美，而其味壞于食之之人。以之爲美者，鮮則鮮矣，而蟹之美質何在。以之爲膾者，腻則腻矣，而蟹之真味不存。更可厭者，斷爲兩截，和以油鹽豆粉而煎之，使蟹之色、蟹之香，與蟹之真味全失，此皆似嫉蟹之多味，忌蟹之美觀，而多方蹂躪，使之洩氣而變形者也。世間好物，利在孤行，蟹之鮮而肥，甘而腻，白似玉而黄似金，已造色香味三者之至極，更無一物可以上之和以他味者，猶之以爛火助日，掬水益河，糞其有裨也，不亦難乎。凡食蟹者只合全其體蒸而熟之，貯以冰盤，列之几上，聽客自取自食，剖一匡，食一匡，斷一螯，食一螯，則氣與味纖毫不漏。出于蟹之軀殼者，即入于人之口腹，飲食之三昧，再有深入于此者哉。凡治他具，皆可人任其勞，我享其逸，獨蟹與瓜子菱角三種，必須自任其勞，旋剥旋食則有味。人剥而我食之，不特味同嚼蠟，且似不成其爲蟹與瓜子菱角，而別是一物者。此與好香必須自焚，好茶必須自斟，童僕雖多，不能任其力者，同出一理。講飲食清供之道者，皆不可不知也。

譙上客者，勢難全體，不得已而羹之，亦不當。和以他物，惟以煲鷄鵝之汁爲湯，去其油膩可也。

甕中取醉蟹，最忌用燈，燈光一照，則滿甕俱沙，此人人知忌者也。有法處之，則可任照不忌。初醉之時，不論晝夜，俱點油燈一盞，照之入甕，則與燈光相習，不相忌而相能，任憑照取，永無變沙之患矣。此法都門有用之者。

零星水族

予擔簦二十年，履蹟幾遍天下，四海歷其三，三江五湖則俱未嘗遺一。惟九河未能環繞，以其迂僻者多，不盡在舟車可抵之境也。歷水既多，則水族之經食者，自必不少，因知天下萬物之繁，未有繁于水族者。載籍所列諸魚名，不過十之六七耳，常有奇形異狀，味亦不群，漁人竟日取之，士人終年食之。諮詢其名，皆不知爲何物者。無論其他，即吴門京口諸地，所産水族之中，有一種似魚非魚，狀類河鮀而極小者，俗名斑子魚，味之甘美，幾同乳酪，又柔滑無骨，真至味也，而本草食物諸書皆所不載，近地且然，況寥廓而迂僻者乎。海錯之至美，人所艷羨而不得食者，爲閩之西施舌、江瑶柱二種。西施舌予既食之，獨江瑶柱未獲一嘗，爲入閩恨事。所謂西施舌者，狀其形也，白而潔，光而滑，入口咂之，儼然美婦之舌，但少朱唇皓齒，牽制其根，使之不留而即下耳，此所謂狀其形也。若論鮮味，則海錯中儘有過之者，未甚奇特，朶頤此味之人，但索美舌而咂之，即當屠門大嚼矣。其不甚著名而有異味者，則北海之鮮鰳，味並鰣魚，其腹中有肋，甘美絶倫，世人以在鱘鰉腹中者爲西施乳，若與此肋較短長，恐又有東家西家之别耳。

河鮀爲江南最尚之物，予亦食而甘之，但詢其烹飪之法，則所需之作料甚繁，合而計之，不下十餘種，且又不可缺一，缺一則腥而寡味。然則河鮀無奇，乃假衆美成奇者也，有如許調和之料，施之他物，何一不可擅長，奚必假殺人之物以示異乎。食之可，不食亦可，若江南之鱔，則爲春饌中妙物，食鱘魚及鱘鰉有厭時，鱔則愈嚼愈甘，至果腹而猶不能釋手者也。

褚家軒《堅瓠二集》卷二《圓膏尖螯》

《山家清供》：蟹生于江者黄而腥，生于湖者紺而馨，生于漢者蒼而清。又曰：圓臍膏，尖臍螯。秋風高，圓者豪。請舉手，不必刀。羹以蒿，尤可饗。因舉山谷詩曰：一腹金相玉質，兩螯明月秋江。所謂詩中之騷也。

褚家軒《堅瓠二集》卷二《内黄侯》 内黄侯，蟹也。詩人玉屑載曾文清謝路

憲送蟹詩：從來歎賞內黃侯，風味尊前第一流。只合蹣跚付湯鼎，不須辛苦上糟丘。《清異録》：蟹曰含黃伯。

吴景旭《歷代詩話》卷一七丙集中之中《水物》 郭璞《江賦》：玉珧海月，土肉石華。

吴旦生曰《海物異記》云：江瑶柱厥甲，美如瑶玉。玉音裕三字一句三句一韻。肉柱膚寸，名江瑶柱。《侯鯖録》引此語，謂瑶當作珧，世人不用此珧字，是未知耳。今按：此珧字，乃自《江賦》中來也。張樞言云四明海物，江瑶柱第一。王荆公曰：瑶字當作珧，如蛤蜊之類，即韓文公所謂馬甲柱也。蘇東坡謂魯直詩文如蝤蛑江珧柱。又言荔枝可比江珧柱。皆作此珧字。陸放翁云：明州有二種，大者江瑶，小者沙瑶。然沙瑶可種，逾年則成江瑶矣。王弇州云：奉化四月間，南風乍起，江瑶每一再上，可得三四百枚，或連歲不上，如蚌而稍大，中肉腥而肥，不中口，僅四肉牙佳耳。長可寸許圓半之，白如珂雪，以嫩雞汁熱過之，一沸即起，稍久則味盡矣。甘鮮脆美，不可名狀，此所謂柱也。

吴景旭《歷代詩話》卷五六辛集上之中《河豚》 《毅父雜録》曰：永叔稱聖俞河豚詩：春洲生荻芽，春岸飛楊花。河豚於此時，貴不數魚蝦。意謂河豚食柳絮而肥。聖俞破題兩句便説盡河豚好處，乃永叔褒譽之詞。其實不爾，此魚盛於二月，至柳絮時魚已過矣。《石林詩話》曰，浙人食河豚於上元前，方出時一尾直千錢，二月後一尾繞百錢，柳絮時已不食，謂之班子，而江西人方得食。蓋河豚出於海，初與潮俱上，至春深，其類稍流入於江。歐公，吉州人，所知者，江西事也。

吴旦生曰：至今蘇俗以上元前爲貴，後此則直漸減，此風尚固然要不可執，是以言詩也。《倦遊録》云：柳花飛，此魚大肥，江淮人更相贈遺腐，其肉雜蔓荻芽瀹而爲羹，則是江淮間豈盡效江西耶。韓致堯詩：柳絮覆溪魚正肥。則凡魚食楊花即肥，亦不止河豚矣。如東坡詩：竹外桃花三兩枝，春江水暖鴨先知。蔞蒿滿地蘆芽短，正時河豚欲上時。《漁隱叢話》又謂此二月景致，是時河豚已盛矣。欲上之語，似爲未穩，不知此題小景，詩乃作景語耳。是上水之上，非初上之上。

吴景旭《歷代詩話》卷五八辛集中之上《鱖魚》 東坡詩：知有江南風物否，桃花流水鱖魚肥。

吴旦生曰：東坡涉筆游戲，往往以前人成句點竄一二字，足成己意。如此句之襲玄真子是也。鱖音桂。注云：形狹薄而長鬚，一名刀魚，太湖中饒有之。因按《山海經》云：浮玉山北望巨區，苕水出於其陰，其中多鱖魚。《爾雅》注鱖呼爲劍魚。《異魚圖贊》云：胡蝶所化，列鬢長須。梅聖俞詩：絮媛鱖魚繁。陸放翁詩：蓴菜鱖魚初滿市，莫將羊酪敵南烹。楊廉夫詩：柱宿雞籠山頂鶴，斗量鱖網壩頭魚。

吴景旭《歷代詩話》卷六八壬後集中之上《槎頭》 張伯雨詩：槎頭釣魚秋雨足。

吴旦生曰：《襄陽耆舊傳》峴山下漢水中出鰂魚，味極肥美，常禁人採捕以槎斷水，因謂之槎頭鰂。宋張敬兒爲刺史，作六櫓船置獻齊高帝，曰奉槎頭縮項鰂一千八百頭。唐孟浩然詩：試垂竹竿釣，果得槎頭鰂。又云鳥泊隨陽雁，魚藏縮項鰂。故杜子美詩：復憶襄陽孟浩然，清詩句句盡堪傳。即今耆舊無新語，謾釣槎頭縮項鰂。黄山谷《題浩然畫像》詩》先生一往今幾秋，後來誰復釣槎頭。

《鶴林玉露》云《周禮》庖人共祭祀之好羞。鄭康成注云：好羞，謂四時所謂膳食，若荆州之鱣魚，揚州之蠬胥。陸德明《音釋》云蠬醬也，則是鱣魚，或即槎頭魚，字作鱣耶。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 金鑒玉膾

號爲金鑒玉膾。隋時吴郡獻松江鱠、煬帝曰：所謂金鑒玉鱠，東南佳味也。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 魚菜

《賓退録》風俗，居喪不飲酒食肉，惟以魚爲蔬，湖北謂之魚菜。杜詩云：細疑沽水族，風俗當魚蔬。始信魚即菜也。

金鑒玉膾

《升菴集》：吴人製鱸鮓鱔子醋，風味甚美，所稱金鑒玉膾也。

高士奇《扈從東巡附録》 哈食馬，拉姑水族也，似蝦有螯，似蟹無甲，長寸許，産溪間，土人謂天廚之珍，歲薦陵寢必需焉。

閔麟嗣《黄山志定本》卷二《物産》 石斑魚，頭小身圓，長數寸，大者尺，白鱗黑斑，千百爲羣，浮遊近山溪澗中，聞人聲則劃然而伏。居民羅釣，修治成腊，鬻之雖久不餒。《南方異物志》云：魚有雌無雄，春月與蛇醫交牝，其胎毒人不可食。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・蒸》 祝阿有蒸魚。《風俗通》

云：祝阿不食生魚。俗說祝阿凡有賓婚、吉凶、大會，有異饌，極止蒸魚。吳王會蒸魚《吳越春秋》云：吳王有女滕玉，因謀伐楚。與夫人及女會蒸魚，王前嘗半而與女。女怒曰：王食魚辱我，不能久生。乃自殺。闔閭痛之，葬于國西閶門外。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・魚》 原：魚鱉鮮魚。《詩》箋云：魚鱉以火熟之也，鮮魚中膾者也。魚珠崖鱉。傅玄《七謨》云：魚珠崖之鱉，煮丹藏之鳳。魚柔毛之狩桓驥《七說》：案：狩，未成羊也。魚南海之鱄。劉郁《七華》云：魚南海之鱄。案：鱄音奚，蝑鱄，大魁也。【略】

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・鮭一》 增：《說文》曰：藏魚也。案：鮭本作魚，魚醢之，大臠者。《珍羞紀要》曰：鮭，菹也，以鹽米釀魚肉爲之。原《漢書》曰：昭帝時，釣得蛟長三丈。帝曰：此魚鱣之類。命大官爲鮭，骨肉青紫，食之甚美。帝更求之，不獲。《列異傳》曰：賈長房又能縮地脉，坐客在家，至市買鮭，一日之間，人見之千里外者數處。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・鮭二》 增：《世說》曰：有人遺張華鮭者，華見之，謂客曰：此龍肉鮭也，以苦酒沃鮭，鮭中則有五彩光。試之，果如言。後問其主，云于茅積下得白魚所作也。又曰：陶侃少時，作魚梁吏，嘗以一坩鮭餉母。母封鮭及書，責侃曰：汝爲吏，以官物見餉，非惟不能益我，乃以增我憂也。坩音堪，土器也。增：《大業拾遺記》曰：十二年六月，吳郡獻太湖鯉腴膳四十坩，純以鯉坩爲之計，一坩鰜用鯉魚三百頭，肥美之極，冠于鱣鮪。《博物志》曰：仲秋月，取折頭鯉，去鱗破腹，使膾割爲漸米爛燥之，以赤秫米飯鹽酒令糁之，踰月乃熟，是謂秋鮪。元戴表元詩曰：冰水魚肥供白鮭。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・鮭三》 增：糝缶，披綿。梁王琳《鮨表》：伏覩除書，以臣爲糝缶將軍。《提要録》云：黃雀鮓謂之披綿鮓，以其肥也。陳陶酷嗜，超宗詭言。《江南野史》云：陳陶所居，不與俗接，惟酷嗜鮓，一啗或至十臠。《宋書》云：王瑩代謝超宗爲義興太守，與謝交惡。超宗到都，瑩父懋詣超宗，超宗爲設精白鮓美鮮。懋問那得佳味，超宗欲激其怒，詭言瑩始見餉且佯驚曰：大人豈應不得邪。懋大怒，言于朝廷，稱瑩供養不足，坐廢久之。玉版鮓。《清異録》曰：吳淑《冬日招客詩》：寒鮓膾金綿。綿謂黃雀脂膏也。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・鮓四》 原啓：齊王融《謝司徒賜紫鮓啓》曰：東越水羞，實罄乘時之美。南荆任土，方揖鮓魚之最。陳周弘正《謝敕賚紫鮓啓》曰：珍韜江浦，味越名川。昔聞八駿東征，止收黑水之麥。七

華西討，才獲苦山之菜。豈如兩階干舞，四方來格。臨朝拱默，任土爭貢。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・膾一》 增：《說文》曰：膾，細切肉也。《釋名》曰：膾，會也，細切肉散分，其赤白異切之，乃會和之也。《禮記・內則》曰：膾，春用葱，秋用芥，春用韭，秋用蓼。《東觀漢記》曰：章帝與舅馬光詔曰：朝廷鹿膾，寧用飯也。《隋唐嘉話》曰：南人魚膾，以細縷金橙拌之，號爲金虀玉膾。《春秋》佐助期曰：吳中以魚作膾，菰菜爲羹，魚白如玉，菜黃若金，稱爲金羹玉膾，一時珍食。楊罕《膳夫録》曰：膾莫先于鯽魚，鯿魴、鯛鱸次之，鱘鮣黃竹五種爲下，其他皆强爲。元戴表元詩曰：霜魚碧玉膾。又曰：白鹽蓴菜膾，紅酒稻花雞。邪律楚材詩曰：絲絲魚膾明如玉，屑屑雞生爛似泥。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・膾二》 原：鱠魚爲上。大蛇甚美。《神仙傳》云：介象與吳王共論膾，何者甚美。象曰：鱠魚爲上美，令于殿前庭中作方坎，汲水滿之。象垂綸于坎中，食頃，得鱠魚作膾。《齊諧記》曰：江南有麻治，爲人好噉膾。江北華本得一大蛇，喚麻爲膾，別復切魚爲膾，白食以蛇膾，與麻得食甚美。治索魚名華本，因醉喚取蛇及餘肉出。麻治見之，大吐歐血死。【略】宋鼂造，房琯食。唐陵法曹宋鼂造縷子膾。其法：用鯽魚肉、鯉魚子，以碧筒或菊苗爲胎骨。《明皇雜録》云：邢和璞嘗謂房琯曰：君没之時，必因食魚膾。既没之後，嘗以梓木爲棺，然不得没于君之私第，不處出館，不處玄壇佛寺，不處親友之家，其後謫于閩州，寄居州人之紫極宮，卧疾數日。刺史忽具膾，邀房于郡齋，房亦欣然命駕，既歸暴卒。州主命攢檀于宮中，棺得梓木爲之。銀絲、玉縷。杜詩：鮮鯽銀絲膾。《西征記》：鱸魚色鮮盤玉縷。盤雪。庖霜。杜子美《觀打魚歌》：饗子左右揮霜刀，鱠飛金盤白雪高。韓退之詩：庖霜膾玄卿。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八九《食物部二・膾三》 原：細者爲膾。《禮記》云：肉腥細者爲膾，大者爲軒。鄭注云：言大切、細切、異名也。切之爲膾。凡牛與羊魚，腊而切之爲膾。膾西海之飛鱗。曹植《七啓》云：膾西海之飛鱗，臨江南之潛龍。膾天流之潛鮪。孫綽《七誘》。膾潛鱗。潘尼《釣賦》云：乃令宰夫膾此潛鱗，名公習巧，飛刀逞技，電剖星飛，芒散縷解，離鈐落俎，連翩雪累。膾美鮮。徐幹《七喻》云：斟膾美鮮。秋用芥。詳上膾一。冬宜鮮。鮮，生魚也。膾錦膚斑胎。傅玄《七謨》云：膾錦膚鱗斑胎，飛刀浮切，毫分縷解，動從風散，聚似液委，流采成文，燦若紅綺。鮮鯉之膾。《七發》。鯉魚之膾。桓驎《七說》：三牲之切，鯉魴之膾，美如鱗脂，叠似蝤羽。案：魴音皮，魚名，鳥首魚尾。膾其鯉鮒。傅毅《七激》云：涉養之魚膾，其鯉鮒分毫之割，纖如冥芒，散如絶穀，積如委紅，殊方異味，厥和不同。魚鱉膾鯉。《詩》。命支離飛霜鍔。張協《七命》云：范公

之鱗，出自九溪，頷尾丹鰓，紫翼青鬐。麗乃命支離飛霜，鎪紅肌綺，散素屑雪。落蜚子之毫，不能厠其細。秋蟬之翼，不足擬其薄。使朱元揮斲，騁厥妙伎，敷割皮骨，繽紛霧墜。醫人縷切，鸞刀若飛。潘岳《西征賦》云：華觴羅鱗，素鱠揚鬐。醫人縷切，鸞刀若飛。紅鮮紛其初載，賓客聳而遲歸。焱足走切，龍刀電舒。隨浮膾鮮，附馳劑腴。應刃落俎，霍霍靡靡。潘岳《西征賦》云云。隨鍔離俎，紛紛纚纚。【略】餘棄于水化爲魚。《博物志》云：吳王江割以爲縷，分析縷細，隨鍔離俎，紛紛纚纚。【略】餘棄于水化爲魚。《博物志》云：吳王江行，食膾有餘，棄于中流化爲魚。今魚中有名吳王膾，餘亦名膾骨，長數寸，大者如箸，猶有膾形。半隨于水化爲魚。《搜神記》云：昔越王將食膾而未切，隨半于水內化爲魚。子胥伐楚歸吳，吳王聞三師將至，治魚爲膾。將到之日，過時不至，魚臭。須臾，子胥至，闔閭出膾，而食不知其臭。王復重爲之，其味如故。吳人作膾者，自闔閭之造也。【略】郎官膾。《海物異名記》云：江南人喜作膾，名郎官膾，曰張翰思膾得名。天孫膾。謝楓《食經》有天孫膾。奇味《大業拾遺記》曰：六年，吳郡獻海鱷乾膾四瓶，容一斗，浸一斗可得徑尺面盤。并奏作乾魚法，帝以示羣臣云：昔術人介象，于殿庭釣得海魚。此幻化耳，亦何足珍異。今日之膾，乃是真海魚所作，來自數千里，亦是一時奇味。即出數盤，以賜近臣。佳味《隋唐嘉話》曰：吳郡獻松江鱸膾。煬帝曰：所謂金虀玉膾，東南佳味也。鮰手刀子。《酉陽雜俎》曰：安祿山所賜，有鯽魚并膾手刀子。操刀膾鯉。李網字文紀，有進魚者，太子使膾之。唐儉、趙元楷自言其能。太子曰：操刀膾鯉，和鼎味，公等善之。若蜀諸葛論，固屬纊矣。吳昭德造。吳昭德善造鱸膾，時人嘲之曰：膾若值吳，縷細花鋪，若非遇吳，費醋及葫。江東呼蒜爲葫。東坡云：吳興庖人斫鱸膾，亦足一笑。鄉土以此爲盛饌，製時鋪成草花鴛鳳，或詩句詞章，務臻其妙。造虀亦甚得法，謂之金虀玉鱠。余數盤，以賜近臣。佳味《隋唐嘉話》曰：吳郡獻松江鱸膾。煬帝曰：所謂金虀玉膾，東南佳味也。鮰手刀子。《酉陽雜俎》曰：安祿山所賜，有鯽魚并膾手刀子。操刀膾鯉。李網字文紀，有進魚者，太子使膾之。唐儉、趙元楷自言其能。太子曰：操刀膾鯉，和鼎味，公等善之。若蜀諸葛論，固屬纊矣。吳昭德造。吳昭德善造鱸膾，時人嘲之曰：膾若值吳，縷細花鋪，若非遇吳，費醋及葫。東坡云：吳興庖人斫鱸膾，亦足一笑。鄉土以此爲盛饌，製時鋪成草花鴛鳳，或詩句詞章，務臻其妙。造虀亦甚得法，謂之金虀玉鱠。余南詔膾，寸魚，以胡瓜椒薤和之，號鵝鸛。縷飛。杜詩：刀鳴膾縷飛。雪堆。山谷詩：偶因媛老庖玄鯽，公遣霜鱗貫柳來。蓋白方看金作屑，膾盤已見雪成堆。長鯨。李詩：意在斬巨鱉，何論膾長鯨。白肉。《梁書》曰：蕭穎胄素能飲酒，嗽白肉膾至三十斤。洛陽膾。《金門歲節記》云：洛陽人家，七夕裝同心膾。蓬池膾。李德裕《夢詩》：荷淨蓬池膾。凡學士初，上賜悉是蓬池魚膾。雪花。司馬温公詩：鱸膾雪花肥。

王士楨《居易録》卷一六　白妾魚，一名婢妾，臉如芙蕖，膚如凝脂，有天然肉結。長四尺五寸，臍下有帶，白光映人，作膾香脆。

宋犖《筠廊偶筆》卷上　友人沈仁伯明仁於永平食石魚甚肥美，云大纔盈寸，産石中，破石取之。又桐城麥魚亦佳，形與麥粒無異，可糟食。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《河豚》　水之鹹淡相交處産河豚。《博雅》云：鮭鯸，鈍也，背青腹白，鱗物即怒，其肝殺人。正今之河豚也。豚當爲鈍。梅堯臣於范仲淹席間賦河鈍，有楊花荻芽之語。註：河鈍食柳絮而肥，南人合荻芽爲鮹啜之。

楊賓《柳邊紀略》卷三　牛魚，鱘魚也，頭略似牛，微與南方有別，然土人直呼爲鱘，惟中土人或謂之爲牛耳。重數百斤，或千斤，混同、黑龍、兩江、虎兒哈河，皆有之，最不易得，得之則羣聚而臠食之。《演繁露》栽哳丹主達魯河，釣牛魚以占歲，海陵集稱與金蘭酒並賜使臣。周麟之海陵集云：有梁大使者，先朝內侍官愛之，享以所釣牛魚，非舊例也。樞密禮其首，歸獻于朝，同館王龜齡目爲魚頭公。則牛魚在遼金時已貴重矣，然其味猶在鯽魚下，鯽魚大者三斤，小者若灤鯽，灤鯽率重一斤，中土之貴品也。鮮美不可名狀。若牛魚徒肥耳，不甚鮮也。塞外凡魚皆肥美，余去時於棉花街市一鰱魚，重十斤，價銀二錢。十五人食之不盡。余欲更市一尾進吾父，同行者曰：甯古塔魚更佳，何市爲。及至果然。蓋甯古塔城臨虎兒哈河，冰開後，無貴賤大小，以捕魚爲樂，或釣或網，或以叉，或以鎗，每出必車載而歸，不須買也。惟冬月鑿冰，則捕者少，好逸者乃買耳。

清陸廷燦《南村隨筆》卷二《石魚麥魚》　永平出石魚，甚肥美，大纔盈寸，産石中，破石取之。又桐城麥魚亦佳，形與麥粒無異，可糟食。筠廊偶筆

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・蜜》　蜜蟹。《大業拾遺》：吳郡獻蜜蟹二千頭，作如糖蟹法。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・膾》　膾飛。杜甫《觀打魚歌》：晝子左右揮霜刀，膾飛金盤白雪高。長鯨。李詩：意在斬巨鰲，何論膾長鯨。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二四・膾》　膾鯉。王褒《僮約》：築肉臛芋，膾魚炮鱉。

膾鯉。《詩》：飲御諸友魚鱉膾鯉。《唐書・李綱傳》：綱在東宮，太子建成猶加禮

嘗遊溫湯，綱疾不從。有進魚者，太子使膾之。唐儉、趙元楷自言其能。太子曰：操刀膾魚和鼎味，公等善之，若斮諧審諭，固屬綱矣。《涪翁雜說》：燕人膾鯉，方寸切，其腴以喟，所貴腴，魚腹下肥處也。故杜子美詩云：偏勸腹腴貴年少。

查慎行《人海記》卷下《細鱗魚》 細鱗魚，産灤河中，旁近溪澗多有之。重脣，鱗如魴，中有黑斑，大者一頭重斤許，味極鮮腴。又有柘緑魚，味與細鱗略同，而形差小。又有柳根赤，長不過二三寸，入釣最多，竿不虛舉。此魚族聚緩流中，好食柳根，故名。

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・膾鱠同》 總論。《内則》：膾，春用葱，秋用芥。肉腥細者爲膾，大者爲軒。《禮大傳》：牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾，麋鹿爲辟，鷄兔爲宛，脾皆聶而不切。切葱若薤實之，醯以柔之。注：聶之言牒也，先薤葉切之，復報切之，則成會。《吴越春秋》：子胥伐楚歸吴，吴王聞三師將至，治魚爲膾。將到之日，過時不至魚臭。須臾子胥至，闔閭出膾而食，不知其臭。王復重爲之，其味如故，吴人作膾者，自闔閭之造也。《春渚紀聞》：吴興溪魚之美，冠於他郡，而郡人會集，必以斫鱠爲勤，其操刀者，名之鱠匠。《大業拾遺》：作乾膾之法，當五六月盛熱之日，于海取得鮮魚，大者長四五尺，鱗細而紫色，無細骨不腥者。捕得之，即於海船之上作鱠，去其皮骨，取其精肉縷切，隨成隨曬三四日，須極乾，以新白甕瓶未經水者盛之，密封泥，勿令風入。經五六十日，不異新者。取啖之時，開出乾鱠以布裹，大甕盛水漬之三刻，久出帶布瀝却水，則皦然散置盤上，如新鱠無別。細切香柔葉鋪上，筋撥令調勻進之。海魚體性本腥，然鰛鮸魚肉軟而白色，經乾，又和以香葉，皆然極可噉。吴郡獻松江鱸魚乾鱠六瓶，瓶容一斗，作鱠法一同鮸魚。然作鱸魚鱠，須八九月霜降之時，收鱸魚三尺以下者，作乾鱠浸漬訖，布裹瀝水，令盡散置盤内，取香柔花葉相間，細切和膾，撥令調勻。霜後鱸魚肉白如雪不腥，所謂金釜玉鱠，東南之佳味也。紫花碧葉，間以素鱠，亦鮮潔可觀。《提要録法》：鯽須得鯽之大者，腹間微開小竅，以椒同馬芹實其中。每一斤用鹽二兩、油半斤擦窖，三日外，以法酒漬之入瓶，石灰綿蓋封之一月，真紅色可膾。《酉陽雜俎》：鯉一尺鯽八寸，去排泥之羽，鯽圓天肉腮後鬐前，用腹腴，拭刀亦用魚腦，皆能令鱠縷不著刀。《隋唐嘉話》：進士段碩常識南孝廉者，善作鱠，穀薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷，若同節奏。因會客衒技，先起魚架之，忽暴風雨，雷震聲，膾悉化爲蝴蝶飛去，南驚懼遂折刀，乃不復作膾。《朝野僉載》：永徽中，有崔爽者，每食生魚三斗乃足。於後飢作膾未成，爽忍飢不禁，遂吐一物，狀如蝦蟆，自此之後，不復能食膾矣。

名類 《建康實録》：吴介象字元則，與吴王論膾，何者最美。象曰：海中鯔魚爲上，請於殿前作方坎，汲水滿之，象垂綸於坎中，食頃得鯔魚作膾。楊暈《膳夫録》膾莫先於鯽魚，鯿魴鯛鱸次之，鱒鮽黄竹五種爲下，其他皆强爲。《隋唐嘉話》：南人魚鱠以縷金橙拌之，號金齏玉鱠。《海物異名紀》：江南人喜作鱠，名郎官鱠，因張翰思鱠得名。杜詩：鮮鯽銀絲鱠，香蒲玉筍羹。李德裕《述夢詩》：荷淨蓬池鱠。注：凡學士初，上賜食悉是蓬池魚鱠。《金門歲節》：洛陽人家，七夕裝同心膾。謝諷《食經》飛鸞膾、咄嗟膾、專門膾、天孫膾。《清異録》：廣陵法曹宋寵造縷子膾，其法用鯽魚肉、鯉魚子，以碧筒或菊苗爲胎骨。《錦繡萬花谷》：黄山谷自號水晶鱠爲醒酒冰。《事物紺珠》：水晶膾，猪皮去浄脂，煮稠濾過，凝成膾，切食。或鯉皮洗浄，煮黏濾滓，入鰾少許，再煮濾，候凝，縷切，用菜絲芥醋澆食。《隣幾雜志》：河朔人食油湯鱠，以薤酸漿粟飯。《事物紺珠》：蟹鱠剔肉同鱘鮓，作酒浴。《孔六帖》：南詔鱠寸魚，以胡瓜椒薤和之，號鵝鬬。

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・鮓》 《説文》：鮭，藏魚也，南方謂之鮓，北方謂之鮭，俗名鮓，一名魚鰫。《事物紺珠》：鮓，鹽米釀魚，吴壽夢作。《事林廣記》：盛蜜瓶作鮓，食之殺人。《拾遺記》：漢昭帝常遊渭水，使羣臣漁釣爲樂。時有大夫任緒釣得白蛟，長三丈，若大虵，無鱗甲，頭有一角長二尺，牙出脣外。帝曰：此魚鮓之類，非珍祥也。乃命太官爲鮓，骨青肉紫味甚美。《晉書》：陸機嘗餉張華鮓，華髮器便曰：此龍肉也，試以苦酒濯之必有異。既而五色光起。機還問鮓主，果云園中茅積下得一白魚，質狀殊常，以作鮓過美，故以相獻。《南史》：武帝就虞悰求諸飲食方，悰秘不出。上醉後體不快，悰乃獻醒酒鮭鮓一方而已。《韻府》：蜀人呼魚鮓爲苞蘆。《升菴外集》：吴人製鱸魚鮓、鱔子腊，風味甚美，所稱金齏玉膾也。鱸魚肉甚白，雜以香菜花葉，紫緑相間，以回回豆子一息泥、香杏腻坋之，實珍品也。鮭子魚腊亦然。回回豆子細如棃子肉，味甚美。一息泥如地椒，回回香料也。香杏腻一名八丹杏仁，元人《飲膳正要》多用此料。《地理志》：潤州土貢鱘魚鮓。《彙苑詳註》：江淮間以鯇魚鱘魚鱘魚爲之，名曰片鮓，又曰玉版鮓。《交州記》：百薄瀨有魚眼徑尺，似鮪魚，取以爲鮭。《博物志》：西羌仲秋月取赤頭鯉以爲鮨。鮨，鮓屬。《草木記》：採珠人取珠柱肉作鮭。《清異録》：吴越有一種玲瓏牡丹鮓，以魚葉圃成牡丹狀，既熟出，

盎中微紅，如初開牡丹。《武夷君食江虹鮓。注：沙虹，蝦也。《曲洧舊聞》：趙霆在餘杭，每鵝掌鮓入國門，不下千餘罐子。又王翻庫中黃雀鮓，自地積至棟，凡滿三楹。《提要録》：黃雀鮓謂之披綿鮓，以其肥也。《清異録》：吴淑《冬日招客詩》：寒鮓叠金鱗。謂黃雀脂膏。神異　南方有獸似鹿而豕首，善依人，食五穀，名無損之獸。人割取其肉不病，肉白復。其肉可爲鮓，使糟肥美而鮓肉不壞，糟盡更添，肉復作鮓如初愈美，名曰不盡鮓是也。《西陽雜俎》：安禄山恩寵莫比，其所賜品目有野猪鮓。《甲頭録》：房壽六月調羊酪，造含風内以水淋洗。鰕子在鰕腹下，赤如覆盆子，則隨水從籃目中下。通計鰕一石可得子五升，從盆内漉出，縫布作小袋子，如徑寸半竹，大長二尺，以鰕子滿之。急繫頭，隨袋多少，以末鹽封之。周厚數寸，經一日夜出曬，夜則平板壓之。明旦又出曬，夜如前壓。十日乾，則拆破袋出鰕子挺，色如赤琉璃，光徹而肥美，勝於鱘魚數倍。《南史》：齊何胤侈於味食，方丈後稍欲去，其甚者猶食白魚鮓、糖蟹，使門人議之。學生鍾岳曰：鮓之就脯，驟於屈申，蟹之將糖，躁擾彌甚。仁人用意深懷如怛，至於車螯蚶蠣，眉目内闕慙渾沌之奇，獷殼外緘非金人之慎。不悴不榮，曾草木之。不若無罄無臭，與瓦礫其何算，故宜長充庖廚，永爲口實。《泉南雜志》：閩之遠海近番處，有燕名金絲者，首尾似燕而甚小，毛如金絲。臨卵育子時，羣飛近沙沙泥近石處，啄蠶螺食。有詢海商聞之，土番云：蠶螺背上肉有兩筋，如楓蠶絲，堅潔而白，食之可補虚損已勞痢，故此燕食之肉化而筋不化，并津液嘔出，結爲小窩附石上。久之，與小雛鼓翼而飛，海人依時拾之，故曰燕窩也。《五雜組》：海粉乃龜蛫之屬腹中腸胃也，以巨石壓其背，則從口中吐粉。吐盡而斃，名曰海粉，持齋者常誤食之。

陳元龍《格致鏡原》卷二六《飲食類六・諸食饌》　《禮・少儀》：羞濡魚者進尾，冬右腴，夏右鰭。註疏：凡魚冬時陽氣在下，肥美在腹。腴者，腹下肥處。夏則陽氣在上，肥在脊也。《明道雜志》：漢陽武昌濱海多魚，土人取江魚皆剖之，不加鹽，暴江岸上，數累千百，雖盛暑，爲蠅蚋所敗不顧也。候其乾，乃以物壓作鱐，謂之淡魚，載往江西賣之，一斤近百錢，饒信間尤重之。若飲食祭享，無淡魚則非盛禮。《風俗通》：祝阿不食生魚，俗説祝阿凡有賓婚吉凶大會，有異饌，極止蒸魚。《演繁露》：閩間嘗思海魚而難於生致，迺令人即此地治生魚，鹽漬而日乾之，故名爲羞，其讀如想。又《玉篇》、《説文》無羞字，《唐韻》始收入也。羞即魚身矣，而其腸胃别名逐夷。《本草》：烏鯽魚，鹽乾者爲明羞，淡乾者名脯羞。《五雜組》：吴郡獻鮸魚含肚千頭，極精好。作之法，當六月七月盛熱之時，取鮸魚長二尺許。去鱗淨洗，停二日，待魚腹脹起，方從口抽出腸，去腮留目，滿腹納鹽，竟即以末鹽封周徧厚數寸。經宿，乃以水淨洗，日則曝，夜則收還，安平板上，又以板置石壓之。明日又曬，夜還壓。如此五六日，乾即納乾甕。甕封口，經二十日出之。其皮色光徹有如黃油，肉則如糗，又如沙基之蘇者，微鹹而有味。味美於石首、含肚，然石首含肚亦年常入獻，而肉彊不及。《事物紺珠》：鱭鮆，取石首、沙魚、鱖魚三種腸，淨洗加鹽，内器中密封，置日中。夏二十日，春秋五十日，冬百日，乃熟。下薑鮓，食極香美，或以蜜漬亦美。《輟耕録》：《江隣幾雜志》云，丁正臣膺玉腴來館中，沈景休云，福州人謂之佩爽，即魚脬也。《庶物異名疏》：細飄一曰魚鰾，見《西陽雜俎》。《事物紺珠》：鳳凰胎，雜治魚白、金粟、平鮭魚子作。《齊諧記》：江北華本者好鱐臛。王粲《七釋》：蝤蠐臛。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一二《物産・嘉興府》　魚鮓，王羲之吴興鮓帖：今作北方脯二夾，吴興鮓一器，蒜條四千二百。蔡寬夫《詩話》：吴中作鮓多就溪池中，蓮葉包爲之，味比餅缶中者尤佳。張文規詩云：食有吴興鮓。白居易詩云：就荷葉上包魚鮓是也。

鋪花鱸鱠，《西吴里語》：鱸鱠，唐吴德昭善造，時人嘲之曰：繪若遇吴，縷細花鋪，若非遇吴，費醋及茹。江東呼蒜爲葫。蘇東坡云：吴興庖人斫鱸鱠，亦足一笑。鄉土以此爲盛饌，製時鋪成花草鸞鳳，或詩句詞章，務臻其妙，造鮓亦甚得法，謂之金鏤玉鱠。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一三《物産・寧波府》　鮓魚。《天啓慈谿縣志》：

製身多刺，長不過五六寸，肥腴可食。晉虞喜父答晉帝云：天時尚温，鱟未熟是也。《至正四明續志》：鱟魚又曰刀魚，頭狹薄，其腹皆如刀刃，故名。其長大者可尺餘，子多而肥。明州人夏初曝乾，可以致遠，又可爲鮓，其子乾名寸金鱔子。又云糟之可作湯。《嘉靖寧波府志》：青鯗冬月尤美，海錯之佳者，産奉化。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一三《物産・寧波府》 江瑶柱。《老學菴筆記》：明州江瑶柱有二種，大者江瑶，小者沙瑶，然沙瑶可種，逾年則成江瑶矣。《宛委録》：奉化縣四月南風起，江瑶一上，可得數百，如蚌稍大，肉腥韌不堪，惟四肉柱長寸許，白如珂雪，以雞汁瀹食肥美，過火則味盡也。《候鯖録》：玉珧柱厥甲美如珧玉，肉柱膚寸曰江珧柱。郭景純《江賦》云：玉珧海月吐納，石華退之，謂馬柱甲是也，世人不用。此珧字是未知耳。《能改齋漫録》：紹聖三年，詔明州歲貢車螯肉柱五十觔，俗謂之紅蜜丁，東坡所傳江瑶柱是也。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一三《物産・寧波府》 淡菜。《海族志》：亦名殼菜，形似珠母，一頭尖，中銜少毛，多生南海。《本草釋名》：浙人呼淡菜曰東海夫人。《鄉嬛記》又名文蛤。《玉環志》：去其殼，不著鹽而乾之，故名淡菜。《四明七觀》：蚶菜疲民，君嚴奏免。注：四明歲貢淡菜、蚶蛤之屬，唐孔戡以爲自海抵京，道路役夫，奏罷之。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一四《物産・紹興府》 烘魚。《餘姚縣志》：橫扁小如意。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物産・南寧府》 鮆魚，爲上大者長三尺，作膾炙香而美。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物産・桂林府》 水蛙，味可食。案：《嶺南雜記》：石蛤一名坐魚，即蛙之大者耳，重者觔許，土人連皮食之。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物産・梧州府》 嘉魚，出火山丙穴，如小鰣魚，多脂，煎不假油。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物産・太原府》 鯉魚，出汾河。明謝肅詩：却把釣竿來沮洳，掣得鯉魚長尺許。又曰：作魚爲羹甘且鮮，神物儘可收饞涎。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 瓦屋子，蓋蚌蛤之類也，南中舊呼爲空慈子，頃因盧鈞尚書作鎮，遂改呼爲瓦屋子，以其殼上有稜如瓦，故以名焉。

殼中有肉紫色而滿腹，廣人尤重之，多燒以薦酒，俗呼爲天鷄炙。《嶺表録異》：江瑶如蚌而稍大，中肉腥而肥不中，口僅四肉牙佳，耳長可寸許，圓半之。白如珂雪，一沸即起，甘鮮脆美，不可名狀，此所謂柱也。《安南異物名記》《瓊州志》云：江瑶以柱爲珍，崖州者佳。

蠔崽，小蠔也，潮州以醯醋蘸生食，味甚清脆，不覺其鯁。同上 《肇慶志》：珍珠蠔似蠣房而極小。

章舉八足，形如烏賊，閩越多采鮮者，以醯醋食之。同上按：《潮州志》云：一名八索子，能食蟹，吮其膏，故腹中有膏類蟹。

石距乃章舉之類也，身小而足長，入鹽，乾燒食極美。同上

海膽，螺類也，出陽江海豐，殼圓似粟粒，附石而生，互相聯綴，取一帶十，若觸破其一，餘皆粘石不可動，縱椎破亦不脱也。肉色黄，有四瓣，鮮煮甚美，乾煮其味如鹿脯。《雜記》

水荳芽，蟶類也，鮮時殼中有一肉柱如牙箸，醃之則無。同上

鎖管，形如鎖，十餘相連，味如蠣房，鮮食、醃食味俱甚佳。同上

黄叔璥《臺海使槎録》卷五《北路諸羅番一・飲食》 凡捕魚於水清處見魚發發，用三叉鏢射之，或手網取之。小魚熟食，大則醃食，不剖魚腹，就魚口納鹽，藏甕中，俟年餘生食之。

黄叔璥《臺海使槎録》卷六《北路諸羅番九・飲食》 【略】魚蝦醃爲鮭，鹿鹿醃爲脯，餘物皆生食。

黄叔璥《臺海使槎録》卷六《北路諸羅番七・飲食》 魚爲醢，俟有臭味乃食。凡物生食居多，惟鹽取給於外。

黄叔璥《臺海使槎録》卷七《南路鳳山傀儡番二》 【略】喜食大龜，用火炙熟，刀劈啖之。以殼爲什器，龜卵剥去輭皮，和鹽少許而食。麝鹿取其肉，用石壓去血水，曬乾，出山易鹽布米珠。

吴震方《嶺南雜記》卷下 燕窩有數種，白者名官燕，斯之絲縷如細銀魚，潔白可愛。黄色者次之，中有紅者名血燕，能治血痢。白者入梨加冰糖蒸食，能治膈痰，日本以爲蔬菜供僧。此乃海燕食海邊蟲，蟲背有筋不化，復吐出而爲窩，緩于海山石壁之上，土人攀援取之。春取者白，夏取者黄，秋冬不可取，取之則燕無所棲，凍死，次年無窩矣。

海粉是海邊蟲食海菜之糞，蟲如蛞蝓，大如臂。食緑則緑，食紅則紅，但緑

色者多。以清脆爲佳，若黃色爛結，不貴矣。紅者可治赤痢。

蠔肉最美，其殼砌墻，鱗鱗可觀。蠔形似蜆而大，沙螺類蠏而肥，若龜脚，真下品矣。

蠔崽，音宰，小蠔也，潮州以醯醋蘸，生食，味甚清脆，不覺其腥。

禾蟲，形如百脚，又如馬蜋，身軟如蠶，細如箸，長二寸餘，青黃色相間，中有白漿，狀甚可惡。產海濱田中，禾根長數尺，或至丈許，縷縷如血絲，隨海水而出，漸至海濱，寸寸自斷，即爲此蟲。土人網而取之，午前擔負而賣，午後即敗不可食。取蟲置器中，滴鹽醋一小盃，其漿自吐，濾以蒸雞子最鮮。藩逆時，禾蟲亦稅至數千金，魚埠蜆塘其稅尤多，民極苦之。

鱟魚，與閩同，其子爲醢，其殼爲杓，其血綠色，烹鱟并血，則味更佳。

吳震方《嶺南雜記》卷下 水豆芽，蝤類也，鮮時殼中有一肉柱如牙箸，醃之則無，小如豌豆莢。

鎖管，形如鎖，十餘相連，味如蠣房，鮮食醃食俱佳。

跳魚，長二三寸，形如上鮒，而細長，頂高而方，兩眼生頂上，身有細綠點，能跳躍，又名花魚，炙食佳，亦可作羹。

海豐水族甚夥，有馬鮫魚、鱟魚、淡煮脯、土鯞脯，似比目半體，而兩眼生在一處，炙食最鮮。黑魚脯、鰣魚脯、烏耳鰻、乾油箸、風螺、乾西施舌、絲蚶、金鉤蝦米、對蝦、沙蜆、龍虱、海鴨脯、金鳩脯即鵪鶉、赤蟹、麪蠔、珍珠蠔、菩提菜、沙白海膽、鮭魚鰾、鯊翅、帶子及鯖魚，又有日月者，蚌類也，大如掌而圓扁，殼半片白，半片紅，土人直名之曰日月。

杭世駿《訂訛類編》卷三《寒鱉》 又云曹子建《名都篇》：膾鯉鵬胎蝦，寒鱉炙熊蹯。五臣妄改作魚鱉。魚鱉膾鯉，毛詩舊句。淺識者孰不以爲寒字誤而從魚字，不知寒與魚字形相遠，音呼又別，何誤至此。《文選》李善注云：今之時亦有雞寒。曹植文：寒鶴蒸麑。寒韓通也。《鹽鐵論》羊淹雞寒。《崔駰傳》餉，謂之寒。蓋韓國饌用此法，古字寒韓通也。

杭世駿《訂訛類編　續補》卷下《蟹菜》 《七修類藁》杭人食蚌肉，謂之食淡菜。予嘗思之，命名不通。如以淡爲啖固通，而菜字義亦不通。又嘗見《昌黎集》載孔戡爲華州刺史，奏罷明州歲貢淡菜，亦是此淡字，竟不能通。後見廣人云南海取珠者名曰蜑户，蓋以蚌肉乃取珠人所常食者耳，賤之如菜也，其義始通。後讀《輟耕録》，益知久有烏蜑户，則孔奏之字亦訛書者乎。若改爲啖食之啖，則又爲改金銀車者乎。

傅恒《皇清職貢圖》卷四《羅城縣苗婦》 食則以手搏飯，和以魚鮓爲上食。

傅恒《皇清職貢圖》卷三《淡水廳德化等社熟番》 淡水廳【略】，其地濱洋，下濕，結茅成屋，或以板爲之。飯以黍米、滷浸魚蝦供饌。

佚名《盛京通志》卷一七《物産二・水族類》 蝦出海中者，去殼曰蝦米，通行各省。大者長數寸，合配曰對蝦，小者曰金鈎蝦。大凌河有蝦醬取油，通行各邑。小蝦出蓋平海邊者名紅毛子，作蝦醬尤佳。曬乾者爲蝦皮。

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 淡菜即蚌肉也，始於閩户多食之，遂訛爲淡。

盛慶紱《重訂越南圖説》卷一《右圻二省》 諸蚌肉醃而煑之，頗適口。海參俗曰突突，浮游諸渚旁，以石灰擦之左腸，曬乾。當食時，以蟹水浸之，味最佳。

袁棟《書隱叢説》卷三《燕窩》 燕窩之説，紛紜不一，未有定論。惟泉南雜志爲差近。曰閩之遠海近番處，有燕名金絲者，首尾似燕而甚小，毛如金絲，臨卵育子時，群飛近沙，沙泥有石處，啄蠶螺食之。蠶螺背上肉有兩筋，如楓蠶絲堅潔而白，食之可補虛損已勞痢。此燕食之，肉化而筋不化，并津液嘔出，結爲小窩附石上。久之，與小雛鼓翼而飛，海人依時拾之，故曰燕窩也。似此則形狀功用時候族類，俱有可信。

周廣業《過夏雜録》卷三《河魨》 河魨魚亦名河豚，雖云河而出於江者實多，吴人珍爲水族上品，江陰人嗜之。貢師泰記云，漁者取爲羹，味絶美，用作鱠作鱠皆可。余客江陰，見魚出時，居人争買取，無問肝卵腸胃雜食之，更相餽遺。比來松江其嗜之，如江陰二州人，最爲善治河豚。問之則間亦有死於是者。魚有三種，大者名青郎君，小者名斑兒，皆可食。獨河豚載之傳記，河豚又有三種，淺黑無雜文者最佳，褐色黑斑者次之，文如點朱者有大毒。其目睛脊魚血，能立殺人，必剜去之。乙腴白如脂，俗號西施乳肝，大類鳧雁者亦有毒。然魚肥在此，玄之則肉無味矣。卵細如粟，沃以酒經宿大如彈丸，能脹人腹至死，食者皆棄之。獨江陰競啖無雜色，問之無他法，惟煑熟而已。見《玩齋集》余客淮安，見市中爭鬻之。問以充饌，則未敢以身試也。後遊江陰，土俗洵如玩齋所説，卒不入口嘗。有句云：殉君莫話西施舌，能比西湖土鮒無。嘗讀貢雲林和袁伯長《食河魨詩》云：荻芽清軟茸蓋菰，腰腹披香玉乳同。直死端爲知味者，平生珍重雪

堂翁。可謂得觀頤之道，雲林即玩齋之父也。

周廣業《過夏雜録》卷六《膾魚》　鄭氏《周禮》注：燕人膾魚方寸切，其腴以暐所貴。

汪啓淑《水曹清暇録》卷三　鯊魚子以口生出，大者能變爲鹿。其皮堅利，可爲鎧，可爲鞘。肉粗淡而無味，其翅去骨。入饌，殊妙。

汪啓淑《水曹清暇録》卷一〇　近時酒筵所尚海錯，惟鮑魚最古，秦時即有。而王莽於漸臺中尤極嗜之，次則淡菜。唐李賀詩云：淡菜生寒日。至於燕窩海參，前明始興，然只見於饋遺尺牘，亦無人吟詠之。

李調元《然犀志》卷上　璅珕

璅珕，狀如珠琲，殼青黑色，小者長寸，大者長二三寸，唯生白沙中，不汙泥淖，互物中之最潔者也。有兩肉柱，能長短，又有數白蠏子在腹中，狀如榆莢，常爲之出取口實。郭璞所謂小蠏不歸而珕敗是也。一名共命蠃，又名月蛄。每冬大雪則肥，瑩滑如玉，日映如雲母，味甘，蓋海錯之至珍者。諺曰：霜蠏雪蠃，味不在多，凡蠃皆以雪肥，蠏則以霜。

西施舌

西施舌，殼類珠蟲而薄，張口時膚肉潔白，圓長而匾，絶類乎舌。一端又有二肉柱外伸，形與蠙等，色亦如玉。烹之甘脆，脆嚙妃子唇者以爲何如，廉雷人呼爲沙螺。

江瑶柱

江瑶柱，萬震贊曰：江瑶柱，厥甲美如瑶玉，肉膚寸，厥名江瑶柱。《安南異物名記》曰：江瑶肉腥不中口，僅四肉牙佳耳。長可寸許，圓半之，白如珂雪，一沸即起，甘鮮脆美，不可名狀，此所謂柱也。東坡嘗以江瑶柱與鮮荔枝爲南中尤物。詩云：似聞江瑶斫玉柱。又云：海鰲螯江柱初脱泉。其爲嘆賞如此。《老學庵筆記》曰：明州江瑶柱有二種，大者江瑶，小者沙瑶，沙瑶可種，逾年亦成江瑶矣。一名馬頰，一名馬甲，謂其殼一端圓大，一端尖小，如馬嘴也。一名海月，言似半月形耳。

海馬

海馬，一名水馬，其首如馬，其身如蝦，其背傴僂，有竹節紋，長二三寸，雌者黄色，雄者青色。徐表《南方異物志》云：海馬，有魚狀如馬頭，其喙垂下，或黄或黑，海人捕得，不以啖食，暴乾之，以備産患。凡婦人難産割裂而生者，手持此蟲，即如羊之易生也。

海蛇

海蛇，劉恂云：閩人曰蛇，廣人曰水母，《異苑》曰石鏡。狀如血齩，大者如床，小者如斗。無眼目腹胃，以蝦爲目，蝦動蛇沈，故曰水母目蝦，亦猶蛩蛩之與駏驉也。

海鵝魚

海鵝魚，生東海，形似鵝，有肉翅，能飛上石頭，齒如石板，尾有大毒。逢物以尾撥而食之，其尾刺人，甚者至死。李奉常云：海中頗多，江湖亦時有之。狀如盤及荷葉，大者圍七八尺，無足無鱗，背青腹白，口在腹下，目在額上，尾長有節，節節聯比，脆軟可食，吴人腊之。又《嶺表録異》云：鵝子魚嘴魏武《食制》云：蕃蹯魚大者如箕，尾長數尺是矣。形如鵝，肉翅無鱗，色類鮎魚，尾尖而長，有風濤即乘風飛於海上，此亦海鵝魚之類也。又陳藏器云：有鼠尾血、地青魚，並生南海，皆有肉翅，刺在尾中，此亦海鵝魚之類也。

李調元《然犀志》卷下　海膽

海膽，介蟲也，形圓如膽，周身有刺如蝟毛。琢磨其殼，可以爲杯，其肉可爲鮓爲醬。

車螯

車螯，潔白如玉，俗呼車白，殼厚微黄，梁元帝以爲味高食部者，此也。其大者名蜃，能吐氣成樓臺，春夏間依約海澨，常有此氣。

九孔螺

九孔螺，《本草》謂之石決明。形如蚌蛤之半片，其凸處作螺旋形，沿唇有孔一行，多者十餘孔也。又名鰒魚、新莽喜食鰒魚者，即此。

牡蠣

牡蠣，附石而生，不能行游，礧磈連屬如房，故一名蠣房，又名蠔山。初生海畔如拳石，四面有大至一二丈者。每房之内，各生蠔肉一塊，潮來諸房俱開，有小蟲入，則閉房以充腹。肉味甚美。殼可砌牆，亦可燒灰塗壁，覆其殼，左顧者謂之牡蠣。

蚶

蚶有數種，絲蚶紋細如絲，即魁陸。阿婆蚶似絲蚶稍長而不正。海蚶甚大，

有片甲大如屋者，以治器即爲車渠，多産崖州。按：蚶殼似瓦壟文，故又名瓦壟子，其肉美，名天鷄。

石蚵

石蚵，形如龜脚，得春雨則花生。郭璞《江賦》：石蚵應節而揚葩。

蜆

蜆殼青黄，生溪湖中，其類甚多，大小厚薄不一。《瓊郡舊志》云：盛夏取生蜆，以酒鹽蘇麻拌匜之，暴乾，名曰曬蜆。

蝘

蝘似馬刀而殼薄，長二三寸，大如拇指。又有竹節蝘，以夏月出。

水荳芽

水荳芽，蝘類也，鮮時殼中有一肉柱如牙箸，醃之則無。

毛蟹

毛蟹，産瓊山淡水中，味極鮮美。

倒挂魚

倒挂魚，鮮食醉人，宜作鮓，出萬州。

石首魚

石首魚，野鴨所化，頭中有白石二枚，瑩潔如玉，故名。石首又名黄花魚，醃而乾之，名鮸魚。陸廣微《吴地記》曰：閶門思海魚而難於生致。治生魚鹽漬而日乾之，故名爲鮸。

勒魚

勒魚，一名青鱗，狀如鰣魚，小首細鱗。《澄邁志》云：小兒痘疹，煑以食之。

鯧魚

鯧魚即鯰魚，一名鏡魚，有烏白二種，小者名鯧鯿，身正圓，無硬骨，炙味美。以其與衆魚交，故從昌。

赤鬃魚

赤鬃魚，《瓊府志》云：鱗鬐皆淺紅色，俗謂之紅魚。可作脯，出儋州昌化者佳。

鯛魚

鯛魚，《北户録》云：鯛魚即鯛魚。《瓊州府志》云：廣之恩州出鵝毛脡，細如毛，用鹽藏之。郭義恭言：武陽小魚大如針，一斤千頭，是也。

吞魚

生東北海，俗名大口魚，性平味鹽，食之補氣，腸與脂味尤佳。按《字書》有吞字。注云：魚之大口者，朝鮮人作吞。文異而義同。

松魚

味極珍異，肉肥色赤，鮮明若松節，故名松魚。東北江海中所産。

民魚

高麗人以民魚爲鮭魚。按：鮭魚味美無毒，膘可作膠，一名江鱘。

鰱魚

味甘美，卵如真珠，色微紅，其味尤美，産北江海中。

銀口魚

朝鮮國産銀口魚，性平無毒，寬中健胃，合生葅作羹最良，即中國之銀條魚也。

李調元《南越筆記》卷一〇《魚》　河魨以番禺茭塘所出者爲美，自虎頭門至茭塘六七十里許，其河魨小，色黄而味甘，少毒，與産他縣大而板牙色白者異。其價賤，土人以當園蔬，秋時競爲河魨之會，以火燔刺，以沸湯沃涎，浣至再三，雜肥肉烹之，皮骨脱落，斯可食矣。河魨終歲皆有，入秋尤宜多食，益胃煖人，可減一衣。産婦每以爲補，其腴在腦，即肝也，俗以爲八珍之一云。

李調元《南越筆記》卷一〇《魚生》　粤俗嗜魚生，以鱸、以鱖、以鱠白、以黄魚、以青鱔、以雪鮫、以鮻爲上，鮻又以白鮻爲上。以初出水潑剌者去其皮劍，洗其血鮮，細劊之爲片，紅肌白理，輕可吹起，薄如蟬翼，兩兩相比，沃以老醪，和以椒芷，入口冰融，至甘旨矣。而鰣與嘉魚尤美。

李調元《南越筆記》卷一一《蟹蜞》　凡春正二月，南風起，海中無霧，則公蟹蜞出。夏四五月，大禾既蒔，則母蟹蜞出。其白者曰白蟹蜞，以鹽酒醃之，置茶蘼花朵其中，曬以烈日，有香撲鼻。生毛者曰毛蟹蜞，嘗以糞田飼鴨，然有毒，多食發吐痢，而潮人無日不食，以當園蔬。故諺有曰：水潮蚜，食鹹解。鹹解者，以毛蟹蜞入鹽水中，經兩月，熬水爲液，投以柑橘之皮，其味佳絶，解其渣滓不用，用其精華，故曰解也。【略】

李調元《南越筆記》卷一一《蠔》　蠔，鹹水所結，其生附石，磈礧相連如房，故一名蠣房。房房相生，蔓延至數十百丈，潮長則房開，消則房閉。開所以取

食，圖所以自固也。鑿之一房一肉，肉之大小，隨其房，色白而含綠粉。生食曰蠔白，醃之曰蠔黃，味皆美。【略】

李調元《南越筆記》卷一一《蠔》 蠔比黃蜆而大，聞雷則生，故文從雷。粵故有蠔田，在番禺市底之南，春初取小蠔種之，至冬乃取，故曰蠔田。田在鹹海中，亦曰蠔塘，猶夫白蜆之塘也。蠔與蠔、白蜆、蠔蚶雖生於天，亦恒生於人。惠潮多蚶田，蚶與沙蛤蠔皆味甘，性温，益人。蚶從甘，不用調和，自然甜美，愈大愈嫩，志稱嶺南炙之名天鱉是也。一名花蠔，沙蛤不可種，故粵人貴沙蛤而賤蠔。蠔凡沙坦皆有，冬月時，漁者以足取之，謂之踢蠔。蠔以天寒乃肥，其以仲秋孕者腹黑。廣人有釀蠔之食，以白者爲貴。

李調元《南越筆記》卷一一《瓦屋子》 南人名蚶爲瓦屋子，《嶺表録異》云：瓦屋子蓋蚌蛤之屬也，南中舊呼爲空慈子，盧尚書鈞改爲瓦屋子，以其殼上有稜如瓦故名。殼中有肉，紫色而滿腹，廣人尤重之，多炙以薦酒，俗呼爲天鱉肉。《通志》：惠潮多種蚶，有蚶田。《南越志》：凡蛤之屬，開口聞雷鳴不復閉口。楊萬里詩：鮓帶桃花楚水蟅。蟅即蚶字。

李調元《南越筆記》卷一一《蝦》 蝦之種類甚繁，小者以白蝦，大者以蝗蝦爲美。蝗蝦産鹹水中，大者長五六寸，出水則死，漁人以絲粘網，其深四尺有五寸，長六尺者，仄立海中，絲柔而輕。蝗蝦至，則鬚尾穿罟，弗能脱也。兩兩乾之爲對蝦，以充上饌，鮮者肉肥白而甘。其次曰黃蝦、白蝦、沙蝦，最小者銀蝦，狀如綉針，以紵布爲網，網大丈有二尺，以二罾戧繫之，口向上流，取蝦卵及禾蟲亦復如是。銀蝦稍大者，出新安銅鼓角海，名銅鼓蝦，以鹽藏之，味亦美，其蝦醬則以香山所造者爲美，曰香山蝦。其出新寧大襟海上下二川者，亦香而細，頭尾與鬚皆紅，白身黑眼。初醃時，每百斤用鹽三斤，封定缸口，俟蝦身潰爛，乃加鹽至四十斤，於是味大佳，可以久食。一種名蝦春，粵方言凡禽魚卵皆曰春，魚卵亦曰魚春子，唐時吴郡貢魚春子即魚子也，然蝦春非蝦之卵也。江中有水蟻，大僅如豆，其卵散布，取之不窮，産新會者卵稍粗，滋味益好，燒之通紅，紅故鮮明，多脂而可口。次則番禺深井江勒海所産，村落間家有數甕，終歲醃食之，或以入糟，名泥蝦。又丹蝦産惠州西湖，其色青，煑熟丹紅，絶鮮美。諺云：湖上漁家，白飯丹蝦。白飯者，水晶魚也，長不盈寸，大不過分，其色瑳潔，無乙有丙，八九月有之。

李調元《南越筆記》卷一一《水母》 水母生海中，以鹹水之渣滓爲母，故名水母，鮮煑輒消釋出水，一名海蛇，氣最腥，爲蟲之所宅。蟲者，蝦也，水母以蝦爲浮沉，故曰水母目蝦。性冷，能化物，不能自化，脾胃弱者勿食。乾者曰海蜇，腹下有脚紛紜，名曰蜇花，八月間乾者，肉厚而脆，名八月子，尤美。

李調元《南越筆記》卷一一《黃魚蟲》 黃魚蟲，一名天蝦，色白，狀如蛺蟅，四五月間從空飛入水，化而爲蟲，黃魚食之而肥，名黃魚蟲。漁人取其未化者炙食之，云味甘美，或以爲蝦所化，以其自天，故曰天蝦。崔豹云：海間有飛蟲，如蜻蛉，名繙紺，七月羣飛鬧天，夷人食之，云蝦所化。或曰腐艸爲螢，朽麥爲蜇，蜇爲蝦，天蝦者，蜇之所化，未知然否。

李調元《南越筆記》卷一六《粵西鯗粵東膾》 粵西善爲魚鯗，粵東善爲魚膾，有宴會，必以切魚生爲敬，食必以天曉時空心爲度。每飛霜、鑄泡顯醪下薑葽，無不人人色喜，且餐且笑。其膾也皆以男子，鯗則以婦人。凡女始嫁，其家必以數十黃罌與之，能善爲鯗，使甘酸而香可飫口，是爲好發。粵東羅定所居，在山谷中，少魚，俗亦尚鯗。廉州則以珠桂肉爲鯗，連州以筍蟲膾之，色白如雪，味甚甘。

桂馥《札樸》卷一《魚鼈》 韓奕魚鼈鮮魚，箋云：魚鼈，以火熟之也。《正義》云：案字書魚毛，燒肉也，魚烝也。《通俗文》曰糝煮曰魚。然則魚與魚別。而此及六月云，魚鼈者，音皆作魚。然則魚與魚以火熟之者，亦魚字義。《玉篇》：字音皆作魚者，徐音甫九反是也。箋謂魚以火熟之謂烝煮之也。此謂魚魚，火熟也，是也。陳啓源曰：毛燒不可施於鼈魚作魚，爲當釀。案魚正作炰。《説文》：炰，烝也。炰轉爲魚者，孚包聲相近。罦或作罘，浮或作抱脬，或作胞。《吕氏春秋》：炰人即庖人。《公羊傳》：包來左氏作浮來。《漢書》：浮丘伯，《鹽鐵論》作包丘子是也。《内則》：魴鯉蒸雛燒。皇侃疏云：魴鯉二魚，皆蒸熟之雛，是小鳥火中燒之，是則魚烝鳥燒，自昔皆然。鼈亦魚類，故宜炰也。

桂馥《札樸》卷九《烏鯽卵鮑魚子鮥鯕乾》 《夢溪筆談》：宋明帝好食蜜漬鯬鮧，乃今之烏鮧腸也。馥案：登萊人喜食烏鯽卵，糟藏寄遠。其卵自分片，柔滑美味也。鮑魚子大者廣二三寸，長及尺，有膜包裹，鹽藏不敗，勝於肉脯。《新字林》云：魚子脯曰膞子。萊州鮥鯕析而乾之，作葵似鯛蟹肉。

桂馥《札樸》卷九《鮑魚》 登州以鮑魚爲珍品。案即鰒魚。《漢書·王莽傳》：唶鰒魚。顔注：鰒，海魚也，音雹。《廣志》：鰒無鱗，有殼，一面附石，細孔雜雜，或七或九。馥案：其孔至十二而止，即《本草》之石決明。

桂馥《札樸》卷九《憨飽》　膠州有海蚌，俗呼憨飽，初不知其何物也。廚人具食中，有小蟹熟則色白，而背有一道紅線。案：郭璞《江賦》：瑣蛤腹蟹。李善引《南越志》：瑣蛤長寸餘，大者長二三寸，腹中有蟹子如榆莢，合體共生，爲蛤取食。馥案：蛤正作鮚。《説文》：鮚，蚌也。漢律：會稽郡獻鮚醬。《漢書・地理志》：鄞縣有鮚埼亭，以鮚得名。今菜人不知造醬，皆炙食。

《抱樸子》：小蟹不歸而鮚敗。《述異記》：淮海之人呼璅蛤爲蟹奴。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》　紅海粉

《蠻語》：海珠生嶺南，狀如蛞蝓，大如臂，所茹海菜，於海濱淺水吐絲，是爲海粉。鮮時或紅或緑，隨海菜之色而成，或曬晾不得法，則黄有五色者，可治痰。或曰此物名海珠母，如墨魚大，三四寸，海人冬養於家，春種之，瀕湖田中遍插竹枝，其母上竹枝吐出，是爲海粉，乘濕舒展之，始不成結，以點羹湯佳。治赤痢風痰。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷九《禽部》　燕窩

一名燕蔬菜。從新云：出漳泉沿海處有之，乃燕啣小魚春壘之窩中，人取之。《閩小記》云：燕取小魚粘之於石，久而成窩，有烏、白、紅三色，烏色品最下，紅者最難得。能益小兒痘疹，白色能愈痰疾。【略】從新云：今人用以煮粥，或用鷄汁煮之，雖甚可口，然亂其清補之本性，豈能已痰耶。有與冰糖同煎則甘壅矣，豈能助肺金清肅下行耶。物理小識燕窩能止小便數。逢原云：甘平無毒，鳥啣海粉作窩，得風日陽和之氣，化鹹寒爲甘平，能使金水相生腎氣，上滋於肺，而胃氣亦得以安，食品中之最馴良者。惜乎《本草》不收，方書罕用。今人以之調補虚勞，咳吐紅痰，每兼冰糖煮食，往往獲效，然惟病勢初淺者爲宜，若陰火方盛，血逆上奔，雖用無濟，以其幽柔無剛毅之力耳。張石頑云：暴得咳嗽吐血乍止，以冰糖與燕窩菜同煮連服，取其平補肺胃，而無止截之患也。惟胃中有痰濕者，令人欲嘔，以其甜膩膈故也。《食物宜忌》云：壯陽益氣，和中開胃，添精補髓，潤肺，止久瀉，消痰涎。《嶺南雜記》：紅色者治血痢，入梨加冰糖蒸食，治膈痰。

何惠川云：翻胃久吐有服人乳，多吃燕窩而愈者。老年痰喘，《文堂集驗方》：用秋白梨一個去心，入燕窩一錢，先用滾水泡，再入冰糖一錢蒸熟，每日早晨服下，勿間斷，神效。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷九《禽部》　素燕窩　《月湖筆藪》：近時素食中盛行一種素燕窩，甯波洋行頗多，形白而細長，空心虚軟，儼如食舖中餞子而細，有七八寸至尺長不等，望之晶瑩，握之輕虚，每三十餘枝作一束，厨人買得，湯沃之即起，脈絲絲然凝白，類官燕，以入素饌爲珍品，食之亦淡而少味，不知何物造成。或曰糯粉山穀爲之，何以見沸湯反脆美。或曰銅鉛之苗，産海外深山，食之可明目。近日始知有用者，不知然否，附記俟考。《北硯食規》有製素燕窩法，先入温水一盪伸腰，即浸入滾過冷水内，俟作料配菜齊集，另鍋製，好笊籬撈出燕窩，將滾湯在笊籬上淋兩三遍可用，軟而不糊，拌燜用。解食烟毒。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《鱗部》　帶魚，出海中，形如帶，頭尖尾細長者至五六尺，大小不等。【略】《五雜俎》：閩有帶魚長丈餘，無鱗而腥，諸魚中最賤者，獻客不以登俎，然中人之家，用油沃煎，亦甚馨潔。【略】帶魚形長扁薄似帶，色白無鱗，肉細，佳膾醃鮓，風乾久藏不敗，煎烹味美，多食發疥。註：帶魚啣尾而行，得一可連數十，醃食佳。黑夜有光，故有毒。《藥性考》

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《鱗部》　沙魚翅

沙即鮫魚，種類甚多，皆可食。《綱目》鮫魚條。《集解》下瀕湖。註云：沙魚腹下有翅，味並肥美，南人珍之，主治下，特載其肉皮膽之功用，翅獨畧焉。今人習爲常嗜之品，凡宴會餚饌，必設此物爲珍享。其翅乾者成片，有大小，率以三爲對，蓋脊翅一，劃水翅二也。煮之折去硬骨，檢取軟刺，色如金者，瀹以鷄湯，佐饌味最美。漳泉有煮好剔取純軟刺，作成團如胭脂餅狀，金色可愛，名沙刺片更佳。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《介部》　石蜐。【略】下寒澼，消積痞濕腫服虚損人。以米酒同煮食，最補益。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《介部》

蝦生淡水者色青，生鹹水者色白，溪澗中出者殼厚氣腥，以其得土氣薄也，湖澤池沼中者殼薄肉滿氣不腥，味佳，海中者色白肉粗味殊劣，入藥以晰且其主治下，殼肉蜆水皆載而蜆腊無聞焉，特采介語以補。

【略】

蝦米。味甘性平，逐風痰。胡潛《法製編》有蛤蚧蝦製法，云食之補腎益陽。

蝦米一觔，蛤蚧二枚，茴香、蜀椒各四兩，並以青鹽化酒炙炒，以木香末一兩和匀，乘熱收新餅中密封，每服一匙，空心，鹽酒嚼下，甚妙。

鷺爪。味甘性平，治疣去癬。《食物宜忌》

治無乳及乳病。蝦米酒，鮮蝦米一勉，取淨肉搗爛，黃酒熱服。少時乳至，再用猪蹄湯飲之。一日幾次，其乳如泉。

蝦子。鮮者味甘，醃者味鹹，甘皆性温，助陽通血脈。俱見食物宜忌。敏按：粵語云蝦春非蝦子也，江中有水蜞，大僅如豆，其卵散布，取之不窮。然則蝦春之性，當與蝦性有別。陳芝山助陽之説，或未加精核耳。

對蝦。《粵志》：蝗蝦産鹹水中，大者長五六寸，出水則死。漁人以絲粘網，其深四尺有五寸六寸者，仄立海中，絲柔而輕，蝗蝦至則鬚尾穿罥，弗能脱也，兩兩乾之爲對蝦，以充上饌。《宦遊筆記》：淮海産對蝦長數寸，兩兩乾之，勾結如環，烹以爲羹，味鮮美，居人往往以享客，且可致遠，或曰以雌雄爲對，但當懷子，既散之後，雌雄亦無從辨。至其出時，自正月望後始，二三四月大盛，端陽而後即杳不可得，亦物理之不可推者也。補腎興陽，燒酒浸服。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《介部》 西施舌

屠本畯曰：沙蛤，土匙也，産吴航，似蛤蜊而長大，有舌白色，名西施舌。《閩部疏》曰：海錯出東四郡者，以西施舌爲第一，蠣房次之。西施舌本名車蛤，以美見謚，産長樂灣中，《本草》從新。西施舌，浙温州有之，生海泥中，似車螯而扁，常吐肉寸餘，類舌故名。敏按：臨安館劉芳洲明府署中，劉爲諸城相國胞姪，據言介屬之美，無過西施舌，天下以産諸城黄湖澤中者爲第一。以蝦煮曬乾去殼，大者曰鶯爪，小者曰蝦米，又蝦子名曰蝦春。錢塘八月潮盛時，江濱人俟潮退後，率於江沙淺水處，撈取蝦子入市貨買，點者以腐渣搓和，須取少許置銅銚中，和鹽炒之，色純紅者乃真，多醃藏貯作來春食品。《綱目》蝦及海蝦分條明晰於蝦内。《集解》下載蝦米海蝦，《集解》下載對蝦，皆不立主治，僅云充饌品而已，故悉爲補正其缺。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷一〇《蟲部》 海參

《閩小記》云閩中海參色獨白，類撐以竹簽大如掌，與膠州遼海所出異，味亦淡，劣入藥。以産遼海者良，紅旗街出者更勝於緑旗街。有刺者名刺參，無刺者名光參，入藥用大而有刺者佳，一名海男子，有粳糯二種，而黑膩者尤佳，人以腎爲海，此種生北海鹹水中，色又黑，以滋腎水，求其類也。《百草鏡》云：南海泥塗亦産海參，色黄而大，無刺，肉亦硬，不中食品，土人名曰海瓜皮，言其如瓜皮之粗韌也，以其充庖媲豬肉，食可健脾，入滋補陰分藥，必須用遼東産者，亦可熬膏作膠用。《藥鑑》：海參出盛京、奉天等處者第一，色黑肉糯多刺，名遼參。刺參出廣海者，名廣參，色黄。出福建者，皮白肉梗糙厚無刺，名肥皂參。光參出浙江甯波者，大而軟，無刺，名瓜皮參，品更劣矣。閩東韓子雅言：海參生東海中，大小不一，體滑如蜒蚰，能伸縮，羣居海底，遊行迅疾。取參者用海狗油滴水，海水乃清見底，見有海參，即入水取之。此物沾人氣便不動，先以兩手探握，置頸兩傍，再取置肋下，次及兩腿胯及膝，皆可夾取。此物一沾人氣，即不動，然後出水，以刀剖去腸胃，石灰醃去腥涎，令體肉緊密乾之，乃縮至寸許。其實生者大如瓜，長尺許也，若乾者寸外，生時體更大可知。蓬萊李金什言：海參亦出登州海中，與遼東接壤所産海參亦佳。彼土人言，海參多伏海中大石上，水深不可見。取參者必用海狗油滴入水中，則有一暈散開，清澈見底，然後入水取之。每每遭鯊魚毒害，故其價亦不廉。其體生者身多滑涎，去腸胃，以灰醃去腥涎，乾之出售，每多灰鹹氣也。福山陳良翰云：海參生北海者佳，爲天下第一。其參潛伏海底，至二三月東風解凍時，多浮出水面，在海塗淺沙中孳乳，入水易取，然腹中出子後，惟有空皮，皮薄體鬆，味不甚美，價亦廉，識者賤之，名曰春皮。四五月則入大海，深水抱石而處，取之稍難，體畧肥厚。至伏月，則潛伏海中極深處石底，或泥穴中，不易取，其質肥厚，皮刺光澤，味最美，此爲第一，名曰伏皮，價頗昂，入藥以此種爲上。若秋冬時，則又蟄入海底，不可得矣。《五雜俎》：海參，遼東海濱有之，一名海男子，其狀如男子勢，然淡菜之對也。其性温補，足敵人參，故名曰海參。《藥性考》：海參遼産者佳，吴浙閩粵者肥大無味，虚火燥結。同木耳切爛，入猪大腸煮。《食歌》云：海參鹹寒，降火滋腎。通腸潤燥，除勞怯症。遼産小佳，刺密脆硬。南産厚大，肉味稍遜。

楊炳南《海録·西南海·西嶺》 土産海參、魚翅、棉花、蘇合油。海參生海中石上，其下有肉盤，盤中生短蒂，蒂末即生海參，或黑或赤，各肖其盤之色，竪立海水中，隨潮摇動。盤邊三面生三鬚，各長數尺，浮沈水面。採者以鉤斷其蒂，撈起剖之，去其穢，煮熟，然後以火焙乾，各國俱有，唯大西洋諸國不産。

程岱葊《野語》卷八《燕窩菜》 爲海錯上珍，舊傳産柔佛國，今閩廣貨者，不盡自柔佛來也。王世懋《閩部疏》云：海燕所築，銜之飛渡，翮倦則擲置海面，身坐其中，久之復銜以飛。陳懋仁《泉南雜志》云：遠海近番處有金絲燕，毛如金絲，臨卵時啄蠶螺以食。土番云：蠶螺背上肉有兩肋，如楓蠶絲堅潔而白，可補

虛損已勢痢。燕食之肉化而肋不化，嘔出結爲小窩附石上。燕雛能飛，海人拾之，故名。未知孰是。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・八月令雜識》 赤鯉鮨。《博物志》：西羌仲秋月，取赤頭鯉以爲鮨。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・六月令雜識》 天蝦鮓。《倦遊録》：嶺南暑月，白蟻入水爲蝦，土人夜以火燭取，製爲鮓，名天蝦鮓。

吴翌鳳《鐙窗叢録》卷二 郭璞《江賦》：玉珧海月。注：珧，蚌屬，《本草》曰一名海月，其肉瑩光如玉，腥不可聞，中有肉柱二條，味絶美，即所謂江瑶柱也。字本作珧。謝詩：挂席拾海月即此。周櫟園《閩小記》曰：江瑶柱出興化之涵江，形如三四寸扁牛角，雙甲薄而脆，界畫如瓦楞，肉不可食，美在雙柱。

韓泰華《無事爲福齋隨筆》卷下 左太沖《吴都賦》曰：乘鰿黿鼉。劉淵林注：鰿形如惠文冠，青黑色，十二足似蟹足，悉在腹下，長五六寸，産於海濱。嘗見閩浙製爲鰿醬，云其味最美。鰿醬之名，見《武林舊事》。

蝦蕈大者能土遁，覆於盆下夜必失之。張世南《游宦紀聞》謂成都人最貴重，以料物和酒炙之，曰炙蟾，親朋更相餽遺。余在川絶不聞有嗜此者。

盧若騰《鳥居隨録》卷下 《物類相感志》云：燈心煮鮓甚妙。鮓即泥鰍也，一名鰌魚。

王念孫《讀書雜志・荀子》卷八《汩之　奧之》 曾子食魚有餘，曰：汩之。門人曰：汩之傷人，不如奧之。楊注曰：汩與奧皆烹和之名。未詳其説。盧氏《龍城札記》曰：案：非烹和也，曾子以魚多欲藏之耳。汩，米汁也。汩之，謂以米汁浸漬之。門人以易致腐爛，食之不宜於人，或致有腹疾之患，故以爲傷人。《説文》：奧，宛也。宛，奧也。奧與宛皆與鬱音義同。今人藏魚之法：醉魚則用酒，醃魚則用鹽，置之瓶中以鬱之，可以經久且味美。奧如鬱韭、鬱麴之鬱，鬱非見《説文》酷字下。鬱麴，見《釋名》。皆謂治之，藏於幽隱之處。今魚經鹽酒者，於老者病者極相宜，正與傷人相反。念孫案：米汩不可以漬魚。盧謂以米汁浸漬之，非也。汩當爲泊。周官土師，泊鑊水。鄭注曰：泊，謂增其沃汁。襄二十八年，《左傳》：去其肉而以其泊饋。《正義》曰：添水以爲肉汁，遂名肉汁爲泊，然則添水以爲魚汁，亦得謂之泊。泊之，謂添水以漬之也。《吕氏春秋・應言篇》：多泊之，則淡而不可食，少泊之，則焦而不熟。高注曰：肉汁爲泊，彼言多泊之少泊之，即此所謂泊之矣，以泊漬魚，則恐致腐爛而不宜於食，故曰泊之傷人也。隸書甘字或作自，與自字極相似，故泊誤爲汩耳。《漢西嶽華山亭碑》：甘澍弗布，甘字作自。見漢隸字原。奧亦非烹和之名。盧訓奧爲鬱是也。《釋名》曰：臆，奧也，藏物於奧内，稍出用之也。彼所謂臆即此所謂奧之矣。然盧謂奧與宛鬱同音，則非也。奧與宛鬱同義而不同音，故諸書中鬱字有通作宛者，而宛鬱二字無通作奧者，以宛鬱釋奧則可，讀奧爲宛鬱則不可。

王念孫《廣雅疏證》卷八上 鮓、鮨、鮓，蓋也。《説文》：鮓，藏魚也，南方謂之鮓，北方謂之鮓。《周官》：庖人共祭祀之好羞。鄭注云：若荆州之鱄魚，青州之蟹胥。《釋名》云：鮓，菹也，以鹽米醸之如菹熟而食之也。字竝與鮓同。春秋衛庾公差字子魚，差亦鮓字也。《曲禮》：鹽曰鹹鱄，鱄與鮓義亦相近。説見釋言：鮓，鹹也。下《説文》鮓，蓋也。一曰大魚爲蓋，小魚爲鮓。《玉篇》作鮓，音才忧、才感二切。僖三十年，《左傳》注云：昌歜昌蒲，菹也。釋文歜，在感反，在感與才感同音。昌蒲菹謂之歜，猶魚鮮謂之鮓矣。《説文》：鮨，魚胎醬也，出蜀中。《爾雅》：魚謂之鮨，肉謂之醢。郭注云：鮨，鮓屬也。

梁紹壬《兩般秋雨盦隨筆》卷六《鮮魚生蔥》 東坡《仇池筆記》以徐問真啖鮮魚生蔥爲異人。古人蓋未知食鮓之説，所謂鮓者，特乾魚片子耳。今則南中以鮮鮓爲佳品矣，至生蔥之味美，實過于熟蔥、北方人人啖之，南人亦十有五六，尤不足奇也。

梁紹壬《兩般秋雨盦隨筆》卷七《醋溜魚》 西湖醋溜魚，相傳是宋五嫂遺製。近則工料簡澹，直不見其佳處，然名留刀匕四遠皆知。番禺方橡坪孝廉恒泰《西湖詞》云：小泊湖邊五柳居，當筵舉網得鮮魚。味酸最愛銀刀鱠，河鯉河魴總不如。讀此詩，覺此魚頓然生色甚矣，文人之筆，足以移情也。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》 娃娃魚，又名孩兒魚。滇黔溪澗類有之，偶有大至百觔者。無鱗，首略似鯉，尾略似鮎，有手足似人，指縫聯皮如鴨脚，能鳴聲似兒啼，能登岸上樹。漁者網得爲不祥。入滾水去其皮，治而烹之，鳴甚哀，見之慘然。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 海物。鯛魚鮝魚黄魚魦石首刀魚均有，河豚大小不等，土人不食。馬膏魚多。鰳魚其殼可當拗杓用，其子甚多，烹之要油多。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 蠣黄肉如大魚眼睛，片之可爲羹。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 波螺肉亦可食，其殼光滑可

玩，穿其底吹之，器同胡笳。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 烏魚即海螵蛸，八文錢一枚，水煮燒之可食。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 海蜇，水母也。鮮者醃之甚臭，土人食之。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 香螺肉如海參，片之醃食。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 蠔連殼二十文錢一觔，土人取其肉拌麵，油煠食之。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 蚶子，當地風俗，歲底必用，下以早春爲佳，晚則腥愈甚，毒愈重，或至腹中生斑，形區色雜如草蘇，子軟而滑，多寡不定。尤見腥惡，然味頗肥美。啫之者揀之使淨，雖三月仍恣口腹。其揀之之法：必去其雙睛與背肉中兩路紫血，及雌者之子。晚者之斑，揀併一器，必棄諸圊埋諸地。若雞犬竊食，無不立斃。其雄者有白無毒，美其名稱西施乳，爲上品。其皮多刺可憎，剥下切而同烹，惟近尾一段皮，獨無刺絶佳，當亦可美，其名稱楊妃襪。其餘肉與肝骨顋鰭皆切而洗漂，務使血淨。並入油鍋煎，加酒醬油茴香葱薑糖，并可加甜醬，燒須極熟宜遲，遲毋躁，若急欲供饌，致未熟透，實可殺人，非戲言也。此物産江海之交淡水中，春過絶跡，不審歸於何所。前人詩云：蔓蒿滿地蘆芽短，正是河豚欲上時。蓋以此也。吾鄉每春誰家不食，近數十年來，却罕聞。有殺人者，非不殺人，烹飪無不嚴也。【略】

蔣超伯《南漘楛語》卷六《鱠本作膾》 古時食單最重魚鱠。曹植《七啓》：膾西海之飛鱗。孫毓《七誘》：膾天流之潛鮪。傅元《七謨》：膾錦脣鱗斑胎。枚乘《七發》稱鮮鯉之膾。桓驎《七説》稱鯉魚之膾。傅毅《七激》云：涔養之魚，膾其鯉鮪，分毫之割，纖如髮芒。其它如劉邵《七華》云：洞庭之鮒，出于江峭，乃使朱元揮鸞，騁厥妙技。張衡《七辨》云：鬯洛之鱒，割以爲縱，分拆縷細，隨鍔離俎，紛紛繽繽。皆形容膾之妙也。陳登啖膾過多，幾成肉疽。房琯疾終，因食魚膾。楊暈《膳夫録》並謂膾莫先于鯽魚鮒鱸，次之今世珍庖，無有細切鯽魚者。惟廣人好啖魚生，是古時作膾遺法，然北來仕宦亦不喜食之，蓋古今風俗之異如此。

王端履《重論文齋筆録》卷三 海鹽，海中小魚也，曝乾大僅如米粒，甬東人目爲珍味，苞苴致遠，意頗矜貴，然食之不過較勝蝦米一籌。慈谿姜西溟太史咏琴魚而兼及之，云：儂家本住扶桑東，扶寸的皪連杈筒。海鹽之味將無同，勿訝所不知耳。亦如吾邑楊梅味詩獨絶，士大夫多以未經嘗試爲憾，然酸甜相雜，見慣甚覺平平，未能動人食指也。又如張翰純鱸相傳韻事，蓴固佳品，至鱸魚味極薄劣，何至有秋風之興。近有松江人以醉鱸見貽者，啓之乃杜父魚也。魚皆二腮，惟杜父魚四腮耳。食者流傳聞不實，遂謂鱸皆二腮，惟出松江者四腮，是誤認杜父魚爲鱸魚，可發一粲。杜父魚最鮮嫩，然只宜蒸食，糟之便失真味。至蓴菜，春時嫩芽極爲甘滑，生熟俱可食。至秋新芽重發。土人無食之者，始轉販吴都，犂詩異味耳。

張澍《三秦記》 製魚肥，炙甚美。故諺云：寧去累世宅，不棄製魚額。澍按：此《三秦記》文，《太平御覽》引作《三輔決録》，誤，今改入。

梁章鉅《歸田瑣記》卷一《鱘魚》 居揚州日，偶以江鱘二尾獻阮雲臺師。師以手柬報之曰：此鱘魚，即爾雅之鮥當魴，曾考之否。余行篋無書，以屬黄右原比部。右原作鮥魴説甚詳。按：鱘或作鱘，通作時，見《韻會》。《爾雅》：鮥當魴。注海魚也，似鯿而大鱗，肥美多鯁。《集韻》：鮥音因，似鯿而大鱗，肥美多鯁，或作鱣。惟《類篇》言其出有時，故名鱘。《正韻》言似魴，肥美，江東四月有之。然吾閩秋冬間亦有之，則其出有時之説，不盡然也。廣西梧州亦有之，名三黎魚，又呼三來魚，蓋一音之轉，其味稍減。此本海魚，得江水蕩滌之，其味愈美，故以出揚子江者爲佳。余守荆州，過嚴州，皆得食之。昔人謂荆州有鱘，主起刀兵，不宜食。余以八月食鱘，次年五月，升任去荆，毫無他警，則前説亦不盡然也。此皆右原説中所未及者，故附記之。

梁章鉅《浪蹟叢談》卷八《服海參》 余撫粤西時，桂林守興静山，體氣極壯健，而手不舉杯，自言二十許時，因縱酒得病幾殆，有人教以每日空心淡吸海參兩條而愈，已三十餘年戒酒矣。或有效之者，以淡食艱於下咽，稍加鹽酒，便不甚效。有一幕客，年八十餘，爲余言海參之功，不可思議。自述家本貧儉，無力購買海參，惟遇親友招食，有海參，必吸之淨盡，每節他品以抵之，已四五十年不改此度。親友知其如是，每招食，亦必設海參，且有頻頻餽送者，以此至老不服他藥，亦不生他病云。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《燕窩》 燕窩出廣東陽江縣最多，或云海燕採小魚

營巢，故名燕窩。或云海燕啄食螺肉，肉化而筋不化，並精液吐出，結爲小窩，啣飛過海，倦則漂水上暫息小頃，又銜以飛，人依時拾之。《閩小紀》云：燕窩有烏白紅三種，紅者最難得，可治小孩疳瘡，白者愈痰。今閩廣入貢者鮮白無纖翳，云係人力折製所成，非天然如是也。吾鄉許青巖方伯松佶云：燕窩產海島中，窮巖邃谷，足力繩竿之所不及。估舶養小猿之善解人意者，以小布囊繫猿背上，縱之往升木，躡崖盡剥塞貯囊以歸。猿之去也，苦不得食三數日始返，估客以果餌充囊中，俾之遠出不饑拙者，出即剥塞囊中，歸而傾囊不過數片，爲果餌占地也。黠者將果餌傾巖竇間，剥塞滿囊，往返數四，尤爲便捷。此一猿值數百金，價數倍於拙者。許謹齋黄門志進每晨起，用燕窩合蔗漿蒸食之，以融軟爲度，謂他人皆生食也，可終日不涸云。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《海參魚翅》 《隨園食單》言海參魚翅皆難爛，大凡明日請客，須先一日煨之，方能融洽柔膩。若海參觸鼻，魚翅跳盤，便成笑語。可謂言之透切。憶官山左時，有幕客赴席回，余戲問肴饌如何。客笑曰：海參圖脱拒捕，魚翅札傷事主，合座爲之軒渠不已。惟隨園謂魚翅須用雞湯攪和，蘿蔔絲飄浮碗面，使食者不能便其爲蘿蔔絲爲魚翅，此似是欺人語，不必從也。隨園又謂某家製魚翅不用下刺，單用上半厚根，則亦是前數十年前舊話。近日淮揚富家觴客，無不用根者，謂之肉翅。揚州人最擅長此品，真有沈浸醲郁之概，可謂天下無雙，似當日隨園無此口福也。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《燕窩》 隨園論味最薄燕窩，以爲但取其貴，則滿貯珍珠寶石於碗，豈不更貴，自是快論。而其撰食單，又云：燕窩貴物原不輕用，如用之，每碗必須三兩，則不但取其貴而且取其多，未免自相矛盾矣。今人徒務其名，用三錢或五錢生燕窩鋪於碗面，而以肉絲雜物襯之，竟似白髮數莖，一撩不見。固形其醜而必以三兩爲限，則無與於味之美劣，徒以財力相誇而已。今京師好厨子包辦酒席，惟格外取好燕窩一兩，重用雞湯火腿湯磨菰湯三種瀹之，不必再攙他作料，自然名貴無已，即再加數錢以見豐盛，斷無須加至二兩。若三兩之説行，則徒爲厨子生發，爲厨下留餘，何益於事。至言在廣東食冬瓜燕窩甚佳，則亦不可信。冬瓜無本性，亦無本味，不得謂之以柔配柔，以清配清。近人更以鴿蛋圓其碗邊，亦取柔配柔，清配清之意，皆於真味不加毫末，更無謂矣。按：燕窩一物美劣懸殊，價值亦異。如廣東灣門及吾閩厦門所産，潔白不待言，而其絲之長至與箸等，祇須一兩即可充一碗而有餘，此須相物爲之。如此燕窩必以三兩塞一碗，則反討太多之厭矣。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《靖遠魚》 甘肅靖遠縣，黄河邊瘠區也。冬季黄河中所出小魚，長不過三寸，縣官取而腊之，歲底則以分餉省中各大吏及同官院司，每署二百尾，道署府署每署百尾，餘以次而殺，歲以爲常。省中每以此爲獻歲美品，余循例收之，惟某制府獨峻卻焉。越日，余偶留制府晚餐，出此佐酒。制府食之而美而譽不容口，並詰所從來。次日，即遣家丁向余索此魚，余合署食之已過半矣，乃以剩餘五十尾獻之。當時從縣志中繙出其名，今久忘之，但呼爲靖遠魚云。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《土參》 距温州府城數十里，爲永嘉場濱海斥鹵地，出一物似鰒魚，無頭無足色青，而質亦較嫩，或云即小鮑魚，又似無刺之小海參。據土人云，其腹中具腑臟，須盡剔去，製食脆美，土人名之曰土參，以比之海參也。適與朋好作飣餖會，人各二味，重複者有罰。廖菊屏出此品，則不但從未入口，並從未聞名。署中多濱海客，攜歸示之，亦各不能識其物，當爲《海錯志》所不收也。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《黄河鯉》 黄河鯉魚足以壓倒鱗族，然非親到黄河邊活烹而嗽之，不知其果美也。余以擢桂撫入覲京師，至潼關即欲渡河，城中同官皆出迎，爭留作晨餐。余曰：今日出門甫行二十里，不須早食，擬再行二十里，方及前驛午餐爲宜。費鶴江觀察曰：緣此間河鯉最佳，爲他處所不及，且烹製亦最得法，不可虚過耳。余乃從所請，入候館食之果佳，當爲生平口福第一，至今不忘。吾鄉惟鱘魚可與之敵，而嫌其多刺，故當遜一籌也。京師酒館中醋溜活鯉亦極佳，然風味尚不及潼關，殆以距黄河稍遠耳。《隨園食單》中獨遺此味，實不可解。潼關固隨園行縢所未到，而京中之活鯉，豈亦不足繫其懷來乎。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《鱘魚》 廖菊屏守備連日招客看花，皆郡署中同人也。余適新獲江鱘一尾，即以贈之，俾佐一觴，並疊前韻索和。云：莫嫌一尾到珊珊，助爾歡場錦簇團。此物由來關宦味，卅年世態静中看。眼福還兼口福忙，醉鄉勝否黑甜鄉。嘉魚名卉偏多刺，莫怪題詩易感傷。憶自卅餘年外宦，後凡遇鱘魚，率皆屬吏争先呈獻，即同人往復投贈，亦取自宫中而已，足從未破費囊中一錢。辭官以來，乃反是，故前詩三四句戲及之。又薔薇多刺，鱘魚亦多刺，二物巧值一時，故後詩三四句戲及之。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《甌江海味雜詩》 余就養東甌已踰年，所嘗海味殆

偏，實皆鄉味也。以久宦於外，乃久不得嘗耳。昔朱竹垞先生客永嘉數日，有海味雜詠十六首，余曷敢比竹垞。而口腹之好同之，因亦隨物綴以小詩，而名號各殊，並各贅數言爲小引，俾觀者有所考焉。

王瓜魚。此魚以四月王瓜生時出，吾鄉因呼爲王瓜，亦稱瓜魚，而他鄉人多呼爲黃瓜魚，因復稱爲黃魚皆誤也，其實古名石首魚。瓜魚乃常饌，甘美而清真。長年有如此，何煩夢鱸蓴。甌江長年有此，即吾閩亦不能也。

鰻魚。此海鰻也，甌人多不敢食，小者間以充饌，稍大即羞之，故大鮮鰻頗難得也。河鰻我所戒，河鰻即白鱔，吾鄉呼爲壯鰻。近年始與黃鱔同入戒單云。海鰻我所嗜。甌人戒鮮食，咄哉不知味。

鰣魚。鰣魚冬出者愈美，吾鄉間亦有之，昔人謂鰣魚以夏時出而名疎矣。余今歲於重陽前，對菊花置酒賞之，足增詩事矣。蒸鰣賞牡丹，吾鄉每以四時土物與四季名花一一相配，置酒賞之爲韻事，如鰣魚配牡丹，荔枝配荷花，蟹配菊花，蠣配梅花也。吾鄉樂事僅奇哉，菊花天兼有持螯韻。

帶魚。此與吾鄉同，而鬬且厚者頗難得。帶魚如帶長，我但求其寬。烹製倘如鰣，美堪佐春盤。此魚家人率以常饌忽之，余嘗爲友人留飲，以白糟豬脂，同蒸鰣法治之，乃美不可言。

鮸魚。鮸魚俗名鍋蓋魚，肖其形也，其美全在肝，他鄉人鮮知味者，此間厨子亦剔去之。鱗族乃無鱗，厥形亦可嚇。誰知美在肝，不減河豚白。肝金黃色，其味酷似河豚白，其性亦畧相同，余嘗呼爲鯓魚，黃恰可對河豚白也。

鱠殘魚。吾閩長樂福清有之，別有土名，有聲無辭，莫能譯以上紙也，此間乃呼爲龍魚頭。鱠殘名最古，方言莫能收。冰肌復玉質，如何稱龍頭。《正字通》有此名，吾鄉乾者亦名龍頭鮓。

蠏。甌人多不敢食，嫌其形也，烹法亦難，厨子多爲之束手。蠏帆如便面，自以吾長樂縣海壖所種爲最美，而《天中記》稱樂清縣新溪口有蠏舆，方圓四十畝，四面皆蠏，離奇形可憎。烹製亦實難，安得天厨星。蠏尾最佳，然烹製實難得好手。

蠘。此吾鄉所謂石蠘，濱海皆有之，總不及長樂所産之豐美，而其味則略同，入秋即登市也。蠘房海之美，當冠加恩簿。吴航與新溪，甲乙未易譜。蠘房素所不産，忽登盤俎，競訝新奇。每一簋直京錢十數千，風尚奢靡，物來相應，亦理之自然。若邵康節先生見之，必又生議論矣。

蝗。此與吾閩同而其質較小，憶小住揚州時，楊竹圃親家由鹽城寄惠玉箸蝗，食之絶美。今一海相通，而此味渺不可得矣。蝗味次於蠘，佐饌亦所宜。獨惜水晶人，繼見竟無期。在揚州時，以玉箸蝗分餉，吴芗菴《京兆承和詩》，以白角衫裹水晶人爲比。

蚶。甌江多蚶，入秋即登市，但豐美不及奉化所産耳。甌江頗多蚶，登盤甫新秋。但不及奉化，飽餐敢多求。

石蚿。郭京純云：《江賦》云石蚿形如龜脚，得春雨則生。江淹賦云：一名紫蕨。《平陽縣志》云一名仙掌。皆肖其形也。石蚿即龜脚，其形似筆架。粗皮裹妍肉，雖免厨子詫。上層如筆，下層皮甚粗，剥之則内肉絶白而嫩。温州厨子不諳製法，詭言海中所無，强之始購於市也。

蝑。蝑爲海蟹，蟹爲湖蟹，蝑性甘平，蟹性峭冷，人人知之，而甌人輩呼蝑爲蜬蜱，且變其聲爲蜬蠔，則殊可笑也。蝑乃海中蟹，其性殊甘平。沿訛稱蜬蜱，坡公語可憑。坡公嘗言讀山谷詩，文如食蜬蜱，令人發風動氣。今食蝑者殊無此患。又吕亢《蟹圖記》稱蟹有十二種，一曰蜬蜱，兩螯大而有細毛，八足亦有微毛。今蝑二螯八足，皆極紅潤無毛，是蝑與蜬蜱迥爲二種，不能强合，特著之以正告甌人云。

蠘。蠘與蝑相似，亦産於海，而性獨冷，其味亦少遜於蝑。若以椒鹽拌之，爲腥則殊可口。蠘亦海蟹族，性異美復減。腥盤加椒鹽，風味轉不淺。可以酒醉，可以糟醃，之椒末，不嫌其冷。

蛇血。此真蛇血也，閩甌海中皆有之，若吾鄉所謂蛇血則海蜇之腹下紅肉，與此迥别。此物鮮者未得見，腊之可以行遠，其利尤重，其味亦較鮮食者爲食罩所未詳。甌俗亦珍此，令人夢江鄉。

烏賊。即墨魚，浙東濱海最尚此，烹製實難得好手。烏賊即烏鮹，吾鄉稱墨魚。沿訛作明府，縣官亦何辜。甌人呼此爲明府，初不知其故，或以爲腹中有墨，比縣官之貪墨者，以縣官率稱明府也，余已於叢談中辨之。頃閱《七修類稿》云：烏賊魚暴乾，俗呼螟脯，乃知此稱，前明已然，今人不考，但循其聲，訛爲明府耳。

傳沙拙志《閒處光陰》卷下　京師海鮮，皆來自津門，顧亦不過石首魚、河鯉魚三數種而已。壬辰癸巳間，市中居然陳有江瑶柱，此物産於近海鹽溝，津門常有，不知從前何以不售入都中。丙申丁酉間，復見有貨車鬻者，是則東北海隅，素所不産，忽登盤俎，競訝新奇。每一簋直京錢十數千，風尚奢靡，物來相應，亦理之自然。若邵康節先生見之，必又生議論矣。

方溶《澉水新誌》卷一《土産》　沙虎産秦駐塢，形小如錢，以鹽酒漬之，殼軟而味甚香美。【略】烘鰕、酒發鰕。

姚瑩《康輶紀行》卷一二《昌都河魚》　察木多河魚不甚大，而味殊佳，刺麻

及蕃漢民，皆食搭耙牛羊肉而已，不解鮮食，故少賣魚者。蕃童偶釣得魚，余與丁別駕輒買之，尺魚一尾，約銀二分，嗣是有魚每持來。余爲一絶，贈魚童曰：兩三土屋傍河干，十五兒童解釣竿。賣去素鱗勘河母，搭耙幾日足朝餐。

黄奭《黄氏逸書考・尚書大傳注》 太子發升舟，中流白魚入于王舟。王跪取出涘以燎之。《詩思文正義》

白魚入舟，天之瑞也。魚無手足，象紂無助。白者，殷正也。天意，若曰以殷予武王，當待無助。今尚仁人在位，未可伐也。得白魚之瑞，即變稱王，應天命定號也。涘，涯也，王出於岸，燔魚以祭變，禮也。詩思文正義末七字，又見《後漢書・杜篤傳》注

黄本驥《湖南方物志》卷五《岳州府》 岳州人極重鯉魚子，每得之，渝以皂莢水，少許鹽漬之即食，味甚甘美。《岳陽風土記》巴陵臨湘出鯉魚。《湖廣志》

文魚出臨湘沅潭，一名春魚，味甘美，長一二分。小滿日出，餘日無。《湖廣志》文魚曝乾，用雞卵攪蒸，頭皆向上，滿椀勻排，如以千鍼插於椀面，亦異品也。《三長物齋長説》

王培荀《聽雨樓隨筆》卷七 丙穴魚，其穴向丙，故名。昔出褒水，今漢中不屬蜀，而蜀中出丙穴魚，不但雅州聞，彭縣大魚洞小魚洞什方河中俱出嘉魚，細鱗少刺，味極肥美。咏之云：穴居深處水冥冥，忽見銀鱗躍淺汀。向丙還應先去乙，好將烹法付庖丁。

朱緒曾《昌國典詠》卷六 鰻

《寶慶四明志》：郭璞《江賦》鰻鱓順時而往還。注：《字林》曰：鰻魚出南海中，有石一名石首。吴曾《能改齋漫録》：兩浙有魚名石首，云是明州來。問人以石首之名，皆不能言。余讀張勃吴餘，載吴有石首魚，至秋化爲冠，鼻頭中有石。《至正續志》：石首魚，皮軟肉薄，用鹽醃之，破脊而枯者曰鮝，全其魚而醃暴之，謂之郎君鮝，皆可經年不壞，通商販於外。《鳥獸考》：魚首有魦，堅如石，故名。冬月得之，又緊皮者良。三月八日出者次之，至四月五月，海郡民發巨艘入洋山競取，有潮汛往來，謂之洋山魚。《寶慶四明志》：春魚似石首而小，每春三月業海人競往取之，名曰捉春，不減洋山之盛。冬天滿中有者曰滿春。黄滑魚似春魚而肉細，又有一種曰烏眼、白眼，皆相類。案：魚首大，朱口金鱗。《大德昌國州志》：石首魚一名鰻，又名洋山魚，梅魚、春魚，似石首而小者。

景純漫輯枕爲丁，鹽腦還如蘊璞形。怪底穀城尋不見，魚頭公戴石公星。

華臍

《寶慶四明志》：華臍腹有帶如帔子，無鱗，形如琵琶，名琵琶魚。臍下垂垂帶有華，新頒紫帔樂王家。段師妙換成連譜，推手爲琵卻手琶。

璅蛤

《寶慶四明志》：璅蛤長寸餘，腹中有蟹子如榆莢，合體共生，俱爲蛤取食。漢律，會稽郡獻蛤醬。郭璞《江賦》璅蛤腹蟹。注：《南越志》大者長二三寸。

負新輕去買臣妻，弟瘦兄肥義孰齊。並命合軀如蹀鰈，飢能同食殼同棲。

蠔山

《嶺表録異》：蠔即牡蠣也，其初生海島邊如拳石，四面漸長，有高一二丈者，巉巖如山。每一房内蠔肉一片，隨其所生，前後大小不等。每潮來，諸蠔皆開房，見人即合之。海夷盧亭往往以斧撲取殼，燒以烈火，蠔即啓房，挑取其肉，盛以竹筐，赴墟市以易酒肉。大者醃爲炙，小者炒食肉中，有滋味，食之即能壅腸胃。

驪山高簇高蠭房，爾蠣移來峙海疆。不耐火攻峯坼倒，笑他開户學顛當。

沙噀

《寶慶四明志》：沙噀，塊然一物，如牛馬腸纖頭，長可五六寸許，狀如水蟲，無首尾目皮骨，但能蠕動，觸之則縮小如桃栗，徐復擁腫。土人以沙盆揉去其涎腥，雜五辣煮之脆美。全祖望句餘土音沙蒜，閩人呼爲泥筍，盛夏能凍。詩云：筍入泥成凍，沙生蒜有苗。鮮腥需五辣，縮質似含桃。性以寒能下，香因脆愈嬌。祇因愁骨鯁，肉勝不堪驕。案：蒜即噀之音轉也。

柔然國裏族分支，刻骨無能況相皮。怪底觸人形頓縮，怕同混沌巧施眉。

朱緒曾《昌國典詠》卷六 鱟醬

《山海經》郭璞注：鱟形如車文，青黑色，十二足，長五六尺，似蟹，雌常負雄，漁者取之必得其雙，子如麻子，南人爲醬。《寶慶四明志》：海族則岱山之鱟醬獨珍，他所雖有之，味皆不及。此鱟形如覆斗，其大如車，青褐色，十二足，長五六寸，尾長二三尺，其殼堅硬，腰開横紋一綫，軟可屈折，每一屈一行，尾尖硬有刺，能觸傷人，口足皆在覆斗之下。海中每雌負雄，漁者必雙得，以竹編爲一甲鱟焉。牝者子如麻子，土人以爲醬或鮓。牡鱟無子，《本草》云：牝者背上有目，牡者無目，牡得牝始行，牝去則牡死。韓退之詩：鱟實如惠文，骨眼相附行。楊萬里《鱟醬詩》：忽有瓶罌至，捲將江海來。玄霜凍龜殼，紅霧染珠胎。魚鮓

兼鰕鮮，奴才吏婢才。平章堪一飯，斷送酒三杯。方岳《秋厓小稿》：黃倅饟蟹一，僚尉饋蝤蛑十，同時至。詩云：誰饟螯如徑尺盤，吏分蟹似惠文冠。蜬生醉嚼玉五殼，劍客生劗珠一簞。我與爾元同蟊動，寃哉烹亦到蹣跚。不知南食詩何似，待問昌黎老子看。《嶺表録異》：蟹魚其殼淨滑，如青瓷盌鐵背，眼在背上，口在腹下，青黑色，腹兩傍爲六脚，有尾長尺餘，三稜如椶葦，雌常負雄而行，捕者必雙得之。若摘去雄者，雌者即自止背負之方行。腹中有子如菉豆，南人取之，碎其肉脚，和以爲醬食之。尾中有珠如粟色黃。雌者小，小乃大之讒。置水中即雄者浮，雌者沈。郭璞《江賦》蜰蝑蟹蝑。注：《廣志》云：蟹似便面。緒曾案：水族多雄小雌大，蟹形其雌大於雄三分之一，尾堅銳，行則豎立，所謂蟹帆也。韓詩如惠文者，惠文，冠也。郭璞《山海經》注車文當作惠文。

吳振棫《養吉齋叢録》卷二四 鱘鰉魚出混同江，巨口細鱗，鼻端有角，即牛魚也。冬日膏充大庖，亦有售於市肆者。

按：舊制打牲烏拉，有捕鱘鰉魚壯丁。又薦新之禮，十二月用鱘鰉魚。又有蔗鱸魚，交膳房。

喬松年《蘿藦亭札記》卷七 蟹之將糖，躁援彌甚。嘗疑蠏未可以糖漬。《老學菴筆記》云唐以後始有沙糖，唐以前皆飴糖。若糖蠏、糖薑則皆糟耳，理或然也。

顧禄《清嘉録》卷一〇《十月》 煠蟹

湖蟹乘潮上斷，漁者捕得之，擔入城市，居人買以相餽貺，或宴客佐酒，有九雌十雄之目，謂九月圌臍佳，十月尖臍佳也。湯煠而食，故謂之煠蟹。孫晉瀛食蟹詩云：荒蒲颯颯繞漁舍，西風昨夜清霜嚴。一星遠火照秋水，郭索數輩行儼儼。鮝鱧博帶紛出斷，厥名則異實則咸。往常但侈魚肉味，尖圌嗜好殊酸鹹。朶頤翠釜寵觚立，老饕口腹真貪饞。金膏濃膩一筐足，玉脂滑潤雙螯絨。分擘肌理枌條縷，攘擊郝卹污衣衫。臍防性冷戒勿噬，譬如蘄艾終當芟。森森坐銷戈戟氣，積甲熊耳何巉巖。面目奇醜固駭眎，爾雅有釋宜開函。以貌取物失諸蟹，豈知內蘊非同凡。九雌十雄語可譜，從此樂得深杯銜。豪情未減畢吏部，酒泉之郡誰爲監。

案：府志蟹凡數種，出太湖者，大而色黃殼軟，曰湖蟹。冬月益肥美，謂之十月雄。沈偕詩：肥入江南十月雄。又云出吳江汾湖者，曰紫鬚蟹。莫旦《蘇州賦》注云：特肥大，有及斤一枚者。陸放翁詩：圌臍磊落吳江蟹。又云出崑山蔚洲村者曰蔚遲蟹，出常熟潭塘者曰潭塘蟹，殼軟爪拳縮，俗呼金爪蟹，至江蟹、黃蟹皆出諸品下。吳中以稻秋蟹食既足，腹芒朝江爲樂。又云蟹采捕於江浦間，承峻流緯蕭而障之，名曰蟹簖。簖，遮也。陸龜蒙《漁具詩》序：網罟之流，列竹于海瀆，曰遮。注：吳人謂之簖。《博雅》：煠，瀹也，湯煠也，音牖。桂未谷札樸云：菜入湯曰煠。葉廣明《納書楹曲譜》載無名氏思凡一齣，有油鍋裏煠之語。

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 海鱒。嘴尖色黑目赤，與鰻少別。鰻羣遊，釣者魚貫而至。鱒獨遊，間有兩三尾入，釣者故難得。斲爲膾，極於諸膾，曝爲羞，味豐於鰻。泉州人呼鰻之黑者爲鱣。鰻又呼獺狗魚，即鱒也。《海族志》：鱒似鰻，目中赤色一道橫貫。蒼按：福州呼池鰻溪鰻曰鱒鰻，蓋二物而統稱也。【略】蒼按：池鰻皆雄，海鰻海鱒皆雌，以影漫鱧之説，或指蘆鰻，未考。鰻鱒二魚，冬至前後，以紅糟和鹽風乾之，或曝爲羞，皆美。【略】

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 帶魚。身薄如帶，長至三四尺，濶至三四寸，鋭口尖尾，僅一脊骨，無鰭無鱗，皮白積鰾如膩。海濱呼大北風爲惡風，諸魚皆匿，獨帶魚上釣，故泉州興化呼惡魚，臺灣呼銀刀。小者名帶柳，即蝦鮮帶，在蝦鮮中挑出也。肥厚者鮮貨之，醃者裝載上游，其市最廣。《閩中海錯疏》云：帶冬月最盛，一釣則羣帶銜尾而升，故市者獨多。或言帶無尾者，非也。蓋爲帶相銜而尾脱也。蒼按：帶身長，好魚貫，故釣帶者，多截帶尾爲餌，一釣偶得兩三帶。醃帶者，署刃其尾，使鹽力易透。重刃則尾斷，所云相銜而尾脱。非也。帶魚初上，漁者罕得集數家，而醃之前後需時，魚不鮮，故味遜。至釣多，則各漁隨得隨醃，自成筐篋，名曰網仔。魚鮮，故味腴。【略】

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 魟魚。或呼鱝魚，音之譌。形如劒葉，無鱗，身扁濶而多肉，尾上圓而末鋭，氣味陰穢。産於春末，極於秋初。種類亦雜，有黃白黑三色。黃者並肝煮酸菜勝於白者，白勝於黑，作羹可遠市，價亦賤。諸書皆稱魟魚之美在肝，但多食令人頭暈。【略】

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 鮀。一作鮐，俗作蛇，又作鮎，一名海蜇，即水母也。三山志亦稱乍魚，異苑名石鏡。夏至時，海漚所結，有淡色白色二種。四月八，一晡雨，一葡鮀。閩海面日烈時，雨進之則多結，無雨則産缺。諺云：四月雄。又云出吳江汾湖者，曰紫鬚蟹。莫旦《蘇人呼暑雨挾雷者爲晡時雨，呼物之聚結者爲葡。言夏至前後，一點雨得一葡鮀也。鮀本海物，時或浮於江海之交，蝦聚腹背而咂其膩，故曰水母目蝦。漁者以

洗釣撈得，而層刃之釣之多鉤者。其凝結而白者曰鮀皮，腹下臃腫肥滯而紫黑者曰鮀跋，周圍比附如懸絮者曰鮀鰾。皆以灰爨和薄鹽壓去其汁。腹中無腸，形如敗芝而渣滓者曰鮀血，豬油薑豉炒亦美品，市稱鮀血，乃鮀鰾之僞，福州呼蠢子爲鮀，譏其無眼耳鼻舌，任人作爲也。海人掘坑盛鮀滷以醃蠣，以鮀滷漬帶魚，則鹽省而味澀，謂之灌鮀滷。【略】

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 鱗魚。《海族志》背有肉二片，乾之名金絲鰲，形味俱類鰤魚翅。《閩書》亦云，背有肉二片，乾之名金絲鰲。蒼按：今海人呼金絲鰲者，其形如斧上廣下殺，黄黑色即黄鰤、烏鰤之類，氣味與鰤魚所變之鹿同。

鮻魚。又名水鮻，即龍頭魚，福州呼油筒，形如火管，無鱗而多油，海魚之下品，食者恥之。醃市每斤十數文，貧人袖歸。近釐金鹽價皆數倍。

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 海豬魚　長樂福清連江皆有之，莆陽呼海豕。首似豬，皮如青苔，無鱗毛，肉淡紅如豬肉多油，有得則村人争買，相傳食者解諸瘡毒，煎其肉皆膏也。生瘡痏者，以此調藥。江賦稱海狶是也。

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 跳魚　一名彈塗，泉州漳州呼花跳，福州呼江犬，又呼跳跳魚。産鹹淡水。大如指，肉細味清，腹有黄子尤勝。先用湯熟，以浄水去其鬣鬣垢膩，薑豉筍絲作湯。【略】

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 墨魚。《素問》稱烏鰂。《説文》：鮡，鰂魚名。諸書亦稱烏賊。鰂，賊音之譌。【略】《本草》：烏鰂鹽乾者名明鰲，淡乾者名脯鰲，與閩語同。《閩小紀》：墨魚一名算袋，一名烏鰂，一名海鰾鮹。相傳一胥吏醉歸墜海，周身悉化爲異物。此其招文袋也，所垂白帶，宛然浮游海面，有物觸之輒吐墨自覆，人反得因其墨而迹捕之，愚矣。用溼紙層層裹之敲細，稻稭火煨之，香熟可啖。蒼按：今海邊上緡者，煨之輾轉，即腥臊矣。亦有作鰲以遠市者，裝載甚廣。

郭柏蒼《海錯百一録》卷二《記魚》 冬鯧。身似墨魚而稍圓，故稱鯧，色如墨魚而稍紫，始産於冬，故名冬鯧。鮮者沃以薑豉炒食，或熟之拌香糟黄韭。

章魚。一作鱆魚。《閩書》鱆魚一名望潮魚，紫色，腹圓，有腹無頭，頭在腹下，多足而長。又云口上有圓文星聯凸起，腹内有黄褐色質如卵黄，有黑如烏鰂墨，有白粒如大麥，味皆美。蒼按：鱆魚生塭中，有小穴通氣，尋而拙之，乘其未斃，以瓦礫磨其通身使縮小，則魚腦存而味足尤美。《閩書》所稱黄褐色者即腦也。宿德羅源皆有之，福清海口，鎮東連江東岱小埕尤多，暑不能至。則熟之傅以鹽糖香糟，亦美品。

瑣管。腹中有煙如墨魚，而皮窘紫，其管瑣瑣焉似足非足，氣通於管。重不越二三兩，鮮炒香油黄韭蒜亦美品。以鹽醃過冬，發而食之，調以酒或醋，閩人恒以鹹醝下飯。瑣管、蝦蛋、鰛、鯷、土苗，五者爲鹹醝之最。

墨東。即墨斗，似瑣管而小，皮紫白，亦能吐墨。醃法如瑣管，味尤勝。又有猴染大於墨斗小於瑣管。

柔魚。亦作鰇魚，似墨魚，皮微紫，諸書皆云無骨。蒼按：有一片如琦瑁者，即其骨，故曰柔魚。以豬油鮮炒味豐。乾之可遠到，不及日本至者爲美。火炙揉爲絲尤美。又有作鰲而重一二斤，味如墨魚者，曰大明脯，乃大墨魚非柔魚，以微火煮豬肉補水。

銀魚。《閩書》：其色如銀，一名膾殘，一名王餘。《爾雅翼》：王餘長五六寸，身圓如箸，潔白無鱗，但目點黑。《博物志》：吴王食膾，棄餘中流，化而爲魚，今猶呼膾殘魚也。泉州漳州皆有之。《三山志》：銀魚口尖，身鋭如銀條，作鮓尤美。

沫魚。土人呼白沫，立夏後，時雨旭日所結。《閩書》：梅雨時，海水凝沫而成，雪色無骨，其大如筋，無子種。蒼按：沫魚以油微炸美，作羹則味餐。泉州西夾光餅，美品也。離山影則無之。南平縣之鯉潭，産鯉魚，背青口小，越莊武王廟前後則無。將樂縣西禊村産鱯魚，即鱣類，重數十斤，越西禊則無此數魚，蓋隨地氣而生也。

丁香魚。産於清明後，似白，小無子種。鮮者爲醬，薤食者愈小愈貴，愈大愈賤。白者味遜微，黄緑眼紅腹者勝。剥蒜瓣雜之，則久不壞。榕城呼童子之無用者爲丁香鮨，言其越大越不值錢也。丁香鮨之白者，乃大緜魚，不鮮故味遜。

飼子飯魚，無骨，可和飯飼幼子，壹灣最多。

郭柏蒼《海錯百一録》卷三《記介》 虎蝛。閩、興化泉州呼虎獅，味豐，似蝛而小，殼脚皆斕斑，然以殼似虎頭，故名。《閩部疏》：虎蝛色瑪瑙，其殼作猙獰斕斑極似虎頭。《閩小紀》：閩中虎蝛，蠏之别派，質粗味劣無足取。獨其殼似人家户上所繪虎頭，色亦殷紅斑駁，北人異之，有鑲爲酒器者。通州如皋亦有此種，俗呼關公蠏。蒼按：虎蝛味美於蝛，閩縣下江人極重虎蝛辣螺，恒以二品餉

客。又有石蟳，殼堅脚短，味遜於蟳。

蠘。性帶寒，殼花紫色，形如蟳，而分牝牡，產賤於蟳。秋末至春仲，皆有之，獨大寒節入穴難取。八哥於霜降前一日，即避入山谷畜八哥者，霜降日，以籠懸井內，俟過霜降時取出，不然凍死矣。無膏者爲彭蠘，牝者膏滿成子，溢於臍外，名子母，味鮮，細切生蠘，先入薄鹽膏粱少許，臨饌加薑葱香油胡椒醋豉，名曰蠘生。或擇小者去其脚，以香糟調鹽傅其臍，越二宿，食之亦美品。或取其膏肉實殼中，淋以五味，蒙以細麪爲蠘餛。或和肉膾丸，皆可口。

郭柏蒼《海錯百一録》卷三《記殼石》 蠘。《海族志》蠘生海中，附石殼如麂蹄，殼在上，肉在下，大者如雀卵。蒼按：連江竿塘出者肥美，土人以蠘附石難取，於秋仲豎麻竹於鹹水，蠘即繞竹蹙蹙然。冬至後，以刀刮竹帶殼搗之，去其殼乘木桶中，似涕似痰，名曰蠘膿，閩音應作蹙，閩人以乳爲膿。按《字書》無膿字。以蛋煎，味遜蠣房。

西施舌。殼紫黑而扁薄，剖之有數肉條如鬚，乃其飲管，又名車蛤。產於長樂海邊沙坡中，蒼夜宿壺井，主人以此作饌。蒼曰：蠣名西施乳，蛤呼西施舌。淡菜。《本草》稱東海夫人亦名殼菜，以殼中有菜也。肉有黃白二種，又名海蠬，福州呼沙婆蠣。生海石上，殼長而色紫，咂海苔蟲也。【略】

郭柏蒼《海錯百一録》卷三《記殼石》 蛤。出鹹淡水，殼白，以花紋變幻不同，故名花蛤。產連江蛤沙者，殼薄爲上，甯德及長樂、壺井、江田、閩縣次之，福清產者，畧大而殼厚，連江官嶺者，雜大小爲下。耘海泥爲埕，名蛤埕，其利甚溥，蕞之名蛤乾。

海蛤。《閩書》云殼爲風濤所洗，自然完淨。蒼按：藥品海蛤指蛤蜊。李時珍曰：海蛤者，海中諸蛤爛殼之總稱，不專指一蛤也。蒼按：一殼大，一殼小者，稱蛤。兩殼恰合者稱花蛤，文蛤表有文。黃蛤似蛤似蟶，殼黃黑色，出連江。白蛤似蛤而小，殼薄，白色。油蛤似蛤而大，肉粗，宜作湯。皆出福清。

沙蛤。又名車蛤，《海錯疏》土匙也。諸書皆云似蛤蜊而長大，有舌白色，名西施舌。李時珍曰：蚌與蛤同類而異，形長者通曰蚌，圓者通曰蛤。故蚌從丰，蛤從合，皆象形也。後世混稱蚌蛤者，非也。蒼按：西施舌形長，不得稱蛤。西施舌、沙蛤、土匙，皆產長樂。土匙形長色黑。詢以沙蛤，即吳航人亦以爲西施舌之別名。蛤類甚多，且共生一處，海人通烹之，不辨其名，惟紫者難得耳。

寄生。諸書皆以蚌蛤中有小蠏寄居其中，蚌蛤恃以所化，煮時猶化爲水，海蛤類也。蒼按：海鏡中蠏子身紅足白，即寄生海鏡之類，皆海水所結，長不飢。

蛤蜊。殼白者美，白帶紫脣者次之。作藥補水，能解酒毒。美亦在柱，以蘿蔔煮之，其柱易脫。醃蛤蜊，以罐灰入鹽，鹹之味好且不開口要即熟，在日中曬。《三山志》蛤蜊止消渴，開胃氣，解酒毒，以菜菔煮之，則其柱易脫。蒼按：閩產者不及天津之肥美。海上人云：蛤蜊文蛤，皆一潮生一暈。殼之絲絲者爲暈。

郭柏蒼《海錯百一録》卷三《記殼石》 珠蚶。蚶屬之極小者，殼黑有毛，生海渚潮汐長落之處。四月極肥，至南臺下渡尾，始傅以泥，以其便於澆水以養之。近物力漸竭，所傅之泥視珠蚶過半矣。以湯瀹，和香油蒜葱豉爲美品，或炒香糟。

烏黏。或作烏蛉，產於夏，身長極小，殼薄而綠紋晃晃，彼此相連，故曰烏黏。乘日水入市，每斤十餘文。近釐金極貴鮮者悉醃此品竟絕。剔去齷齪，炒食或湯瀹，和薑蒜豉香油亦佳。蕞者名烏黏乾。五月水災後，肥美異常，恐染積屍之氣，勿食。《八閩通志》云：狀如殼菜而絕小，生石上，須剗取之，故名。此説誤。蒼按：烏黏多出連江。

石蓴。出福清海山石中所產者，此爲最，故名石蓴，或作石蒪，非形似黃黏，殼黃黑色而微厚，生石上不多得。得者剪破綞，裹之數十百粒成毬，不裹即腐。湯瀹和香油葱豉酒，爲殼石之逸品。

赤脚。擁劍之屬，又名桀步。泉州、福州稱赤脚，莆田謂之港蠏。《三山志》揭捕子一螯大一螯小，穴於海濱，潮退而出，見人即匿。揭爲醬有風味。蠏之種類繁多，生於石間者，食青苔，色多紫，爲上產。沙水者色白，次之。穴泥中者色黑，爲下。建甯縣東鄉深潭中出石蠏，色紫，醃之，其滷絶美。《八閩通志》：擁劍螯大小不侔，以大者鬬，小者食，一名執火，以其螯赤故也。

金錢蠏。產於夏，殼薄膏黃，醃食加薑，勝長跂蠏。海蠏之下品者，產於夏，色黑殼方，脚特長。醃食，臨海皆產之。滷。產於夏，似金錢蠏，殼方而薄，味次於金錢蠏。【略】

郭柏蒼《海錯百一録》卷三《記殼石》 倚。又稱步倚，一步一倚，小於滷海蠏之逸品。凡蠏屬以鹽薑椒酒滷之，貯甕中，若見火則色黝而膏沙。古法以皂莢半挺置其中，藏之經歲不沙。

蘆禽。即蘆蠏，又名蘆根蠏，形似蛙蟾，生海岸蘆草間，食茭蘆根。以薄鹽

番椒搗之，味勝蟛蜞。【略】

鯉。《閩書》耘海泥若田畝，然雜鹹淡水乃滋生，如苗移種之他處乃大，長二三寸。殼蒼白，頭有兩巾出殼外。所種者之畝名鯉田，或曰鯉埕，或曰鯉蕩。福州連江福甯州最大。今甯德蒼按：耘海泥使極滑，名鯉蕩，潮汐往來，即蝤蛑眉睫，移種他蕩，或分入鯉埕、鯉田，三晝夜即各立門户，豎而飲露，寢而飲泥。潮至，兩巾上仰無後竅，故易大。甯德最多，有土鯉、劍鯉之別，薆之曰鯉乾，色黃，焙之色赤，其利最溥。凡溪漲後積屍多，旋入鯉埕，其鯉驟肥，勿食。甯德有蒸鯉爲油，名曰鯉油，其味豐而清，勝於蝦油。

郭柏蒼《海錯百一録》卷三《記殼石》 玉筋。鯉屑之極品，産於春末，長二三寸，形如麥藥，亦呼麥藥鯉。殼薄而文細，束以線，站磁盆中。微炊，和香豉、蘇油、葱，並湯食之，或並湯煮粉麪、早米仁乾，味清。若炒食，要審火候。福清有産，惜不多。

鸚鵡螺。《江賦》：鸚螺旋蝸。注：《南州異物志》曰鸚鵡螺，狀如覆杯，頭如烏頭，向其腹視似鸚鵡，故以爲名。蒼按：鸚鵡螺形如蝸牛，頭淡青身白，周遭雜赤色數稜，磨治出其精彩，琢爲盃。鴟鴞螺，淮南子曰：羸蠃愈蠋睨。注：羸，細長螺也。蠋睨，目中疾。《述異記》：鴟鴞螺殼小而厚，黑色，土人端午用之，可明目。蒼按：《八閩通志》鵂鶹螺，青褐色，即今花點之姑鳩螺。冰呼鳩爲姑鳩。又紅螺、米螺、辣螺。鹹淡水螺也，生海潭間，殼堅如石，繞殼皆稜。出福州内港者，尾黃尤佳。出外港者尾白，連江大澳篠澳提石尤多。搗之，並殼肉洗浄，殺其辛辣之氣，掠去蠟殼，而留其舍殼帶肉者，以紅糟和鹽薑酒醃二十餘日，發而食之，其風味在汁，須並殼入口。若欲速熟，加膏粱少許。每未搗之辣螺一斤，應用各種椒料，須詢螺州尚幹下江人，方能恰好。螺中逸品也。

香螺。《圖經》稱流螺。《交州記》作假豬螺，大如盃，長幾寸。《本草》云：其脣名甲香，大者如甌，面前一邊直攙長數寸，固殼岨峿有刺其脣雜衆香燒之益芳，獨燒則臭。蘑香本臭，能爆諸香，烏梅本黑，能爆諸色。蒼按：香螺脣研和諸香，能斂香氣。産長樂者，並尾食之。照黃螺法，搶糟尤美，和椒料炒作湯，皆次之。或熟之，再用酒、豉、蘇油、葱燻，切食。

郭柏蒼《海錯百一録》卷三《記殼石》 酥螺。即海蝸牛，以鹽和蝦油醃之。殼薄而尾脆者爲上，殼厚者味遜。

珠螺。晶瑩如珠，細螺光彩如鈿，皆可飾鏡背。又福州外海産珠螺，形如半豆，醃食，其脣似醋醴。

土螺。産福清海套，潮而不流，衆垢納之曰海套。蓋土垢所結溝瀆中浮，咂水垢，俗稱慕螺是也。形小如指甲，殼薄而多沫，以竹網漉而洗之，醃以薄鹽，帶沫貨之，臨饌加醋。海物之最醒醒者，或挑大者入香糟，旬日，臨饌調醋。

簑螺。産鹹淡水，形瘦削紋如簑，呼梭螺者，音訛也。夏秋肉滿，截其殼尾三分之一盪，拌豉葱蒜香油，微帶苦味，亦逸品。或帶殼炒紅糟。

竹螺。産甯德，大如簑螺，殼薄脆，其節如竹。照簑螺法盪拌，亦美品。福甯所産金蝸竹螺，每從後路挑至建郡，不入福州。

黃螺。殼硬色黃，其黑而微刺者，産北港，味佳。花點者名花螺，尤美。凡螺之能屈曲者，皆有一筋縮之，啖者去其筋，湯熱之，帶熱入鹽糟，謂之搶糟。炒與作湯次之，或熟漬香豉蘇油熱啖。

糍螺。大如指，殼扁，紅黑色，上有斑點。肉肥輭如糍。産泉州。

郭柏蒼《海錯百一録》卷四《記蟲》 【略】又有對蝦，産羅源甯德，長二三寸，土人薆之，兩兩相對，可以寄遠，味豐。南鎮長二寸，産福甯之南鎮，淡乾以遠市，蓋以地名蝦。赤尾小於南鎮，天津呼漏蝦。又有金鉤子，小於赤尾，味佳。

郭柏蒼《海錯百一録》卷四《記蟲》 白蝦　湖湘所出白蝦，傳爲美品。産連江東岱，百姓及福清甯德者，得鹹淡水，味尤豐。香糟和薄鹽醃之，或切厚片炒食。福清、興化、泉州、常市蝦麪，可曰。

黃蝦。海濱皆産，長二三寸，醃入省會，味遜白蝦。又有節蝦，節黑長與黃蝦等，殼厚肉粗。凡蝦殼薄脆者味豐，節通明者肉細。又蝦米漉小蝦，曬乾，出長樂梅花者白潤潔浄，厂石以下次之，帶溼者曰蝦飣。又有蝦蛋羣蝦集海套，放子於水草，承而薄醃之，色青者味美，色紅者搗豆渣以薑蒜和豬油，一沸即熟。瘍疥勿食，防潰爛癢痛。

蝦姑。一名管蝦，以其足善彈，又名琴蝦，形似蜈蚣，又似溉大者。廣三指，能食大蝦，小者食小蝦。炒食味豐，或爲醢。疥瘡最忌。

苗鮮。漉小蝦，醃以薄鹽，名苗鮮。和薑調醋生食，或和肉釘微蒸食。又蝦鮮，鹹淡不等，村民山居，年市數萬桶。

海粉。海蟲也，諸書皆稱狀如緑毛龜，無介，純肉，背有小孔，海粉出焉。晴明收之則色緑，陰雨收之則色黃。蒼按：福清所産海粉，形似鮀，小而圓，無頭

足，灰色，隨潮往來。飽則脂漫，至淺沙散粉，粉從後竅溢出，若蠶之吐絲，停勻柔細，狀類米粉而扁。初浮於水，久則糾結於沙。漁人拾而陰乾之，片片綠若側柏，南貨舖市之，每兩價值百文，厨人以此飾盤菜。李時珍曰：能化痰輭堅。

龍蟲。福州呼水蟑螂，泉州臺灣呼水龜，形如蟑螂蟲。《閩小紀》云：龍蟲三十枚，漳州海口，每八月十三至十五三日，飛墜，餘日絶無。除面黝野赤氣，婦人貌美，能媚男子。蒼按：龍蟲醃乾有羶味，去其翅足，食者嗜之，不食者哇之。周櫟園所云或別有一種，詢之漳人，無聞也。《五雜組》閩有龍蟲者，飛水田中，與電蟲分毫無異。《海錯疏》龍蟲秋風暴起，從海上飛來，落水田中，人撈取，油鹽製，珍藏之。閩人言是龍身上蟲或然耳。又龍蟲即海豬，腸似蚯蚓，中空，兩端如一。又似豬腸截斷塊，然柔輭盤結。臺灣漳州朝朝取之，味清脆，在魚菜之間。

沙蠶。產連江東岱汐海沙中，福州呼之爲龍膽，形類蚯蚓，而其文如布，經綫分明。鮮者剪開，淘淨炒食。乾者刷去腹中細沙，微火炙炸，有風味。其形極醜，其物極淨。

海丁香。俗呼泥蓎。乾之如丁香，燜肉美品。每斤銀二錢六七分。圓大者爲泥卵，連江羅源皆產之。

土鑽。似沙蠶而長，又海狼健、土蠶、沙膩，大畧相同。沙膩味清，海族出沙中者味必清。

泥筍。即土筍，又名沙噀，似蚯蚓。《八閩通志》其形如筍，生泥沙中。豬油和蕨筍炒。又土蜂即蛾蛾，又名海蜂，與泥筍相似，亦名泥釘。去泥沙，炒韮芽，和淡醋食。

土苗。即塗苗海蟲之極微細者。《海物異名記》謂之醬蝦，細如針芒，波徒頃鬚若泥淖。海濱人鹽以爲醬。蒼按：今海人亦稱醬蝦，色藍，鹽醃可久不壞。福興村民藉此下飯，年貨數萬桶。

清方旭《蠏荟》卷四《鱸魚》 四五月處處有之，其狀類鱖魚，色白如銀，無黑斑而有黑點，其肉蒸食極佳，並益人。惟有小毒，中其毒者，急用蘆根搗汁解之。

清方旭《蠏荟》卷四《鯪魚》 《本草綱目》：鯪魚口在頷下，大者二三十斤，肉無毒。孟詵曰：能補五臟，益筋骨，和脾胃，多食益人。曝乾亦香美。

方旭《格致鏡原》卷四《棘鼸魚》 棘鼸魚，其鼸剛如棘，故名。其鬚赤，又名赤鬚。此魚味豐在首，首味豐在眼。莆人蔥酒蒸之，以爲珍品。

方旭《蟲荟》卷四《鯉魚》 《坤輿外紀》：把勒亞，海魚也，長數十丈，首有二大孔，噴水。上出見海舶，必昂首注水，舶中頃刻即沉。遇之者，急取盛酒巨木罌投之，吞數罌乃去。若淺處得之，煮油可數千斤。

方旭《蟲荟》卷四《鱣》 《草木蟲魚疏》：鱣形似龍，銳頭，口在頷下，背腹皆有甲，縱廣四五尺。今於盟津東石磧上鉤取之。大者千餘斤，可蒸爲臛，又可爲鮓，其子可爲醬。

方旭《蟲荟》卷四《河豚》 《本草綱目》：河豚一名鮭鯸，一名鯸鯸，一名鯸魚，一名鮐魚，一名鮐鯸，一名鯸魚，一名氣包魚，今吳越最多。【略】

方旭《蟲荟》卷五《鱖魚》 《物類相感志》：河豚與荆芥同煮五七沸，換水再煮，則無毒。

《談苑》：河豚肉先以水洗淨，再換水浸之，暴於日中，以重物壓其上，須過四日，乃去所壓之物，傅之以鹽，再暴日中，然後可烹食。如不及四日，則肉猶活也。

《輟耕録》：中河豚毒，但用槐花微炒，與乾臙脂等分同搗粉，水調灌之大妙。

方旭《蟲荟》卷四《鱖魚》 《事物原始》：鱖魚色白體圓口濶，長尺許，骨肉俱爽，若無鹽制之，則化成水，但留骨而已。

方旭《蟲荟》卷四《鱮魚》 《臨海異物志》：鱮魚細如指，長七八寸，但有脊骨，作羹味美。

方旭《蟲荟》卷四《跳魚》 《嶺南雜記》海豐有跳魚，長二三寸，形似土鮒而細，頂高而方，眼生頂上，背有細緑點，故又名花魚，能跳，炙食味美。旭按即花浪魚也。

方旭《蟲荟》卷五《蟹》 《隨園食單》：蟹有本味，但以淡鹽湯煮食最佳。

方旭《蟲荟》卷五《蟹》 《蟹譜》：蟹腹有風，蟲狀，似木蟹子而小，色白，大

發風氣者，宜去之。

方旭《蟲薈》卷五《蟛蜞》　《爾雅疏》：蟛蜞一名蠘，小者名螃。

《古今注》：蟛蜞生海邊泥土中，一名長卿。

《蟹圖記》：蟛蜞以鹽藏而貨於市，吳人呼蟛蜞。旭按：此蟹似常蟹而絶小，螯足無毛。江淮人多以鹽藏食之。

方旭《蟲薈》卷五《望潮》　《本草綱目》望潮似蟛蜞，生海中，每潮至舉螯而望，肉可食。旭按：即招潮子也，殼白，人亦呼白蟹，可醉食。

方旭《蟲薈》卷五《鰕》　《事物紺珠》鰕名長鬚公，又名虎頭公。

《本草綱目》鰕出江湖者大而色白，出溪池者小而色青，並磔鬚銳鼻，背有斷節，尾有硬鱗，多足好躍，腸屬於腦，子在腹外，肉有小毒。孟詵曰：生水田及溝渠者尤毒，不可食。陶宏景曰：一種無鬚及腹下黑與煮之不紅者，亦不可食。旭按：蘆葦亦能變鰕，名蘆鰕，其色青，一種灰色者名泥鰕，又名苗鰕，多在泥田中，或説稻花變成。又有梅鰕，乃梅雨時所出者。又有米鰕，乃鰕之至小者，曝乾曰鰕米，並可食。

方旭《蟲薈》卷五《蜬蜷》　《本草綱目》　蜬蜷，一名蜬蛤，一名生蜷。寇宗奭曰：似馬刀，人以作鮓食。

方旭《蟲薈》卷五《蝗》　《本草綱目》　蝗，海中小蚌也，形與馬刀相似，閩粤人以田種之，謂之蝗田，呼其肉爲蝗腸。孟詵曰：天行病後不可食。旭按：蝗生海邊泥中，漁者俟潮退後，見泥中有小孔，即蝗所在，以竹針納孔中拔取之。去殼曝乾，貨於市，即今之蝗乾是也。

方旭《蟲薈》卷五《刺姑》　《絶域紀畧》：關外水中多刺姑，身如蝦，兩螯如蟹，彼人搗成膏，以供宗廟之用。

方旭《蟲薈》卷五《海鏡》　《本草綱目》：海鏡一名鏡魚，一名瑮蛄，一名膏藥盤。南海有之，兩片相合成形，殼圓如鏡，中甚瑩滑，映日光如雲母，肉有少肉如蚌胎，中有寄居蟲，大如豆，狀如蟹。海鏡飢則出食，入則海鏡亦飽。旭按：瑮蛄肉可爲醬。《説文》所謂蛄醬是也。其腹中之蟲，即寄居蟹，見上蟹屬。

徐宗亮《黑龍江述略》卷六　江省江河徧於四境，産魚最富，而以冰鮮爲貴。活魚則不常見。其最名重者曰細鱗魚，狀如淞鱸，色白膚嫩，即南方白魚之類，腊乾亦佳。蝦蟹鱓鼈則皆無之，或謂土人不知捕取，未知實否。鯽魚亦多，味不甚佳，市亦不以爲貴也。呼蘭三城河最大，冰泮時魚車往來，夜以繼日，斤值京錢廿餘。以鹽腊之，可供久餐。地氣本寒，無氣蒸肉敗之患，然腥聞特重，調人先漬以酒，庶足解之。

西清《黑龍江外記》卷八　達發哈魚，未入呼瑪爾河，取而乾之，冬日餽遺外城，與黑龍江凍豆腐並稱佳品。

勾辛魚，一作勾星，喙長而鱗如星，戲以箸探口中，齧不放。斷而置之釜，猶躍躍欲出，可稱强項魚。

哈什螞，田雞類也，生水邊石罅，土人嗜食，都門亦重之。口云：予在京師食之，狀如水精，味甘温，一盤之費白金半流。

黄鈞宰《金壺戲墨》卷一《食鼈》　甘某制府與河帥某公，同年又同官江南甚相得。一日閲工至浦上，河帥觴之食次進鼈，蓋取其小者，烹調盡美制府以爲佳。河帥曰：此亦江南一品。制府曰：不及江魚，祇可第二，然殺之可惜，是物頗知水性也。彼此相謔，而吐屬渾然，故妙。

平步青《霞外攟屑》卷四《瓠魚》　吾鄉昌安門外銅槃湖，四五月間出瓠魚，最爲鮮美。惜失水易餒，城市至者頗少。以淪麪尤佳，或取雞鴨卵釀之。《弇山小猶非小，看來色頗同。如絲不成縷，似雪未曾融。剩膾刀難下，斟羹筋易空。季鷹鄉思切，不及待秋風。中四句形容惟妙惟肖。自注：朱竹垞詩作魬。見《暴書亭集》卷四，弇山首句本之。按《爾雅・釋魚》鰿，當魬。注：海魚也，似鯸而大鱗。今江東呼其最大長三四尺者爲當魬。又《類篇》曰：出有時，吳人以爲珍。即今鱘魚，然則魬非吾鄉所産者。蓋此魚常以四五月間應瓠而至，過此則無當，以此得名，予竟以瓠易之。近人越諺卷中作鰬，音護。按《爾雅・釋魚》鮭，大鰬。注：鰬似鮎而大，白色。《本草圖經》：鯊口腹俱大者名鰬。《類篇》：鰬或作魬，則仍竹垞説。弇山詩注雖以己意命名水族，後起日多不見爾雅者，固不妨自我作古，即以瓠名此魚，無不可也。

王韜《瀛壖雜志》卷一　河豚狀如蝌蚪，即吳都賦所謂鮸鮎也，味美而有毒，滬人最尚此品。每當蘆芽短嫩，爛煮登槃，腹極甘腴，故名西施乳。惟子不可食，煮之非法，殺人立斃，紅目紅翅者尤毒。中毒者即以橄欖汁灌之可解，然近來食者甚衆，鮮中毒事。范叔子云：近世人腸胃皆毒如蛇蝎，非河魨所能傷。噫，其言亦過激矣。

王韜《瀛壖雜志》卷一　石首魚。俗呼爲黄魚，每於楝花開時，結隊趁潮而至，一網可得數百頭。漁者多放船候於山礁間，截竹爲箇，每至則海風吹腥，江

潮噴雪，網得者盛於淡水，沃以廠冰，可支數日，以最先得者爲關尹午饌。四五月間，漁艘市冰以往，滿載進浦，小船插三角粉紅旗，鳴鑼集市，曰販冰鮮。吳俗最尚此魚，每嘗新時不惜重價，故有典帳買黃魚之諺。

鱸魚。李時珍曰：鱸出吳中，松江尤甚。長僅數寸，狀微似鱖，而潔白過之。巨口細鱗，身有黑點，四五月方出。然鱸發於秋，因秋風起，思及蓴羹鱸鱠。張季鷹語可證也。白居易詩：水鱠松江鱗。韋應物詩：松江獻白鱗，皆指白鱸魚而言。一種黃碧色，身微扁，名鱖鱸魚，俗呼爲鬼鱸魚，味之鮮美勝於白鱸。蘇軾所謂松江之鱸正指此。另有一種名四腮鱸，體黑腮紅，其狀不甚雅馴。長僅三四寸，頭大而尾細，肉肥膩無絲骨，冬月以肉汁作羹湯，味極美，其肺尤佳。

蟹之肥大者出橫沔鎮，產吳淞江者爲清水蟹。虱蟹較蟛蜞更小，每二三月間，隨海潮而至，近清明即無，俗謂怕紙錢灰氣也。沃以鹽醯，密貯甕中，越宿即可食，味殊鮮，下酒最宜，堪供大嚼。陳金浩《松江衢歌》云：西北諸鄉水繞廬，食單風物近何如。寒深甕醉金錢蠏，春淺盤供玉筋魚。金錢蠏即虱蟹也。玉筋魚春時始多，亦爲水鄉佳品。冬時有一種蛤蜊，下酒甚佳，云產自浙東，浙慈人呼爲蚶子。種蚶有田，利倍禾稼，其地半皆斥鹵，不可耕植五穀，以生物血肉之品能破土而出，固知回俗種羊，亦未足爲奇也。是物食之能補心血，以泥拌之，盛竹簍中，可以致遠。余率以之爲佐壺觴上品，每當擘食之際，幾忘酬應，輒曰不知許事，且食蛤蜊。

俞樾《茶香室三鈔》卷二一五《明宮中七月喫鰣魚》 明劉若愚《宮史》云：七月食鰣魚，爲盛會，賞荷花，鬬促織。按：此知明代京師亦有鰣魚，然在七月中，似非其候也。

俞樾《茶香室四鈔》卷二九《張文潛蟹詩》 宋費袞《梁溪漫志》云：張文潛好食蟹，晚苦風痺，然嗜蟹如故。嘗作詩云：世言蟹毒甚，過食風乃乘。風淫爲末疾，能敗股與肱。我讀本草書，美惡未有憑。筋絶不可理，蟹續牢如絚。骨萎用蟹補，可使無騫崩。凡風待火發，熱甚風乃騰。中炎若遇蟹，其快如霜冰。俗傳未必妄，但恐殊愛憎。本草起東漢，要之出賢能。雖失諒不遠，堯跖終殊稱。書生自信書，俚説徒營營。文潛此詩嗜蟹而爲之辨歟，抑真信本草也，如河豚之目并其子，凡血皆有毒，食者每剔去之其肉，則洗滌數十過，俟色如雪方敢烹。而《大觀本草》乃云：河豚性温無毒。所謂注本草誤而能殺人者，殆此類邪。

按：以河豚爲無毒，則張文潛所謂堯跖終殊稱者，竟不然矣。蟹之毒固不如河豚，然余親見有食蟹而死者，養生家不可不慎，勿以張詩爲信也。

俞樾《茶香室四鈔》卷二九《假河豚》 宋張耒《明道雜志》云：余在真州，會上食假河豚，用回魚作之，味極珍。有一官妓謂余曰：河豚肉味類回魚而過之，又回魚無脂腴。注曰：腴，詰叶反。河豚腹中白腴也。按：此則假河豚，自不如真者。然苟無其毒，則雖不如其美，亦將棄真而取假矣。

富察敦崇《燕京歲時記·冬筍、銀魚》 十月間，冬筍、銀魚之初到京者，由崇文門監督照例呈進，與三月黃花魚同。

金武祥《粟香三筆》卷七 自梧州至肇慶產嘉魚，肇慶多在羚峽，梧州多在火山。火山有丙穴，魚藏其中，食乳泉，喜寒畏熱，以八月出，春煖則無。狀畧如吾鄉鰣魚而小，其多刺，又畧如吾鄉鮒魚肉嫩脂肥，烹食鮮美。余在梧州幾于頓頓食之，較之鰣魚鮒魚，又別有一種風味也。

金武祥《粟香三筆》卷七 《桂海虞衡志》云：嘉魚狀似小鮒，味腴美，人以爲鮓餉遠。《嶺表録異》云：嘉魚形如鱒，出梧州戎城縣即今戎墟。江水口，甚肥美，每炙以芭蕉隔火，蓋慮脂滴火滅耳。《嶺外代答》云：火山下有丙穴，嘉魚出焉。置魚乾釜，少焉膏溶，自然煎煮，謂之自裹。

魽魚出于春，鰣魚出于夏，梧州亦有之。魽魚，紅腮銀鱗，惟大不及尺。鰣魚土名三黎魚，土音黎曰來。志云本產于海，出梧江者色味絶佳。余按：魽魚鰣魚以產揚子江爲最美，此間產者大同而小異，以吾鄉烹飪之法治之乃佳，遠在蠻荒而得嘗鄉味，洵足珍也。

程煦元《澉誌補録·鱗介》 魚。新河魚味特佳。土附魚。菜花開時最多，俗稱菜花魚，又名毛鱭。梅魚。長不過五寸，形似小黃魚，產海中。緑鰻。交秋楓落徽江，鰻即乘潮而至長川壩一帶，居民在海潭内投入亂石，潮退則緑鰻窟于石礫中，重者三四斤，小者斤許，味特美。鯔魚。青山海中居多，俗稱海蔗子，味肥美，其子熏乾切薄，明似琥珀，爲海錯上品。海鰌最稱上品，黃泥塲一帶偶有所獲，不能與江產争多。鱘鰉。產海中，重至一二百斤者，可作鮓，味極美，然不多有。鱔。亦作鱓，產海中，春初肥美，可製爲腊。蟹。秦溪產蟹最佳。沙虎沙中小蟹，殼上有梅花斑，產秦駐塢，又名秦梅。數不多，用花椒納臍内，醉以糟糖，一月可食，吸之脂膏俱盡，味美絶倫。蝤蛑。俗名黃甲，長川壩一帶海濱產。蝦。秦溪產蝦朱腦，風味極佳，即檇李詩繫所稱朱頂蝦也。海蝦。自四月至九月爲盛，人家烘

貯，以飣盤案。蠙。穴沙土中，楊家圍、北圍一帶，用雙翼鐵鉤鉤取，不易多得，惟蕳姓獨擅此術。白蜆。產東海沙塗中，殼如蛤而薄，惟春月肉圓肥無沙。海蜇。又名水母，秋月海中千百成羣，得之易而且多。土蚌自八月至九月不復食泥，味較他月爲佳。

梁擧昌《庭立記聞》卷三 今食品首推燕窩，未知有故實否。曰燕窩見於明人説部者，如王鉞《暑牕臆説》，王世懋《閩部疏》，陳懋仁《泉南雜志》，不一。吴梅村有五律一首，常熟王露渭譽昌著《崇禎宫詞》一卷，有云翠釜朝朝渝燕窩。自注：上嗜燕窩，膳夫煮就羹湯，先呈所司嘗之，遞嘗五六人，參酌鹹淡，方進御。

袁棟《書隱叢説》卷三《燕窩》 燕窩之説，紛紜不一，未有定論。惟《泉南雜志》爲差近曰：閩之遠海近番處，有燕名金絲者，首尾似燕而甚小，毛如金絲，臨卵育子時，群飛近沙沙泥有石處，啄蠶螺食之。蠶螺背上肉有兩筋，如楓蠶絲堅潔而白，食之可補虚損已勞痢。此燕食之肉化而筋不化，并津液嘔出，結爲小窩附石上。久之，與小雛鼓翼而飛，海人依時拾之，故曰燕窩也。似此則形狀、功用、時候族類，俱有可信。

馮一鵬《塞外雜識》 洗北之人，即魚皮達子是也，住伊蘭哈郎、烏蘇里一帶，不生五穀，但知漁獵。然魚多於獸，不須網罟，每歲魚大來時，逆流而上，一擁萬萬，至灘淺處，皆躍而過焉。人排立於灘上，以棒擊之，魚被傷順流而下，乃於下灘截取。堆積如山，風乾鹽曬，藏爲半年之用。人食之餘，即以喂馬喂犬豕，并取其皮爲衣帶，頗光耀奪目。

馮一鵬《塞外雜識》 哈石馬，即水雞也，在石隙中，皮黑而油珠滿腹，以香糟製之，則油不化，鮮而且肥，關東口外有之。

紅旗街已接海島，海蠏隨潮而上，大者横長丈許，小者亦徑數尺，與犬獐等物遇，則張螯夾之，必折其股。居人素不識其爲何物，見其來，則羣走而避之。余知其爲蠏，令人以石擊之，蓋碎膏流，煮食之，味至美，至今爲居人添一食品云。

吴振臣《寧古塔紀略》 南門臨鴨緑江，江發源自長白山，西門外三里許有石壁臨江，長十五里，高數千仞，名雞林哈荅。古木蒼松，横生倒插，白檗、紅杏參差掩映。端午左右，石崖下芍藥徧開，至秋深，楓葉萬樹紅映滿江。江中有魚極鮮肥而多，有形似縮項鯿滿，名發禄，滿洲人喜食之，夏間最多。予少時喜釣，每於晡夕持竿垂釣，頃刻便得數尾而歸。又有一種生於江邊淺水處石子下者，上半身似蟹，下截似蝦，長二三寸，亦鮮美可食。

上祭　太廟，必用此物，亦有鱘鰉魚，他如青魚、鯉魚、鯿魚、鯽魚，其最多者也。

佚名《臨海異物志》 鰲似烏賊而肥，炙食甘矣。煮魚至肥，炙食鮮美。諺曰：寧去累世田宅。

【略】

晉安東南吴嶼山，蜈蚣千萬積成堆，或云長丈餘，以作脯，味似大蝦。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・膾》 膾鯉。鯇鱖膾鯉，謂燕飲之肴饌也。蔥薤。凡膾春用蔥，秋用薤。聶切。牛羊與魚之腥，聶而切之爲膾。膾軒。肉腥細者爲膾，大者爲軒。疊穀。累如疊穀，離若散雪，輕隨風飛，刃不轉切。鮮膾。鮮鯉之膾。醬食。魚膾非芥醬不食。膾炙。三河之人則已填溢，饜飫腥膏爲鹵，聞膾炙之美，則掩鼻蹙頞，賤甚糞土而莫顧者也。膾魴。燔兔膾魴。膾先鯽。膾莫先於鯽魚，鯿魴鱸次之，鱔鮣黄竹五種爲下，其他皆强爲。蓬池膾。學士初上，賜食悉是蓬池膾。銀絲。鮮鯽銀絲鱠。庖霜。庖霜膾玄鯽。玉縷。鱸魚色鮮盤玉縷。堆雪。鱠盤成堆雪。雪花肥。鱸鱠雪花肥。醒酒冰。山谷自號水晶鱠爲醒酒冰。郎官膾。江南作膾名曰郎官膾，因張翰得名也。法鯽。法鯽須得鯽之大者，腹間微開小竅，以椒畮馬芹實其中，每一斤用鹽二兩，油半兩擦，窖三日，外以法酒漬之，入瓶，石灰綿蓋，封之一月，紉真紅色可膾。鵝鯇。南詔膾寸魚，以胡瓜椒葱和之，號鵝鯇。同心膾。洛陽人家，七夕裝同心膾。縮膾上美。介象與吴王論膾何者爲美，象曰：海中縮魚爲上美也，令於殿前庭中作方坎，汲水滿之，象垂綸於坎中，食頃得縮魚作鱠。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・異味》 海味：水母線。海物也，澄瀾挺質，凝沫成形，號水母線，閩人謂之蛇。瓦隴。蛤之屬，一名天鷄，炙之其殼則花。海蛤。玉珧。即海蜃也。車螯。素脣紫錦背，聖俞食車螯。西施舌。蠬帆。蠬在水中，揭尾而行如帆，號蠬帆。海饌。海饌螃蠏肥。蠬醬。通印子魚。長魚俎，上通三印，其實通應廟前子魚極佳美者。膏葉盤海鏡。石華。海味異名。海月。海月如鏡，其柱如檢，頭大，一名江珧柱。蜜丁。蜜丁魁，蛤之丁也。淡菜。蠣房。懷玉深藏萬壑川。碧海菜。王母曰：仙之上藥有碧海之琅菜。青精飯。事詳飯類。伊蒲饌。楚王英好黄老浮屠之教，帝還賜縑以助伊蒲塞桑門之饌。

傳記

李昉《太平廣記》卷四八三《嶺南女工》 嶺南無問貧富之家，教女不以針縷績紡爲功，但躬庖厨勤刀機而已。善醢醢葅鮓者，得爲大好女矣，斯豈遐裔之天性歟。故偶民爭婚聘者，相與語曰：我女裁袍補襖即灼然不會，若修治水蛇黄鱔，即一條必勝一條矣。出《投荒録》

馬令《南唐書》卷一五《隱者傳第十》 亭詩云伏龍山横洲渚地人如白蘋自生死洪崖成道二千年唯有徐君播青史陶所遁西山先産藥物數十種陶採而餌之開寶中常見一叟角髮被褐與老媪貨藥於市獲錢則市鮓對飲旁若無人既醉行舞而歌曰藍採禾藍採禾塵世紛紛事更多争如賣藥沽酒飲歸去深崖拍手歌或疑爲陶之夫婦云

許堅不知其家世，或曰晉長史穆之裔。【略】堅嗜魚，或得大魚則全體而烹，不加醯鹽，熟即啗之。【略】

莊綽《雞肋編》卷下 李文定公族孝博之子倢，字全夫，喜食糟蟹，自造一大罈，凡數百枚，食之止餘一枚，取出置器中，忽起行，逐之不可及，遂失所在。孫威敏公夫人邊氏，喜食鱠。須日見割鮮者，食之方美。一日親視庖人將生魚已斷成臠，忽有睡思，遂就枕，令覆魚於器，俟覺而切。乃夢器中放大光明，有觀音菩薩坐其内，遽起視魚，諸臠皆動，因棄於水中，自是終身蔬食。余在順昌，見同官二人，年六十餘，以無子戒不食魚，未幾皆有子。遂刻文以勸人，亦自不食。建炎三年，在平江之常熟，家人謂鮭魚出水即死，食之非殺，亦斷爲臠。至暮，欲再烹而動。此皆與唐文宗食蛤蜊之事相同。若無善緣，剛强不可化者，亦不復見此事也。

張鉉《至大金陵新志》卷一四《摭遺》 許堅，南唐人，嗜魚，炙火上，不去鱗腸食。

董斯張《吴興備志》卷二六《方物徵第二十二》 唐吴昭德，吴興人，善造鱸膾，時人嘲之曰：鱠若值吴縷細花鋪，若非過吴賈醋及葫。《談志》

李日華《時物典彙》卷下《菰菜類·鱸》 婁護，歷游五侯之門，每五侯各遣餉之。君卿合丘侯所餽之鯖，而食甚美，世謂五侯鯖。

食品烹飪總部·水産部·紀事

劉仲達《劉氏鴻書》卷七六《飲食部·鱸膾》 進士段碩當識南孝廉者，善作膾，穀薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷，若同節奏。因會客衙技，先起魚架之，忽暴風雨雷震聲，膾悉化爲蝴蝶飛去。南客懼，遂折刀，乃不復作膾。《唐書佳話》

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《李婆婆》 宋周密《武林舊事》云：淳熙五年二月初一日，上過德壽宫起居，酒三行。太上宣索市食，如李婆婆裸菜羹等數種。太上笑謂史浩，此皆京師舊人，各厚賜之。按：今人但知有賣魚羹人宋五嫂，不知有李婆婆。

周密《癸辛雜識》云：隆興間，尚有京師流寓經紀人，如李婆婆魚羹，南瓦張家圓子之類。按：今人止知宋嫂魚羹，李婆婆魚羹則知者鮮矣。

紀事

張華《博物志·逸文》 西羌仲秋月，○西羌二字依《書鈔》百四十八補。取赤頭鯉子，去鱗破腹，使膾割，爲漸米爛燥之，以赤秫米飯鹽酒令糝之，鎮不苦重，踰月乃熟，是謂秋鮓。○《御覽》八百六十二

王仁俊《經籍佚文子編·晉張華博物志佚文》 西羌仲秋月西羌二字依《書鈔》百四十八補。取赤頭鯉子，去鱗破腹，使膾割爲漸米爛燥之，以赤秫米飯鹽酒令糝之，鎮不苦重，踰月乃熟，是謂秋鮓。《御覽》八百六十二。

賈思勰《齊民要術》卷八《作醬法第七〇》 藏蟹法：九月内，取母蟹，母蟹臍大圓，竟腹下，公蟹狹而長。得則[著]水中，勿令傷損及死者。一宿[則]腹中淨。久則吐黄，吐黄則不好。先煮薄糖，餹，薄鍚。著活蟹於冷糖瓮中一宿。著蓼湯、和白鹽，特須極鹹。待冷，瓮盛半汁，取餹中蟹内著鹽蓼汁中，便死，蓼宜少著，蓼多則爛。泥封。二十日出之，舉蟹齊，著薑末，還復齊如初。内著坩瓮中，百箇各一器，以前鹽蓼汁澆之，令没。密封。勿令漏氣，便成矣。持忌風裏，風則壞而不美也。又法直煮鹽蓼湯，瓮盛，詣河所，得蟹則内鹽汁裏，滿便泥封。雖不及前味，亦好。慎風如前法，食時下薑末調黄，麥醋及葫。

賈思勰《齊民要術》卷八《作魚鮓第七四》 凡作鮓，春秋爲時，冬夏不佳。寒時難熟。熱則非鹹不成，鹹復無味，兼生蛆，宜作裹鮓也。取新鯉魚，魚唯大爲佳。瘦魚彌勝，肥者雖美而不耐久。肉長（赤）[尺]半已上，皮骨堅硬，不任爲膾者，皆堪爲鮓也。去

鱗訖，則鬙鬙。形長二寸，廣一寸，厚五分，皆使鱗別有皮。鱗大長，外以過熟傷醋，不成任食，中始可嗽，近骨上，生腥不堪食，常三分收一耳。鱗小則均熟，寸數者，大率言耳，亦不可要。然脊骨宜方斬，其肉厚處薄收皮，肉薄處，小復厚取皮。鱗別斬過，皆使有皮，不宜令有無皮鱗也。手擲著盆水中，浸洗去血。鱗訖，漉出，更於清水中淨洗。漉著盤中，以白鹽散之。盛著籠中，平板石上迮去水。世名逐水。鹽水不盡，令鮓爛。經宿迮(者)[之]亦無嫌也。水盡，炙一(半)[片]嘗鹹淡。淡則更以鹽和糝，鹹則空下糝，(下)[不]復以鹽按之。炊秔米飯爲糝，飯欲剛，不宜弱，弱則爛鮓。并茱萸、橘皮、好酒，於盆中合和之。攪令糝著魚乃佳。茱萸全用，橘皮細切，並取香氣，不求多也。無橘皮，草橘子亦得用。酒辟諸邪惡，令鮓美而速熟。率一斗鮓，用酒半(斤)[升]，惡酒不用。布魚於瓮子中，一行魚，一行糝，以滿爲限。腹朕居上。肥則不能久，熟須先食故也。魚上多與糝。以竹蔕交橫帖上，八重乃止。無蔕，蒿、蘆葉並可用。春冬無葉時，可破葦代之。削竹插瓮子口內，交橫絡之。無竹者用荊也。著屋中。著日中、火邊者，患臭而不美。寒(者)[月]穰厚茹，勿令凍也。赤漿出，傾却，白漿出，味酸便熟。食時手擘，刀切則腥。

作裹鮓法。鱠魚，洗訖，則鹽和糝。(一)[十]鱠爲(裹)[裹]，以荷葉裹之，唯厚爲佳，穿破則蟲入。不復須水浸、鎮迮之事。三(二)日便熟，名曰暴鮓。荷葉別有一種香，奇相發起香氣，又勝凡鮓，有茱萸、橘皮則用，無亦無嫌也。

食經作蒲鮓法：取鯉魚二(赤)[尺]以上，削，淨治之。用米三合，鹽二合，(酸)[醃]一宿。厚與糝。

作魚鮓法。剉魚畢，便鹽醃。一食頃，漉汁令盡，更淨洗魚，與飯裹，不用鹽也。

作長沙蒲鮓法：治大魚，洗令淨，厚鹽，令魚不見。四五宿，洗去鹽，炊白飯，漬清水中。鹽飯釀，多飯無苦。

作夏月魚鮓法。鱠一斗，鹽一升八合，精米三升，炊作飯，酒二合，橘皮、薑半合，茱萸二十顆，(抑)[抑]著器中。多少以此爲率。

作乾魚鮓法。尤宜春夏。取好乾魚，若爛者不中，截却頭尾，暖湯淨踈洗，去鱗，訖，復以冷水浸。一宿一易水。數日肉起，漉出，方四寸斬。炊粳米飯爲糝，嘗鹹淡得所，取生茱萸子和飯，取香而已，不必多，多則苦。一重魚，一重飯，飯倍多早熟。手按令堅實。荷葉閉口，無荷葉，取蘆葉，無蘆葉，乾葦葉亦得。泥封，勿令漏氣，置日中。春秋一月，夏二十日便熟，久而彌好。酒食俱入，酥塗火炙特精，胚之尤美也。

賈思勰《齊民要術》卷八《脯腊第七五》 作鱧魚脯法。一名鯇魚也。十一月初，至十二月末作之。不鱗不破，直以杖刺口[中]令到尾。杖尖頭作椅蒲之形。作鹹湯，令極鹹，多下薑、椒末，灌魚口，以滿爲度。竹杖穿眼，十箇一貫，口向上，於屋北簷下懸之，經冬令瘃。至二月三月，魚成。生剖取五臟，酸醋浸食之，爲美乃勝逐夷。其魚草裹泥封，煻灰中燔熟，漉去泥草，以皮、布裹而槌之。去泥草，以皮、布裹而槌之。白如珂雪，味又絶倫，過飯下酒，極是珍美也。

作混魚法。四時皆得作之。凡生魚悉中用，唯除鮎、鯊上，奴嫌反。下，胡化反。耳。去直鰓，破腹作鮆，淨踈洗，不須鱗。夏月特須多著鹽，春秋及冬，調適而已，亦須倚鹹，兩兩相合。冬直積置，以席覆之，夏須瓮盛泥封，勿令蠅蛆。瓮須鑽底數孔，拔引去腥汁，汁盡還塞。肉紅赤色便熟。食時洗却鹽，煑、蒸、炮任意，美於常魚。作鮓、醬、爁、煎悉得。

賈思勰《齊民要術》卷八《羹臛法第七六》 作鼈臛法。鼈且完全煑，去甲藏，羊肉一斤，葱三升，豉五合，粳米半合，薑五兩，木蘭一寸，酒二升，煑鼈。鹽、苦酒，口調其味也。

食膾魚蓴羹。茆羹之菜，蓴爲茅一。一肥美。葉舒長呈，名曰絲蓴。五月、六月用絲蓴，入七月，盡九月十月內，不中食，蓴有蝸蟲著故也。蟲甚微細，與蓴一體，不可識別，食之損人。十月，水凍蟲死，蓴還可食。從十月盡至三月，皆食瓌蓴。瓌蓴者，根上頭絲蓴下菱。絲蓴既死，上有根菱，形似珊瑚，一寸許肥滑處任用，深取即苦澀。凡絲蓴，陂池種者，色黃肥好，直淨洗則用，野取，色青，須別鐺中熱湯暫煠之，然後用，不煠則苦澀。絲蓴、瓌蓴，悉長用不切。魚蓴等並冷水下。若無蓴者，春中可用蕪菁英，秋夏可畦種芮菘、蕪菁葉，冬用薺菜以芼之。蕪菁等宜待沸，接去上沫，然後下之。皆少着，不用多，多則失羹味。乾蕪菁無味，不中用。鼓汁於別鐺中湯煑一沸，漉出淬，澄而用之。勿以枸杞，杞則羹濁，過不清。煑豉但作新琥珀色而已，勿令過黑，黑則鹹苦。唯蓴芼而不得着葱薤及米糝、葅、醋等。蓴尤不宜鹹。羹熟即下清冷水，大率羹一斗，用水一升，多則加之，益羹清攜甜(羹)[美]。下菜、豉、鹽，悉不得攪，攪則魚蓴碎，令羹濁而不能好。

食經曰：蓴羹，魚長二寸，唯蓴不切。鱧魚，冷水入蓴，白魚，冷水入蓴，沸，入魚與鹹豉。又云：魚長三寸，廣二寸半。又云：蓴細擇，以湯沙之。中破(破)鱧魚，邪截令薄，准廣二寸，橫盡也，魚半體。煑三沸，渾下蓴。與豉汁、漬鹽。

菰菌魚羹。魚，方寸准。菰、菌，湯沙中出，(劈)[擘]先煮菌令沸，下魚。又云：先下，與魚、菌、菜、糝、葱、豉。又云：洗，不沙。肥肉亦可用。半奠之。

筍思丑反筍古可反魚羹：筍，湯漬令釋，細擘。先煮筍，令煮沸，下魚、鹽、豉。半奠之。

鱧魚膾。用極大者，一(赤)[尺]已下不合用。湯鱗治，邪截，臛葉方寸半准。豉汁與魚，俱下水中。與研米汁。煮熟，與鹽、薑、橘皮、椒末、酒。鱧澀，故須米汁也。

鯉魚臛。用大者。鱗治，方寸，厚五分。煮，和，如鯉臛，與全米糝。奠時，去米粒，半奠。若過米奠，不合法也。

鱧魚湯。肴用大鱧，一(赤)[尺]已(上)[下]不合用。淨鱗治，及霍葉斜截爲方寸半，厚三寸。豉汁與魚，俱下水中。水與白米糝。糝煮熟，與鹽、薑、椒、橘皮屑(米)[末]。半奠時，勿令有糝。

鮓臛。湯熇，徐廉反。去腹中，淨洗，中解，五寸斷之，煮沸，令變色，出，方寸分准，煞之。與豉清、研汁，煮令極熟。葱、薑、橘皮、胡芹、小蒜並細切鍜與之。下鹽醋。半奠。

賈思勰《齊民要術》卷八《蒸魚方九切法第七七》 裹蒸生魚。方七寸准，又云五寸准。豉汁煮秫米如蒸熊。生薑、橘皮、胡芹、小蒜、鹽，細切，煞糝。膏油塗箬，十字(裹)[裹]之，糝在上，復以糝屈牖箬祖咸反之。又云：鹽和糝，上下與。細切生薑、橘皮、葱白、胡芹、小蒜置上。箬箬蒸之。既奠，開箬，裙邊奠上。毛蒸魚菜：白魚、鱧音寬魚最上。淨治，不去鱗。一(赤)已還，渾。鹽、豉、胡芹、小蒜，細切，着魚中，與菜並蒸。又魚方寸准，亦云五六寸，下鹽、豉汁中。即出，菜上蒸之。奠，亦菜上(蒸)。又云：竹籃盛魚，菜上[蒸]。又云：竹蒸並奠。

賈思勰《齊民要術》卷八《脏腤煎消法第七八》 純脏魚法。一名魚魚。用鱧魚。治腹(裏)[裏]，去腮不去鱗。以鹹豉、葱白、薑、橘皮、酢，細切，合煮。沸，乃渾下魚。葱白渾用。又云：下魚中煮。沸，與豉汁、渾葱白。將熟，下酢。又云：切生薑令長。奠時，葱在上。大，奠一，小，奠[二]。若大魚，成治准此。

腤魚法。用鯽魚，渾用。軟體魚不用。鱗治，刀細切葱，與豉、葱俱下，葱長四寸。將熟，細切薑、胡芹、小蒜與之。汁色欲黑。無酢者，不用椒。若大魚，方寸准得用。軟體之魚、大魚，不好也。

蜜純煎魚法。用鯽魚，治腹中，不鱗。苦酒、蜜中半，和鹽漬魚，一炊久，漉出。膏油煞之，令赤。渾奠焉。

賈思勰《齊民要術》卷八〇》 作餅炙法

取好白魚，淨治，除骨取肉，琢得三升。熟豬肉肥者一升，細琢。酢五合，葱、瓜菹各二合，薑、橘皮各半合，魚醬汁三合，看鹹淡、多少，鹽之適口。取呈作餅，如升盞大，厚五分。熟油微火煎之，色赤便熟，可食。一本：用椒十枚，作屑和之。

釀炙白魚法

白魚長二(赤)[尺]，淨治，勿破腹。洗之竟，破背，以鹽之。取肥子鴨一頭，洗治，去骨，細剉。酢一升，瓜菹五合，魚醬汁三合，薑、橘各一合，葱二合，豉汁一合，和，炙之令熟。合取(後)[從]背入著腹中，弗之如常炙魚法，微火炙半熟，復以少苦酒雜魚醬、豉汁，更刷魚上，便成。

賈思勰《齊民要術》卷九《炙法第八〇》 餅炙。用生魚、白魚最好，鮎、鱧不中用。下魚片，離脊(助)[肋]，仰捫几上，手按大頭，以鈍刀向尾割取肉，至皮即止。淨洗，白中熟舂之，勿令蒜氣。與薑、椒、橘皮、鹽、豉和。以竹(本)[木]作圓範，格四寸面，油塗絹藉之。絹從格上下以裝之，按令均平，手捉絹，倒餅膏油中煎之。出鐺，及熱置拌上，盤子底按之令拗。將奠，翻仰之。若盤子奠，仰與盤子相應。又云：用白肉、生魚等分，細研熬和如上，手團作餅，膏油煎，如作雞子餅。十字解奠之，還令相就如全奠。小者二寸半，奠二。葱、葫芦生物不得用，用則(班)[斑]，可增。衆物若是，先停此，若無，亦可用此物助諸物。

炙蚶。鐵鍋上炙之。汁出，去半殼，以小銅柈奠之。大奠六，小奠八。仰奠，別奠酢隨之。

炙蠣。似炙蚶。汁出，去半殼，三肉共奠。如蚶，別(奠)[奠]酢隨之。

炙車熬。炙如蠣。汁出，去半殼，去屎，三肉一殼。與薑、橘屑，重炙，令暖。仰奠四，酢隨之。勿太熟，則肭。

炙魚。用小鯉、白魚最勝。渾用。鱗治，刀細謹。無小用大，爲方寸准，不謹。薑、橘、椒、葱、胡芹、小蒜、蘇、檤，細切鍜，鹽、豉、酢和，以漬魚。可經宿。炙時以雜香菜汁灌之。燥復與之，熟而止。色赤則好，雙奠，不惟用之。

歐陽詢等《藝文類聚》卷八六《果部上·梅》 《神異經》曰：橫公魚長七八尺，形狀如鯉而目赤。晝在湖中，夜化爲人。刺之不入，煮之不死。以烏梅二七煮之即熟，食之治邪病。

馮贄《雲仙雜記》卷七《嗜蛤蜊》 吐突承璀嗜蛤蜊，炙以鐵絲牀，數澆鹿角漿，然後食。《傳芳署記》

段公路《北户録》卷二《食目》 糖蟹法。《周禮》蟹蝑音赦。九月中，取母蟹著水中，勿令傷損及死。一宿腹中淨，久則吐黄，吐黄則不佳也。先煮薄飴。飴，餳也。着活蟹冷糖中一宿，煮蓼湯和白塩極鹹。待冷，瓮盛半汁，取糖中蟹，肉着塩蓼汁中便死。蓼宜着少，多則爛，泥封二十日，出之，舉蟹臍着蓋末，還復臍如初，内着泔中，百箇一器，還以前塩蓼汁澆之，令没，密封，勿令漏氣，便成矣。特忌風中則壞，而不美。

王仁裕《開元天寶遺事》卷一《饒魚燈》 南中有魚，肉少而脂多，彼中人取魚脂煉爲油，或將照紡織機杼，則暗而不明。或使照筵宴造飲食，則分外光明，時人號爲饒魚燈。

孫光憲《北夢瑣言》卷一〇 唐崔樞爲小朝官，家人於井中汲得一魚，樞本好鮮食，意是廚人治魚，誤落井中，乃令烹而啖之。忽夢爲冥官領過，讀判云：「人間小臣，輒食龍子，所有官爵並削除。」後一年卒。樞甚有聲，不躋顯位，誤有所食，豈命也夫！

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 玲瓏牡丹鮓。

吴越有一種玲瓏牡丹鮓，以魚葉鬬成牡丹狀。既熟，出盎中微紅，如初開牡丹。

李昉《太平廣記》卷二三四《吴饌》 吴郡獻海鯸乾鱠四瓶，瓶容一斗，浸一斗，可得徑尺數盤。并狀奏作乾鱠法。帝示群臣云：昔術人介象于殿庭釣得海魚，此幻化耳，亦何足爲異。今日之鱠，乃是真海魚所作，來自數千里，亦是一時奇味。虞世基對曰：術人之魚既幻，其鱠固亦不真。出數盤以賜達官，作乾鱠之法。當五六月盛熱之日，于海取得鯸魚，大者長四五尺，鱗細而紫色，無細骨不腥者。捕得之，即於海船之上作鱠。去其皮骨，取其精肉縷切，隨成隨曬，三四日，須極乾。以新白甕瓶，未經水者盛之，密封泥，勿令風入。經五六十日，不異新者。取啖之時，開出乾鱠，以布裹，大甕盛水漬之。三刻久出，帶布瀝却水，則皦然，散置盤上，如新鱠無別。細切香柔葉鋪上，筋撥令調勻進之。海魚體性不腥，然鱠鯸魚肉軟而白色，經乾又和以青葉，皙然極可啖。又獻海蝦子三十挺，挺長一尺，濶一寸，厚一寸許，其精美。作之法：取海白蝦有子者，每三五斗置密竹籃中，於大盆内以水淋洗。蝦子在蝦腹下，赤如覆盆子，則隨水從籃目中下。通計蝦一石，可得子五升。從盆内漉出，縫布作小袋子，如徑寸半竹大，長二尺。以蝦子滿之，急繫頭，隨袋多少，以末鹽封之，周厚數寸。經一日夜出曬，夜則平板壓之，明旦又出曬。夜以前壓十日乾，則拆破袋，出蝦子挺，色如赤琉璃，光徹而肥美。鹽於鯸魚數倍。又獻鯸魚含肚千頭，極精好。作之法：當六月七月盛熱之時，取鯸魚長二尺許，去鱗淨洗，停二日。待魚腹脹起，方從口抽出腸，去腮留目，滿腹納鹽竟，即以末鹽封周徧，厚數寸。經宿，乃以水淨洗，日則曝，夜則收還。安平板上，又以板置石壓之。明日又曬，夜還壓。如此五六日乾，即納乾甕甕，封口，經二十日出之。其皮色光徹，有如黄油，肉則如糗，又如沙棊之蘇者，微鹹而有味。味美於石首含肚，然石首含肚亦年常入獻，而肉彊不及。此法出自隨口味使大都督杜濟，濟會稽人，能別味，善於鹽梅。亦古之符郎，今之謝諷也。出《大業拾遺記》

又吴郡獻松江鱸魚乾鱠六瓶，瓶容一斗，作鱠法，一同鯸魚。然作鱸魚鱠，須八九月霜下之時，收鱸魚三尺以下者作乾鱠。浸漬訖，布裹漉水令盡，散置盤内。取香柔花葉，相間細切，和鱠撥令調勻。霜後鱸魚，肉白如雪。不腥，所謂金鏤玉鱠，東南之佳味也。紫花碧葉，間以素鱠，亦鮮潔可觀。吴郡又獻蜜蟹三千頭，作如糖蟹法。蜜擁劍四甕，擁劍似蟹而小，二螯偏大，吴郡賦所謂烏賊擁劍是也。出《大業拾遺記》

江休復《醴泉筆録》卷上 客有投縉雲山寺中宿者，僧爲具饌羞甚美，但訝其無裙耳。入後屋，見黄泥甕十圃，大如缶。問行者，即向所食者在其中取龜，以黄泥裹之三日，龜服氣肥味特異。

歐陽修《文忠集》卷一二七《歸田録》 一器數十蟹，以皁莢半挺置其中，則可藏經歲不沙。一作損。

歐陽修《歸田録》卷二 淮南人藏鹽酒蟹，凡一器數十蟹，以皂莢半挺置其中，則可藏經歲不沙。

張師正《倦游雜録・魚》 河豚魚有大毒，肝與卵，人食之必死。每至暮春，柳花墜，此魚大肥，江淮人以爲時珍，更相贈遺。鬻其肉，雜茼蒿荻牙，瀹而爲羹。或不甚熟，亦能害人，歲有被毒而死者。南人嗜之不已。

嶺南有五鬣魚，百五斜紋，色如虹，或云與蛇爲牝牡，春時食其卵，亦能殺人，啗其肉，必致嘔洩。又有抱石魚，狀類科斗，生急灘石上，自廬陵、南康、雄、韶人，皆取之釀鮓瀹羹，以爲奇味。《類苑》卷六十一

蘇軾《物類相感志・總論》 柿煮蟹不紅。

陶宗儀《說郛》卷一九下黃庭堅《浩翁雜說》 燕人膾鯉，方寸切其腴，以喑所貴。腴，魚腹下肥處也。故杜子美詩云：偏勸腹腴貴年少。

張耒《明道雜志》 漢陽、武昌濱江多魚，土人取江魚皆剖之，不加鹽，暴江岸上，數累千百，雖盛暑爲蠅蚋所敗，不顧也。候其乾，乃以物壓作鮓，謂之淡魚，載往江西賣之，一斤近百錢。饒信間尤重之，若飲食祭享，無淡魚則非盛禮，雖臭腐可惡，而更以爲佳。一船淡魚其直數百千，稅額亦極重，黃州稅物每有三淡魚船，則一日課利不憂。

范致明《岳陽風土記》 岳州人極重鯉魚子，每得之，瀹以皂角水，少許鹽漬之，即食，味甚甘美。

傅肱《蟹譜》下篇《食品》 北人以蟹生析之，酤以鹽梅，芼以椒橙，鹽手畢，即可食，目爲洗手蟹食珍。凡糟蟹，用茱萸一粒置臍中，經歲不沙。酒蟹。酒蟹須十二月間作於酒甕間，撇清酒不得近糟，和鹽浸蟹，一宿卻取出，於臍中去其糞穢，重實椒鹽訖，疊淨器中。取前所浸鹽酒，更入少新撇者，同煎一沸，以別器盛之。隔宿候冷，傾蟹中，須令滿。鯊蛆亦可依此法，二三月間，止用生乾炙酒。

范致明《岳陽風土記》 岳州人極重鯉魚子，每得之，瀹以皂角水，少許鹽漬之，即食，味甚甘美。

江少虞《事實類苑》卷六〇《油煎蛤蜊》 宋明帝好食蜜漬鼸鼠，鼸鼠乃烏賊腸也，如何以蜜漬食之。大業中，吳郡貢蜜蟹二千頭，蜜擁劍四螯，又何嗣嗜糖蟹。大抵南人嗜鹹，北人嗜甘，魚蟹加糖蜜，蓋便於北俗也。如今之北方人，喜用麻油煎物，不問何物，皆用油煎。慶歷中，羣學士會於玉堂，使人置得生蛤蜊一簋，令饗人烹之，久且不至，客訝之。使人檢視，則曰煎之已焦黑而尚未爛，坐客莫不大笑。予嘗過親家設饌，有油煎鯉魚，鱗鬣虬然，無下箸處。主人則捧而橫嚙，終不能咀嚼而罷。

陶宗儀《說郛》卷三一上滕康《翰墨業記》 淮南人藏鹽酒蟹，凡一器十隻，以皂莢半挺置其中，則經歲不壞。

朱勝非《紺珠集》卷二《南楚新聞》 抱芋羹。百越人以蝦蟹爲上味，先於釜中置小芋，候湯沸投蝦蟹，皆抱芋而熟，謂之抱芋羹。又云挾者皮最佳，故越人云切不可脫去此錦襖子。

何薳《春渚紀聞》卷四《夢鯸》 吳興溪魚之美，冠於他郡。而郡人會集，必以斫鱠爲勤，其操刀者名之鱠匠。沈忠老言，其外祖丁學士君，雖湖人而生平不喜食鱠。一日忽夢登對，已而少休殿廡間，傳言以鱠縷一盤爲賜，食之美甚。既覺，忽念其味。會鄉人有以鮮鯉餉其子者，即取具鱠，舉筯而盡。自後日進一器。歲餘復夢登對，賜鱠如初，食訖而寤，但聞腥氣逆鼻，遂不復食，至終身云。

孟元老《東京夢華錄》卷四《魚行》 賣生魚則用淺抱桶，以柳叶間串清水中浸，或循街出賣，每日早惟新鄭門、西水門、萬勝門，如此生魚有數千檐入門。冬月即黃河諸遠處客魚來，謂之「車魚」，每斤不上一百文。

葉夢得《避暑錄話》卷下 往時南饌未通京師，無有能斫鱠者以爲珍味。梅聖俞家有老婢獨能爲之，歐陽文忠公劉原甫諸人每思食鱠，必提魚往過聖俞。聖俞得鱠材，必儲以速諸人，故集中有買鯽魚八九尾尚鮮活，永叔許相過留以給膳。又蔡仲謀遺鯽魚十六尾，余憶在襄城時，獲此魚留以遲永叔等數篇。一日蔡州會客食雞頭，因論古今嗜好不同。及屈到嗜芰，曾晳嗜羊棗等事。忽有言歐陽文忠嗜鯽魚者，問其故，舉前數題，曰見梅聖俞集，坐客皆絶倒。

林洪《山家清供》卷上《山海嬰》 春採笋蕨之嫩者，以湯瀹過，取魚蝦之鮮者，同切作塊子，用湯泡裹蒸熟，入醬油蘇油鹽研胡椒，同蓼荳粉皮拌勻，加滴醋。今以所出不同而得同於俎豆間，亦一良遇也，名山海嬰。或即美以筍蕨亦佳。許梅屋棨詩云：趁得山家笋蕨春，借厨烹煮自吹薪。倩誰分我杯羹去，寄與中朝食肉人。

林洪《山家清供》卷下《持螯供》 蟹生於江者黃而腥，生於河者紺而馨，生於溪者蒼而青。越淮多趨京，故或枵而不盈，幸有錢君謙齊震祖，惟硯存復歸於吳門。秋偶過之，把酒論文，猶不減昨之勤也。留旬餘，每旦市蟹，必取其元，烹以清醋，雜以葱芹，仰之以臍，少俟其凝，人各舉其一，痛飲大嚼，何異孚柏手浮于湖海之濱，庸庖族丁非曰不文味恐失真此物風韻，但橙醋自足以發揮其所蘊也。且曰：尖臍蟹秋風高團者，膏請舉手不必刀，羹以蒿尤可饗。因舉山谷詩云：一腹金相玉質，兩螯明月秋江。真可謂詩中之驗。舉以手不以刀，尤見錢君之豪也。或曰：蟹所惡，惡朝霧，實竹筐，噀以醋，雖千里，無所誤。因筆之。爲蟹助有風虫，不可同柿食。

林洪《山家清供》卷上《蟹釀橙》 橙用黃熟大者，截頂剜去穰留少液，以蟹膏肉實其內，仍以帶枝頂覆之，入小甑，用酒醋水蒸熟，用醋鹽供食，香而鮮，使人有新酒菊花、香橙螃蟹之興，因記。危巽齋積贊蟹云：黃中通理，美在其中，

暢於四肢美之至也。此本諸易而於蟹得之矣，今於橙蟹，又得之矣。

林洪《山家清供》卷上《蓮房魚包》 將蓮花中嫩房去穰截底，剜穰留其孔，以酒醬香料加活鱖魚塊實其內，仍以底坐甑內蒸熟，或中外塗以蜜出摞，用漁父三鮮供之。三鮮，蓮菊菱，湯鼈也。向在季春坊席上曾受此供。得詩云：錦金蓑織幾重，問魚何事得相容。湧身既入蓮房去，好度華池獨化龍。李大喜送端硯一枚，龍墨五笏。

林洪《山家清供》卷上《酒煮菜》 鄱江士友命飲，供以酒煮菜。非菜也，純以酒煮鯽魚也，且云鯽稷所化，以酒煮之，甚有益。以魚名菜，私竊疑之。及觀趙與時，《賓退録》所載，靖州風俗，居喪不食鹵，唯以魚爲蔬，湖北謂之魚菜。杜陵小白詩亦云：細微霑水族，風俗當園蔬。始信魚即菜也。趙好古博雅君子也，宜乎先得其詳矣。

林洪《山家清供》卷下《河祇粥》 《禮記》：魚乾曰薨。古詩云有酌醴焚枯之句。南人謂之鯗，多煨食，罕有造粥者。比游天台山，有取乾魚浸洗細截，同米粥入醬料加胡椒，言能愈頭風。過於陳琳之檄，亦有雜荳腐爲之者。《雞跖集》云武夷君食河祇脯，乾魚也，因名之。

樓鑰《攻媿集》卷一二《北行日録》上 〔乾道五年己丑十二月十四日〕。馬行三十里，過屯子河，河出太行，泝流而上可至燕山，故金人又名清御河，築三橋以濟行者。望范公、善化二山。是日，供黄河鱖魚，甚鮮而肥，始作家饌。

高德基《平江記事》 吴人製鱸魚鮓、鱖子腊，風味甚美，所稱金齏玉膾，非虚語也。宋大業中，以此充貢，延祐以來，守臣修故事，備爲方物，因之歲不敢缺。鱸魚肉甚白，雜以香柔花葉，紫花緑葉，白魚相間，以回回豆子、一息泥、香杏腻拌之，實珍品也。鱖子魚選肥美者，去頭尾，潤以酥油，風乾爲腊，亦加香料相兼，他魚無可爲敵。回回豆子細如榛子，肉味香美。一息泥如地椒，回回香料也。

佚名《錦繡萬花谷》後集卷三五《食饌》 穀薄絲縷。進士段碩常識南孝廉者善斫鱠，穀薄絲縷輕可吹起，操刀響捷，若合節奏。因會客衒技，先起魚架之。忽暴風雨雷震一聲，鱠悉化爲蝴蝶飛去，南驚懼，遂折刀誓不復作。出《酉陽雜俎》

周去非《嶺外代答》卷六《食用門・老鮓》 南人以魚爲鮓，有十年不壞者。其法以簞及鹽麪雜漬，盛之以甕，甕口周爲水池，覆之以椀，封之以水，水耗則續。如是，故不透風。鮓數年生白花，似損壞者。凡親戚贈遺，悉用酒鮓，唯以老鮓爲至愛。

劉學箕《方是閒居小稿》卷下《行香子鄱陽食魚》 雪白肥鰷，墨黑修鮎，柳穿腮小大相兼。金刀批鱠，鮮活甘甜，或時燒，或時煮，或時醃。擅腕佳人，玉手纖纖，縷銀絲取意無厭。羹須澹煮滋味重，添滴兒醯，呷兒酒，撮兒鹽。

范成大《吴郡志》卷五〇《雜志》 閶閭十年，國東有夷人侵逼吴境，吴王大驚，令所司點軍，王乃宴會親行。平明出城十里，頓軍憩歇，今憩橋是也。王曰：進軍所司又奏食時已至，令臨頓吴軍宴設之處，今臨頓是也。夷人聞王親征不敢敵，收軍入海，據東洲沙上。吴亦入海逐之，據沙洲上相守一月。屬時風濤，糧不得度。王焚香禱天，言訖東風大震水上，見金色逼海而來，繞吴王沙洲百匝，所司撈漉得魚食之美，三軍踴躍。夷人一魚不獲。遂獻寶物送降款，吴王亦以禮報之，仍將魚腹腸肚以鹹水淹之送與夷人，因號逐夷夷亭之名。昉此吴王回軍會羣臣，思海中所食魚，問所餘何在。所司奏云，並曝乾，吴王索之。其味美因書美下著魚，是爲鯊字，今從。失非也，魚出海中作金色，不知其名，吴王見腦中有骨如白石，號爲石首魚。《吴地記》

范成大《桂海蟲魚志》 嘉魚狀如小鮆魚，多脂，味極腴美，出梧州火山，人以爲鮓餉遠。蝦魚出灘水，肉白而豐，味似蝦而鬆美。天蝦狀如大飛蟻，秋社後有風雨，則羣墮水中。有小翅，人候其墮，掠取之爲鮓。

洪邁《夷堅志》支丁卷三《圓真僧粥》 吕彦能授自天台城中入山，過村落一小寺。其主僧圓真適出外，守舍童熟寐室間，呼之不醒。吕行久頗倦，暫卧榻上。聞飲饌芬香，徹於鼻觀，起諧庖下視之，炊煙微温，更無一物。唯見釜旁以線繫崇寧四大錢置四角，固所不曉，乃捨之而出。僧正從外來，迎且笑曰：「手脚以按：「以」字疑誤。露，不復自文。幸小留共享。」於是飲酒數杯。設粥一器，糝如雪色，味絶甘，不知爲何品。僧曰：「恰見釜旁繫錢，蓋爲此耳。其法用鱖魚大者四枚，破除淨盡，去首尾及皮，以綫繫骨端垂于釜中。然後下水與米。凡鹽、酒、薑、椒之屬，悉有常數。度其糜爛，則聚四錢爲一，併掣之，魚骨盡脱，肉皆潰於粥矣。所以美者如是。山僧酸寒，不足爲貴公子道也。」吕醉飽而去。

祝穆《古今事文類聚》後集卷三五《介蟲部》 酒蟹附見於此

酒蟹須十二月間作，於酒甕撇漬酒，不得近糟。和鹽浸蟹一宿，却取出於磨中去其糞穢，重實椒鹽，訖疊浄器中。取前所浸鹽酒，更取少新撇者，同煎一沸，以別器盛之。隔宿候冷，傾蟹中須令滿。二三月間止用生乾，煮酒糟蟹，用茱萸

一粒置醬中，經歲不沙。或云夜取則醬中沙澁不可食。《蟹譜》

藏蟹

淮南人藏鹽酒蟹，凡一器數十蟹，以皁莢半挺置其中，則可經歲不沙。《歸田録》

食證

孟詵《食療本草》云：蟹雖消食，治胃氣，理經絡，然腹中有毒，中之或致死。急取大黄冬瓜、紫蘇汁解之即差。又云蟹目相向者不可食。又云以鹽漬之甚有佳味，沃以苦酒，通利支節，去五臟煩悶，亦不可與柿子同食，發霍瀉。

食品

北人以蟹生析之，調以塩梅荳橙椒，鹽水畢即可食，目爲洗手蟹。又蟹之腹有風蟲，狀如木蟕子而小，色白，大發風毒。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷八八《水族門・蟹》 藏蟹不沙。淮南人藏鹽酒蟹，凡器數十蟹，以皂莢半挺置其中，則可藏之經歲不沙。《歸田録》。

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録》 蟹生

用生蟹剁碎，以麻油先熬熟冷，并草果、茴香、砂仁、花椒末、水薑、胡椒俱爲末，再加葱、鹽、醋共十味入蟹内，拌匀，即時可食。

炙魚

鱭魚新出水者，治淨炭上，十分炙乾，收藏。一法，以鱭魚去頭尾，切作段，用油炙熟。每服用箸間盛瓦罐内，泥封。

水醃魚

臘中，鯉魚切大塊，拭乾。一斤用炒鹽四兩擦過，淹一宿，洗淨眼乾。再用鹽二兩、糟一斤拌匀，入瓮，紙箬泥封塗。

蒸鰣魚

鰣魚去腸不去鱗，用布拭去血水，放盪鑼内，以花椒、砂仁醬擂碎，水酒、葱拌匀，其味，和蒸，去鱗供食。

潘自牧《記纂淵海》卷九九《水族部・蠏》 傳記：南海謂蠏爲蠔甲，爲牡蠣。【略】蠔生海島邊，如拳石，四面漸長，有高一二丈者。每一房内，蠔肉一片，海夷以斧撲取殼，燒以烈火，蠔即啓房，挑取其肉，趣市以易醋。《嶺表録異》

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録》 風魚法

用青魚、鯉魚，破去腸胃，每斤用鹽四五錢，醃七日，取起，洗淨拭乾。腮下切一刀，將川椒、茴香加炒鹽擦入腮内并腹裏，外以紙包裹，外用麻皮扎成一箇，挂于當風之處。腹内入料，多些方妙。

酒醃蝦法

用大蝦，不見水洗，剪去鬚尾。每斤用鹽五錢淹半日，瀝乾，入瓶中。蝦一層，放椒三十粒，以椒多爲妙。或用椒拌蝦，裝入瓶中，亦妙。裝完，每斤用鹽三兩，好酒化開，澆入瓶内，封好泥頭。春秋，五七日即好吃。冬月，十日方好。

鯉鮓

鯉一斤，鹽一兩，醃一伏時。再洗淨控乾，布包石壓，加熟油五錢，薑、橘絲五錢，鹽一錢，葱絲五分，酒一大盞，飯糝一合，磨米拌匀，入瓶泥封，十日可供。魚鮓同。

醉蟹

香油入醬油内，亦可久留不砂。加糟、醋、酒、醬各一碗，蟹多加鹽一碟。又法：用酒七碗，醋三碗，鹽二碗，醉蟹亦妙。

晒蝦不變紅色

蝦用鹽炒熱，盛籮内，用井水淋洗，去鹽晒乾，色紅不變。

煮魚法

凡煮河魚，先下水下燒，則骨酥，江海魚，先調滾汁下鍋，則骨堅也。

煮蟹青色蛤蜊脱丁

用柿蒂三五個，同蟹煮。色青後，用枇杷核内仁同蛤蜊煮脱丁。

潘自牧《記纂淵海》卷九九《水族部・蟹》 水蠏螯殼内皆鹹水，自有味，廣人取之淡煮，吸其鹹汁下酒。膏蠏殼内有膏如黄酥，加以五味，和殼燉之。赤母蠏殼内黄赤膏如雞鴨子黄，内白，以和膏實其殼中，淋以五味，蒙以細麪，爲蠏餅饘。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治志人脾胃氣虚方》 食治老人脾胃氣弱，飲食不下，虚劣羸瘦及氣力衰微，行履不得，鯽魚熟鮓方。

鯽魚肉半斤，細作鮓。

右投豉汁中煮令熟，下胡椒蒔蘿并薑橘皮等末及五味，空腹食常尤佳。

食治老人脾胃氣弱，飲食不多羸乏，藿菜羹方。

藿菜四兩，切之。鯽魚肉五兩。

右煮作羹，下五味椒薑並調少麵，空心食之，常以三五日服，極補益。

陳直《壽親養志新書》卷一《食治老人瀉痢諸方》 食治老人脾胃氣冷，痢白膿涕，腰脊疼痛，瘦弱無力，鯽魚熟鱠。

鯽魚肉九兩，切作鱠。乾薑半兩。橘皮末半兩。

右以椒醬五味調和豉汁，沸即下鱠魚煮熟，下二味，空心食之，日一服，其效尤益。

食治老人赤白痢刺痛，不多食，痿瘦，鯽魚粥方。

鯽魚肉七兩。青粱米四兩。橘皮末一分。

右相和煮作粥，下五味椒醬葱調和，空心食之二服，亦治勞和臟腑。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人水氣諸方》 食治老人水氣疾，心腹脹滿，四肢煩疼無力，白煮鯉魚方。

鯉魚一頭重二斤者，如常法。橘皮二兩。

右和煮令爛熟，空心，以二味少著鹽食之，常服並飲少許汁，將理爲驗。

食治水氣脹滿，手足俱腫，心煩悶無力，大荳方。

大荳二升。白朮二兩。鯉魚一斤。

右以水和煮令豆爛熟，空心常食之魚豆，飲其汁尤佳。食治老人水氣腫滿，

冬麻子一升，研取汁。鯉魚肉七兩，切。

右取麻子汁，下米四合，和魚煮作粥，以五味葱椒，空心食，日一服，頻作

皆愈。

食治老人水氣病，身體腫悶滿氣，急不能食，皮膚欲裂，四肢常疼，不可屈伸，鯉魚臛方。

鯉魚肉十兩。葱白一握。麻子一升，熬細研。

右以水濾麻子汁，和煮作臛，下五味椒薑調和，空心時漸食之，常服尤佳。

陳直《壽親養志新書》卷一《食治脚氣諸方》 食治老人脚氣，逆心悶煩燥，心神狂誤，鯉魚臛方。

鯉魚一斤，取肉。蕓菜四兩。粳米三合，研。

右切以葱白一握相和，煮臛，下五味椒薑調和，空心食之，常服亦治水氣。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸痔方》 食治老人痔下血久不差，漸加黃瘦無力，鯉魚鱠方。

鯉魚肉十兩，切作鱠，如常法。

右以蒜醋五味空心常食之，日一服差，忌鮓甜食。

食治老人痔病久不愈，肛門腫痛，鰻鱺魚臛方。

鰻鱺魚肉一斤，切作臛。葱白半握，細切。

右煮作臛，下五味椒薑，空心漸食之，殺蟲尤佳。

食治老人五痔血下不差，肛門腫痛，漸瘦，鮎魚方。

鮎魚肉一斤。葱半把。

右以白煮令熟，空心以蒜醋五味漸漸食之，常作尤佳。

鄒鉉續編《壽親老人新書》卷四《婦人小兒食治方》 妊娠諸病。

鯉魚粥，治妊娠安胎。

鯉魚一尾，治如食法。糯米一合。葱二七莖，細切。豉半合。

右以水三升煮魚，至一半去魚，入糯米葱豉煮粥食之。

鯉魚美，治妊娠傷動胎氣不安。

鮮鯉魚一頭，理如食法。黃芪剉炒。當歸切焙。人參、生地黃各半兩。

蜀椒十粒，炒。生薑一分。陳橘皮湯浸去白，一分。糯米一合。

右九味剉八味令勻細，納魚腹中，用綿裹，合以水三升，煮魚熟將出去骨，取肉及取魚腹中藥同爲羹，下少鹽醋，熱啜汁喫極効。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 產後諸病

論曰，妊娠者十月既足，百骨皆坼，肌肉開解，然後能生，百日之內猶名產母。時人將調一月便爲平復，豈不謬乎。若飲食失節，冷熱乖理，血氣虛損，因此成疾，藥餌不和，更增諸病，令宜以飲食調治爲良。

鮑魚羹

治產後乳汁不下。

鮑魚肉半斤，細切。麻子仁一兩半，別研。葱白三莖，切碎。香豉半合，別研。

右先將水三升煮魚肉，熟後入後三味，煮作羹，任意食之。

鯽魚羹

治產後乳無汁。

鯽魚一斤。蝤蛑五個。

右依常法煮羹，食後食之。

鯽魚鱠

治產後赤白痢。

鯽魚一斤，治如食法。蒔蘿、陳橘皮湯去白焙。蕪荑、乾薑炮、胡椒各一錢，爲末。右取鯽魚作鱠，投熱豉汁中，入鹽藥末攪調，空腹食之。

韓奕《易牙遺意》卷上《脯鮓類》 蟹生方

用生蟹剁碎，以麻油或熬熟冷，并草果、茴香、砂仁、花椒末、水姜、胡椒俱爲末，再加葱塩醋共十味，入蟹肉拌匀，即時可食。

風魚

臘月鯉魚或鯽魚斤許者，不去鱗，只去腸雜，拭乾，炒塩一兩，連鱗内外擦過，淹四五日，剁碎葱椒蒔蘿，好酒拌匀，釀在魚腹中，皮紙包裹，麻皮扎定，掛當風處，用時微火炙熟。

炙魚

鱭魚新出水者治淨，炭上十分炙乾，收藏。

又法

以鱭魚去頭尾，切作段，用油炙熟，每段用箸間盛瓦罐内，泥封。

水鹹魚

臘中，鯉魚切大塊拭乾，一斤用炒塩四兩擦過，淹一宿，洗淨痕乾，再用塩二兩、糟一斤拌匀入瓮，紙箬泥封塗。

魚鮓

鯉魚青魚鱸魚鱘魚皆可造治，去鱗腸，舊筅箒緩刷去脂膩腥血，令十分淨，掛當風二三日，切作小方塊。每十斤用生塩一斤，夏月一斤四兩，拌匀淹磁器内，冬二十日，春秋減之。布裹石壓，令水十分乾，不潛不韌，用川椒皮二兩，蒔蘿、茴香、宿砂、紅豆各半兩，甘草少許，皆爲麄末。淘淨白粳米七八合炊飯，生麻油一斤半，純白葱絲一斤，紅麵一合半搥碎，已上俱拌匀，磁器或木桶按十分實，荷葉蓋，竹片扦定，更以小石壓在上，候其日熟。春秋最宜造，冬天預淹。下鮓坯可留，臨用時旋將料物打拌。此都伯造法也。鱘魚用法，但要乾方可。

韓奕《易牙遺意》卷上《脯鮓類》 帶凍蓋醋魚

鮮鯉魚切作小塊，塩淹過，醬煮熟收出，却下魚鱗及荆芥同前滾，去查候汁稠，調和滋味得所。用錫器密盛，置井中或水上，用濃姜醋澆。

韓奕《易牙遺意》卷上《脯鮓類》 蒸鮧魚

鮧魚去腸不去鱗，用布拭去血水，放盪羅内，以花椒砂仁醬擂碎，水酒葱拌匀，其味和，蒸之，去鱗供之。

酥骨魚

大鯽魚治淨，用醬水酒少許，紫蘇葉大撮，甘草些小，煮半日，候熟供食。

佚名《居家必用事類全集》己集《法製香藥》 法製鰕米，鰕米一斤去皮殼，用青塩酒炒，酒乾，再添再炒，香熟爲度。真蛤蚧，青塩酒炙酥脆爲度。茴香、青塩酒炒四兩，淨椒皮四兩，青皮酒炒不可過濁。煮酒約二升，用青塩調和爲製。右先用蛤蚧、椒皮、茴香三味，製乾却製鰕米，以酒盡爲度。候香熟取上件和前三味一併拌匀，再用南木香麄末二兩，同和乘熱入器盒，四圍封固，候冷取用。每一勺空心塩酒嚼下，益精壯陽，不可盡述。趙菊山

佚名《居家必用事類全集》己集《醃藏魚品》 江川岳府醃魚法，臘月將大鯉魚去鱗、雜頭尾劈開，洗去膿涎腥血，布拭乾。炒塩淹之七日，就用塩水刷洗魚明淨，於當風處懸之七七日。魚極乾取下，割作大方塊，用臘糟并臘月酒脚和糟稍稀，相魚多少，下炒茴香、蒔蘿、葱塩油與糟拌匀，塗魚，逐塊入淨罈中。一層魚一層糟，罈滿即止。以泥固罈口，過七七日開之。如遇南風不可開罈，立致變壞。此法最妙。○又方，用鯆鯉鰄魚作乾魚，臘月造，至正月，以魚作段子，洗令淨。每一斤用塩二兩，却以糯米白麵造成酒醅，以紅麵入醅内，加清油、蒔蘿、茴香、薑椒拌和。一層魚一層糟，醅半日，淨洗去延控乾。每用紅魚。鯽魚去腸肚，每一斤淨洗，用塩一兩，醃半日，淨洗去延控乾。每用二兩摻魚肉上，紅麵末二兩，葱白絲二莖，蒔蘿少許，椒百粒，酒半盞，入瓶封固，五日可喫。

魚醬。魚每斤，塩三兩炒，椒末一錢，馬芹一錢，乾薑末一錢，神麯末二錢，紅麵半兩，葱絲一握。先將魚破切，以前件物料加好酒和匀，入磁瓶。糟魚。大魚片，每斤用塩一兩，先醃一宿拭乾，別入糟一斤半，用塩一分半，和糟扦魚大片用紙裹，却以糟覆之。

酒魚脯。大鯉魚洗淨，布拭乾，每斤用塩一兩，葱、蒔蘿、椒薑絲各少許，好酒同醃，令酒高魚一指，逐日翻動，候滋味透，取出曬乾，削食，臘月造。

酒麯魚。大魚淨洗一斤，切作手掌大，用塩二

握，酒二升，拌勻密封。冬七日夏一宿，可食。

酒蟹。於九月間揀肥壯者十斤，用炒塩一斤四兩，好明白礬末一兩五錢，先將蟹淨洗，用稀篾籃封貯，懸之當風，半日或一日，以蟹乾爲度。好醅酒五斤，拌和塩礬，令蟹入酒內，良久取出。每蟹一隻，花椒一顆，幹開臍納入，磁餅實揀收貯。更用花椒摻其上了。包瓶紙花上，用韶粉一粒如小荳大，箬扎泥固。取時不許見燈，或用好酒破開臘糟，拌塩礬亦得，糟用五斤。

醬醋蟹。團臍大者麻皮扎定，於温煖鍋內令吐出泛沫了。每斤用塩七錢半，醋半升，酒半升，香油二兩，葱白五握，炒作熟葱油，榆仁醬半兩，麪醬半兩，茴香、椒末、薑絲、橘絲各一錢，與酒醋同拌勻。將蟹排在淨器內，傾入酒醋，浸之半日可食。底下安皂角一寸許。

法蟹。團臍大者十枚，洗淨控乾，經宿用塩二兩半，麥黄末二兩，蚰末一兩半，仰疊蟹在瓶中，以好酒二升，物料傾入蟹，半月熟。用白芷末二錢，其黄易結。

糟蟹。歌括云：三十團臍不用尖，水洗控乾布拭。糟塩十二五斤鮮，糟五斤，塩十二。好醋半升并半酒，拌勻糟內。可食七日到明年。七日熟，留明年。

醬蟹。團臍百枚，洗淨控乾，逐箇臍內滿填塩，用線縛定，仰疊入磁器中。法醬二斤，研渾椒二兩，好酒一斗拌醬椒勻，澆浸令過蟹一指，酒少再添，密封泥固，冬二十日可食。

佚名《居家必用事類全集》己集《造鮓品》　魚鮓。每大魚一斤，切作片臠，不得犯水，以淨布拭乾。夏月用塩一兩半，冬月用塩十兩。待片時醃魚水出，再擗乾，次用薑橘絲、蒔蘿、紅麴饋飯，并葱油拌勻，入磁罐揉實，箬葉蓋，竹簽插覆罐，去滷盡即熟。或用元水浸肉緊而脆。

田版鮓。青魚鯉魚皆可，大者取淨肉，隨意切片。每斤用塩一兩，醃過宿控乾，入椒、蒔蘿、薑橘絲、茴香、葱絲，熟油半兩，橘葉數片，硬飯二三匙，再入塩少許，調和入瓶，箬封泥固。

真御鮓。鯉魚十斤洗淨控乾，切作臠，用酒半升，塩六兩，醃過宿去滷。入薑、橘絲各二兩，川椒、蒔蘿各半兩，茴香二錢，紅麴二合，葱絲四兩，粳米飯升半，塩四兩，酒半升拌勻，入磁器內收貯。箬蓋篾箍，疾滷出傾去，入熟油四兩澆。

鯉鮓。洗淨，每斤用塩一兩，醃一伏時，再洗淨控乾。布裹石壓，入酒少許，拌，用熟油半兩，薑橘絲半兩，塩一錢，葱絲一兩，飯摻一合，紅麴、馬芹、茴香少許，拌勻入瓶，泥封十日熟。

紅蛤蜊醬。生者一斤，將无滷洗去泥，沙布裹石壓一宿，入塩二兩，紅麴末一兩，麥黄末二合，入罐裝酒少許，泥封固。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》　肉羹食品。螃蟹羹，大者十隻，削去毛，淨控乾，剁去小脚稍，并肚臍生拆開，再剁作四段，用乾麪蘸過，下鍋煠。候滾，入塩醬胡椒調和供。與冬瓜煠，其味更佳。

鯚魚羹，先剁去頭下鍋，入大料物煠微熟，漉出拆開，擘去殼并膽，刮洗淨控乾，下醬，清汁內煠軟。擂胡椒、川椒、紅豆、杏仁、砂仁極爛，下鍋滾數沸，入塩薑、葱二握，調和得所供。

假香螺羹。田螺清水養三日，以鴨子黄澆上令食淨，勻排籠內，放冷水鍋上慢火蒸，其肉盡出。去腸臍，以塩醬椒末橘絲茴香末拌勻，籠內先鋪粉皮一箇，灑生粉絲，勻排螺肉，再灑粉絲，再用粉皮蓋之蒸熟。以五辣醋碗內裝，或用清原汁澆，作羹供亦可。

假鰕魚羹。田螺大者煠熟，去腸臍，切爲片，以鰕汁或肉汁米煮之。臨供更入薑絲、熟筍爲佳。蘑菇汁尤妙。

蒸(時)[鰣]魚，去腸不去鱗，糝江茶抹去腥，洗淨切作大段，盪鑼盛。先鋪薤菜或茭菜或筍片，酒醋共一椀，化塩醬，花椒少許，放滾湯內頓熟供。或煎食勿去鱗，少用油，油自出矣。

製造決明，洗淨煠軟，切去裙襴，片兒薄批，冷水水浸之。

製造鰕巨，只用醯醋浸軟，脊上揭去泥，先淨薄批乾放。

長谷真逸《農田餘話》卷下　今之水母，俗稱海蛰，或作涉聲，皆無義理。按《嶺表録異》謂之蛇。疾駕反。疑其音近涉，故記爲此等字耳。又云廣州人謂之水母，閩人謂之蛇，其形乃渾然凝結一物，有淡紫色者，有白色者，大如覆帽小如椀，腹下有物如懸絮，俗謂之有足而無口眼。常如有數十蝦寄腹下，咂食其涎，浮泛水上，捕者或遇着，即歛然而浸，乃是蝦有所見耳。《越絶書》云：海鏡蟹爲腹，水母蝦爲目。南中好食之，云性暖，治魚之疾，然甚醒，須以草菜灰點生油再三洗之，甚瑩淨如水精，紫肉厚可二寸，薄處亦寸餘。先煮椒桂豆蔻，或生薑縷切而漬之，或以五辣肉醋如鱠而食之，最宜蝦醋，亦物類相攝耳。水母本陰海凝結之物，食而暖，其理未詳。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 蜜釀蛸蚌。鹽水客煮，纔色變便撈起，劈開，留全殼，螯脚出肉股，剝作小塊。先將上件排在殼內，以蜜少許入雞蛋內，攪勻澆遍。次以膏腴鋪雞蛋上蒸之，雞蛋纔乾凝便啖，不可蒸過，橙薑醋供。

煮蟹法。用生薑、紫蘇、橘皮、鹽同煮，纔大沸透便翻，再一大沸透便啖。凡煮蟹旋煮旋啖則佳，以一人爲率，祇可煮二隻，啖已再煮，擣橙薑醋供。

酒煮蟹法。用蟹洗淨，生帶殼剁作兩段，次劈開殼，以股剁作小塊，殼亦剁作小塊，脚只用向上一段，螯劈開，葱椒純酒，入鹽少許於砂錫器中，重湯頓熟，啖之不用醋供。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 新法蛤蜊。用蛤蜊洗淨，生劈開，留漿別器中，刮去蛤蜊泥沙，批破，水洗淨，留洗水，再用温湯洗。次用細葱絲或橘絲少許，拌蛤蜊肉，勻排碗內，以前漿及二次洗水湯，澄清去脚，入葱椒酒調和，入汁澆供，甚妙。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 蚶子以生蚶劈開，逐四五枚，旋劈排碗中，瀝漿於上，以極熱酒烹下，啖之不用椒鹽等。劈時先以大布針刺口易開。

青蝦卷。爚生青蝦，去頭殼，留小尾，以小刀子薄批，自大頭批至尾，肉連尾不要斷，以葱椒鹽酒水淹之。以頭殼擂碎熬汁，去相，於汁內爚蝦肉後，澄清，入筍片、糟薑片供。元汁不用，辣酒不須多。爚令熟。

香螺先生敲去殼，取淨肉洗，不用漿，以小薄卷批，如敷梨子法，或片批，用雞汁畧爚。

江蝘生取肉，酒淨洗，細絲如筋頭大，極熱酒煠食之。或細作縷生，胡椒醋食之。椒醋入糖鹽少許，冷供。鱓魚切塊，如鯉魚法，半水半酒，薑椒醬煠，食之令膩。田螺取大者，敲取頭，不要見水，用沙糖濃拌淹飯頃，洗淨或批，用葱椒酒淹少時，清雞元汁爚供，或生用鹽酒，入蒔蘿浸三五日，清醋供，夏不可入。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 煮鯉魚切作塊子，半水半酒煠之，以薑去皮，先薄切片搗如泥，花椒爲薑和研勻，畧以酒解開。先以醬水少許，入魚三沸，次入薑椒畧沸即起。

又法：切作塊子，先以香油沸熟，以熟油烹薑椒於別器，次就油鍋下魚煎色變以烹下，稍住火片時，下醬水，餘如前法。

蟹鱉以熟，蟹剔肉，用花椒少許拌勻。先以粉皮鋪籠底乾荷葉上，却鋪蟹肉粉皮上，次以雞子或鴨蛋，入鹽少許攪勻澆之，以蟹骨鋪上，蒸雞子乾爲度。取起待冷，去粉皮，切象眼塊，以蟹殼熬汁，用薑濃搗入花椒末，微著真粉牽，和入前汁。或菠菜鋪底，供之甚佳。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 鯽魚肚兒羹。用生鯽魚小者，破肚去腸，切腹脅兩片子，以葱椒鹽酒浥之，腹後相連如蝴蝶狀，用頭背等肉熬汁，撈出肉，以腹脅用筍箕或笊籬盛之，入汁肉綽過，候温，鑷去骨，花椒或胡椒、醬水調和前汁，捉清如水，入菜或筍同供。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 新發蟹。用蟹生開殼，留及腹膏、股脚段作指大寸許塊子。以水洗淨，用生蜜淹之良久，再以葱椒酒少許拌過，雞汁內爚，以前膏脅蒸熟，去殼入內。糟薑片子清雞元汁供。不用螯，不可爚過了。

海蛰羹。用對蝦鮮蝦頭熬清汁，或入片子雞脆，復入海蛰，只用花頭最好。洗淨對蝦決明鮮蝦雞脆和八供，魚亦可食。

煠決明法。先洗淨入酒瓶內，以清茶水貯瓶滿，磠棘火煨一番，取出換水浸之，切用。

江魚假江蝘。用江魚口背肉作長段子，每箇取六塊如蝘狀。鹽酒泡蒸，以魚餘肉熬汁，用魚頭去骨，取口頰金絶色者并缺文。

劉基《多能鄙事》卷一《飲食類・造酢法》 魚鮓方

每大魚一斤切作臠，不得犯水，以淨布拭去涎血乾淨。用鹽一兩半，冬月一兩，待片時醃魚出水，再漉乾。用薑橘絲、蒔蘿、紅麴、饋飯，葱油拌勻，入磁罐揉實，箬蓋竹簽插定，覆罐去滷盡即孰用。或攀水綽過，肉緊而脆。

王版鮓

青魚鯉魚大者皆可，取淨肉隨意切片，每斤用鹽一兩，醃過夜，控乾，入川椒、蒔蘿、生薑、橘皮絲、葱絲，熟油半兩，橘葉數片，茴香少許，硬飯三兩匙，再入鹽少許，調和入瓶，箬封泥固之。

真御法

淨魚肉十斤切鱗，用酒半升，鹽六兩醃過夜，去滷汁，入薑橘絲各二兩，川椒、蒔蘿各半兩，茴香二錢，紅麴三合，葱絲四兩，粳米飯一升半，鹽四兩，酒半升拌勻，入磁器內，箬蓋篾簽。候滷出傾去，入熟油四兩澆其面，泥封之。

省力鮓

青魚鯉魚皆可，切作三指大，治淨。每五斤用炒鹽、熟油各四兩，薑橘絲各半兩，川椒末三錢，酒一盞，醋半盞，葱絲少許，拌勻，磁罐內實揉，箬蓋竹簽插，

五七日熟。

劉基《多能鄙事》卷一《飲食類・造酢法》　鱘鰉魚鮓

鱘皇魚去皮骨尾鬣，諸大魚皆可。取肉洗去血盡控乾，用紅麴拌鹽，每肉三十斤，醃七日夜，溫水洗淨控乾。入生香油一斤，炒硬米粉一升半，葱白二斤，劈碎川椒皮二兩，茴香、蒔蘿各一兩，桂皮、紅豆各五錢，杏仁一兩去皮，陳皮、乾生姜各一兩爲末，拌勻，用木桶盛，荷箬葉蓋面，緊用石壓之，滷汁上即熟。

鯉鮓

鯉肉治淨，每斤用鹽一兩，醃一伏時，再淨洗控乾，布裹石壓，入酒少許拌。用熟油薑絲各半兩，鹽一錢，葱絲一兩，飯一合，紅麴、馬芹、茴香少許，拌勻入瓶，泥封十日熟。

蛤蜊醬

生蛤蜊一斤，將原滷洗去泥沙，布裹石壓一宿，入鹽兩，紅麴末一兩，麥黄末二合，入罐裝酒少許，泥封固。

玉鈎鰕鮓

生大鰕剥去皮鬚脚，布裹壓乾，每一斤用鹽一兩，又看天氣冷煖增減。生香油一兩，蛤殼少許，椒三十粒，葱薑各少許，飯半盞，令拌勻，入餅實揿封，候香可食。

清涼鰕鮓

鰕不拘多少，用鹽水浸去鹹汁，壓乾，入紅麴、川椒、蒔蘿、茴香、葱白、糯米飯少許，鹽拌和，入瓶緊揿，以好酒洒面上，箬蓋密封，乾則加酒，可留兩月。

凡鮓若要急熟，則置竈頭煖處，或日有暴之。

凡鮓中用茴香，夏月當勿用此物要酸。

凡雀鴈魚鮓過時，和猪肉作餛飩甚妙。

劉基《多能鄙事》卷一《飲食類・糟醬醃藏法》　法魚

大鯽魚洗淨，控乾一宿，破去肚腸，留子鱗腮，腮切一刀，再拭乾。每十斤用炒鹽二十兩，麥黄末十五兩，神麴末二十兩，川椒二兩，蒔蘿一兩半，馬芹一兩，紅麴八兩，拌勻入腮實滿，更填魚腹中，餘者糝魚身。入缸罐中排平，入好酒浸没二指，泥封固，臘月造。

醃魚法

臘月取大魚去鱗雜，首尾劈開，洗去涎血，布拭乾。炒鹽醃七日，就用鹽水刷洗魚明淨，籃懸當風處。七七日，魚極乾取下，割作大方塊，用臘糟，以臘月酒脚和稀。相魚多少，下炒茴香、蒔蘿、葱油鹽與糟拌勻塗魚，逐塊入淨罈中，一層魚一層糟，以滿爲度，泥封固。七七日開之，如遇南風不可開。

紅魚方

鯽魚去腸，每一斤淨用鹽一兩，醃半日，淨洗去涎血，控乾。每用鹽一兩糝魚肉上，紅麴末二兩，葱白絲二蕈，蒔蘿少許，川椒百粒，酒半盞，入餅封固五日可食。

醃魚又法

鯔鯉鰔魚皆可，臘月作乾，至正月切作段洗淨。每斤用鹽二兩，却以糯米白麴造成酒醅，以紅麴入醅内，清油、蒔蘿、茴香、薑椒拌和，一層魚一層糟醅，密封固，可交新。

魚醬

每淨肉切碎，一斤用鹽三兩炒，川椒末、乾生薑末、馬芹各一錢，神麴末二錢，細紅麴半兩，葱絲一握，好酒同拌勻入餅。

酒魚脯

大鯉魚治淨布拭乾，每斤用鹽二兩，葱椒蒔蘿薑絲好酒同醃，令酒高魚一指。逐日翻動，候滋味透，取出曬乾，削食，臘月造。

酒麴魚

大魚治淨一斤，切作手掌大片，用鹽二兩，神麴末四兩，川椒百粒，葱一握，酒一升，拌勻密封。冬月七日，夏一宿可食。

魚頭醬

魚頭去眼睛及頰顋硬骨，不拘多少，先用鹽酒醋出水控乾，碎剉如骰子大。每斤用鹽一兩半，炒米粗末，薑葱絲、椒、蒔蘿、橘皮拌勻，入餅實揿封固。

魚脯

魚肉切作横條，鹽醋醃片時，粗布浥乾。先以香料爲細末，菉豆粉拌勻，却以魚用粉爲衣，輕手幹開麻油，殊烈日暴熟，無日則急火焙之。

酒蟹方

九月中，揀肥壯者十斤，用炒鹽一斤四兩，明礬末一兩五錢。先將蠏淨洗，用稀籃封貯，懸當風半日或一日，以蠏乾爲度。用好醅酒五升拌勻，和鹽礬，令蠏入酒内，良久取出。每一枚幹開臍，入罐揿實收貯，更以花椒糝其上，以紙兩

三重蓋口。紙中納韶粉一粒如小豆大，箸封泥固。取時勿見燈，或用好酒破開臘糟五升，拌鹽鼈亦可。

醬酣蟹

圓臍大蟹麻皮扎定，於温鍋内放令吐出沫了。每斤用鹽七錢半，醋半升，香油二兩，葱白五握，炒作熟葱油，榆仁醬半兩，茴香、川椒末、薑橘絲各一錢，與醋酒同拌勻，將蟹排在淨器内，傾酒醋入浸之，半月可食。底下安皂角一寸。

法蟹

大蟹十枚洗淨經宿，用鹽二兩半，麥黄末二兩，紅麴末一兩半，仰置蟹在罐内，以好酒二升，白芷末二錢，川椒、蒔蘿、薑橘絲、茴香等物入罐，封半月熟。

糟蟹

團劑蠏三十枚淨洗，布拭乾。糟五斤、鹽十二兩，好醋半升，好酒半升，拌糟，依法收貯，七日可食，留至明年。又法：蒸熟蟹，糟之甚妙。

醬蟹

團劑蟹百枚，淨洗控干，逐箇臍内滿填鹽，用線縛定，仰疊磁器中。法醬二斤，斫渾川椒一兩，好酒一斗，攔醬椒勻，浸令過蟹一指，酒少再添，密封泥固，冬二十日熟。

劉基《多能鄙事》卷二《飲食類・烹飪法》 粉骨魚

鯉魚治淨勿切碎，鹽醃得所，魚腹中内細料物，姜葱絲，鍋内着水，入酒半盞，放下魚糝，楮實末三錢，盆蓋定，勿走氣，慢火養一日或一夜，放冷，其骨皆爛如粉。

酥骨魚

鯽魚二斤治淨，鹽醃控乾，以葛蔞穰抹魚腹，煎令皮焦，放冷。用水一大碗，時蘿川椒各一錢，馬芹橘皮各一錢。細切糖一兩，豉二錢，鹽一兩，油二兩，酒醋各一盞，葱二掬，醬一匙，楮實末半兩，和勻。鍋内用箸鋪底，將魚置上，又用箸蓋，傾下料物水浸没。盆合封閉，慢火養熟，其骨皆酥。

水晶鱠

又法：鯉魚皮鱗不拘多少，沙盆内擦洗白，再換水濯淨。看有多少添水，入椒橘皮，熬至稠粘，以綿濾淨。入鱖少許，再熬再濾。候凝，細切如縷，用韭葉、生菜、木犀、鴨子、筍絲、薑絲、簇盆，芥辣澆之。

魚鱠

魚不拘大小，以鮮活爲上，去頭尾，肚皮薄切，攤白紙上，晾片時。細切如絲，以蘿蔔細剁，布紐作汁，姜絲，拌魚入碟，雜以生菜、芫荽，芥辣醋澆。鱠醋，用煨葱四根，生姜四兩，榆仁醬半盞，椒末二錢，同研爛，入酸醋内，加鹽及糖，拌膾用之，或用胡椒，則減些姜爲好。

釀燒魚

鯽魚大者，肚春批開治淨，釀打拌肉，杖夾燒熟。

假香螺羹

田螺清水養三日，以鴨子黄澆上，令食洗淨，勻排籠内。放冷水鍋上蒸，其肉盡出，去腸膾。以鹽、醬、椒末、橘絲、回香末拌勻，籠内先銷粉皮一箇，灑生粉勻排螺頭肉，再灑粉再蓋，用粉皮蓋上，蒸熟，以鱠醋碗内裝澆，或用漬原汁澆作羹亦可。

蒸鱘魚法

鱘魚去腸勿去鱗，以江茶末糝去醒，洗淨，切作大塊，盪鑼盛。先鋪薤葉或菜或筍片，用酒醋和一碗，鹽醬薑淑放滾湯内，頓熟。

夏凍魚法

羊蹄上筋煮熟研如膏，後取魚治切了，同煮熟。魚用楮實煮則骨酥，以葱葉入魚腹煮亦可。

解縉等《永樂大典》卷一一九〇七《廣州府三》 鱘鰉魚，俗呼爲尋龍，惟香山古鎮海及南海逢村等處有之，大者或長丈餘，人得而烹之，亦可爲鮓，其骨脆美。蠻，《元一統志》云：東莞縣十七都，東莞場鹹水海底生，蜑人采取貨賣，殼如蓬可以爲杓，尾長尺餘，足於蟹腹，厚如緑豆，土人以爲美味。蠔，《元一統志》云：東莞縣八都，靖康場所産，其處有蠔，因生鹹水中，民户歲納税糧，採取貨賣。蠔殼堅而肉白，又有小而肉稍黄，蜆，土人多啫之，取其肉曝乾可以致遠。簳香，小片香，馬牙香，藿香，訶子，故乾明寺有之，即今光孝。取寺中羅漢井水與甘草和煎，乳白而甘。

鄺璠《便民圖纂》卷一四《製造類上》 造魚鮓。每大魚一斤，切作片臠，不得犯水，以布拭乾。夏月用塩一兩半，冬月一兩，待片時醃魚水出，再漉乾。次用薑、橘絲、蒔蘿、紅麴、饋飯，并葱油拌勻，入磁罐捺實箬蓋，竹簽插。覆罐，去滷盡即熱。或用鹽水浸，則肉緊而脆。

醃藏魚。臘月，將大鯉魚去鱗，雜頭尾劈開，洗去腥血，布拭乾。炒塩醃七日，就用塩水刷洗淨，當風處懸之七七日。魚極乾取下，割作大方塊，用臘酒脚和糟稍稀，相魚多少下炒茴香、蒔蘿、葱、塩、油拌勻，塗魚。逐塊入淨罈，一層魚一層糟，罈滿即止，以泥固口，過七七日開。開時忌南風，恐致變壞。

糟魚。大魚片，每片用塩一兩，先醃一宿，拭乾。別入糟一斤半，用塩一分半，和糟。將魚大片用紙裹，以糟覆之。

酒麴魚。大魚淨洗，一斤切作手掌大，用塩二兩，神麴末四兩，椒百粒，葱一握，酒二升，拌勻，密封。冬七日，夏一宿，可食。

去魚腥。薄荷葉、白礬、江茶爲末，拌勻，醃一宿。至次日早，漉去腥水，再以新汲水洗淨，任意用之。○一法，煮魚用些少木香在內，則不腥。

糟蟹。歌括云：三十團臍不用尖，水洗控乾布拭。糟塩十二五斤鮮。糟五斤，塩十二。好醋半斤並半酒，拌勻糟內。可飡七日到明年。七日熟可食，藏至明年。

酒蟹。九月間，揀肥壯者十斤，用炒塩一斤四兩，好白礬末一兩半。先將蟹洗淨，用稀篾籃封貯，懸於當風處，以蟹乾爲度。好醅酒五斤，拌和塩礬，令蟹入酒內，良久取出。每蟹一隻，以花椒一顆納臍內，入磁瓶，實捺收貯。更用花椒糝其上，包瓶紙花上，用韶粉一粒，箸紮泥固。取時不許見燈。或用好酒破開臘糟，拌塩礬亦得，糟用五斤。

醬蟹。團臍百枚洗淨控乾，臍內滿填塩，用線縛定，仰疊入磁器中。法醬二斤，研渾椒一兩，好酒一斗，拌醬椒，勻澆浸，令過蟹一隻。酒少，再添，密封泥固。冬月十日可食。

酒鰕。大鰕每斤用塩半兩，醃半日，瀝乾入瓶中。一層鰕，入椒十餘粒，層層下訖，以好酒化塩一兩半繞之，密封五七日熟。冬十餘日，每鰕一斤，用塩三兩。煲蛤蜊。用枇杷核煲，則釘易脫。

王鏊《姑蘇志》卷一四《造作》 飲饌之屬二十有二，【略】鮸魚乾膾。出海中，鱗細，紫色，無細骨，不腥。隋大業六年吳郡獻鮸魚乾膾十四瓶，浸一瓶可得徑尺盤十所。又獻作乾膾法，五六月，海中取其魚，縷切曬乾，盛以瓷瓶，密封泥。欲食開取，以新布裹大盆，盛井底浸久，出布灑卻水，則敷然散著盤上。又獻鱸魚乾膾法，如鮸魚。海蝦子大業六年，吳郡獻四十挺，挺一尺，濶二寸，厚寸許。先取海中白蝦子，以小布袋盛，末監封之。日曬，夜則平板壓乾，破袋出之，包如赤瑠璃，美勝鮚子。又云白蝦一石，僅約五升，暴殄之酷，無烈於此。今鮚子猶存，而蝦子則人不忍作矣。蜜蟹擁劍。大業六年，吳郡所獻蜜蟹糖蟹之類。擁劍即吳郡賦所謂烏賊擁劍者。鯉脥鮓。出太湖，大業二年，吳郡獻。純以鯉脥爲之，一瓶用魚四五百頭，味過鱠鮓。已上諸法，皆不得。因舊志所載存之。炙魚。《吳越春秋》云：吳王僚嗜炙魚，子胥薦專諸于公子，光專諸去，從太湖學炙魚法。三月得其味，因刺王僚。蓋吳地產魚，吳人善治食品，其來久矣。水晶繪。以赤尾鯉淨洗鱗去，涎水浸一宿，用新水於釜中謾火熬濃，仍去鱗滓，待冷即凝，縷切，沃以五辛醋，味最珍，俗云牒子。魚鮓。出吳江，以荷葉裹而熟之，味勝罌缶，名荷包鮓。或有就池中荷葉包之。白樂天詩：就荷葉上包魚鮓。庖鼈鼈所在有之，而吳中庖烹爲佳食，市以爲奇品。

徐獻忠《吳興掌故集》卷一三《物產類》 秋深時，湖上人作裹鮓，小魚加香料米粉，荷葉包裹，熱過可食，名荷葉鮓。唐人李頎漁父緑水飯，香稻青荷苞紫鱗。正謂此也。

王可大《國憲家猷》卷四八《方技一》 鄱江士友命飲，供以酒煮，菜，非菜也。純以煮酒鯽魚也，且云鯽稷所化，以酒煮，甚有益。

橙大者，截頂，剜去穰，留小液，以蟹膏肉實其內，仍以帶枝頂覆之。入小甑，用炒塩一斤四兩，好白礬末一兩半。先將蟹入有新酒菊花香橙螃蠏之興。漁父蓮花中嫩房去簑，截底，剜穰，留其孔，以酒醬香料和魚塊實其內，仍以底坐甑內，蒸熟。或中外塗以蜜出樣，用漁父三鮮供之。向在季春坊席上曾受此供，得詩云：錦瓣金簑纖幾琲，魚何事得相容。湧身既入花房去，好度花池獨化龍。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》 糟蟹，納茱萸一粒于臍中，經年不沙。酒蟹，於十二月間，做於酒甕間。撇清酒不得近糟和塩，浸蟹一宿，取出，于甲中去其糞穢。重實椒塩。訖，疊。淨器、手。煎一沸，以別器盛之。隔宿，候冷，傾蟹中，令滿。造大卵法。以鳧蛋數十，黃白各聚一器。先以黃入羊胞蒸熟。次後入大豬胞，以白實之，再蒸而成。

陶珽《説郛續》卷二一顧元慶《雲林遺事・飲食第五》 蜜釀蝤蛑，蝤蛑塩水略煲，才色變便滂起，劈開，留全殼，盤脚出肉股，剁作小塊。先將上件排在殼內，以蜜少許，入鷄彈內攪勻澆遍，次以膏腴鋪鷄彈上蒸之，鷄彈才乾凝便啖，不可蒸過，橙薤醋供。

煲蟹法。用生姜紫蘇橘皮塩同煲，才大沸透便翻，再一大沸透便啖。凡煲蟹旋煲旋啖則佳。以一人爲率，秖可煲二隻，啖已再煲。擣橙薤醋供。

郎瑛《七修類稿》卷四七《事物類・食用製法》 塩酒蟳，每一器十隻，用皂莢半挺置中，則經歲不壞。

郎瑛《七修類稿》卷四七《事物類・食用製法》 好香油浸生鰣魚，雖盛暑中，經月不變。又蒸過乾冬菜同肉炒，亦然不出氣。

黄秉石《偶得紺珠》 淮南人藏鹽酒蟹，凡一器數十蟹，以卓莢半挺置其中，則可藏經歲不沙。

徐象梅《瓊嬛唾》卷一〇《食章》 周朝寺人揚承禄造脱骨鱔，獨爲魁冠，時亦宣索承禄進之，文其名曰軟釘雪籠。

俞安期《唐類函》卷一七七《食物部二・魚北堂書鈔》 魚鱉鮮魚。《詩箋》云：息鱉，以火熟之也，鮮，魚中貴者也。

王圻《稗史彙編》卷一二九《飲食門・食類下》 食用製法：鹽酒蟹，（一）每器十隻，用皂莢半挺置中，則經歲不壞。

王圻《稗史彙編》卷一二九《飲食門・食類下》 食用製法：【略】好香油浸生鰣魚，雖盛暑中，經月不變。

徐應秋《玉芝堂談薈》卷三五《沙噀》 《寧波府志》：沙噀塊然一物，如牛馬腸臟頭，長可五六寸許，胖軟如水蟲，無首、無尾、無目、無皮骨，但能蠕動，觸之則縮小如桃栗，徐復擁腫，土人以沙盆操者其涎腥，雜五辣煮之，脆美，爲上味。

顧起元《客座贅語》卷九《魚品》 有鱖條魚，身狹而長不踰數寸，銀魚之大者也。裹以麪糊油煠而薦之。

陶珽《説郛續》卷四二遯園居士《魚品》 鱖條魚，身狹而長不踰數寸，銀魚之大者也。裹以麪糊，油煠而薦之。

汪砢玉《古今鍼略》卷二《供用》 鄱陽張世南《游宦記》聞淮南人藏塩酒蟹，凡一器十隻，以皂莢半挺置其中，則經歲不壞。世南向侍親至，至四明，塩白而廉，僕輩貪利，以篦盛貯。邸翁曰：塗中走滷將若之，何授汝一法，可煨皂莢一挺置其中，則無慮矣。試之果然。

陳繼儒《文奇豹斑》卷一〇《人事》 北人生拆蟹，調以鹽梅，芼以橙椒，浣手畢即可食。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 六月小暑大暑　置備：【略】買勒魚入糟。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 十一月大雪冬至　置備：【略】買蟹糠醬。

諸茂卿《今古鈎玄》卷二五 藏酒蟹法。每一蟹，置吴茱萸一粒於臍中，又置皂莢半挺於甕，則經歲不沙。出《蟹譜》及《歸田録》

宋詡《竹嶼山房雜部》卷四《養生部四・鱗屬制》 海水江水所産

鰣魚《爾雅》曰鮥當鮪。注曰：海魚也，似鯿而大鱗，肥美多鯁，今江中亦有之，宜日暴，宜糟。俱治不去鱗。鮥，俱救切。鮪音互。

蒸鰣魚二制

一帶鱗治，去腸胃，水滌潔，用臘酒醋醬和水調和，同長葱、花椒，置銀錫砂鑼中蒸。一用花椒、葱、鹽、香油遍沃之，蒸，有少加以醬油。

鱘魚《詩》注曰：似龍，黄色，鋭頭，口在頷下，背上腹下皆有甲，大者千餘斤。即鱣，今名鱘魚，甲中有黄，甚肥美，亦有無者。肉皆美。此則雌雄之别。宜糟、宜日暴。鱣，張連切。

辣烹鱘魚

剖治皴爲臠，冷水同甘艸烹熟，以胡椒、花椒、葱醬醋調和。宜芼白菜臺和之。

鱘魚鮓。記文曰酢，藏魚也

用鱘魚肉方切小臠，炒鹽醃之，每斤計炒鹽六錢。翌日布苴之，壓乾，又暎，令水竭。坋花椒地椒蒔蘿紅麴匀和，以香熟油漬没甕中，令味自透，經年不餒。宜醋。

鱘魚。《爾雅》曰：鮥鮪似鱣，色青黑，無甲，有冠甚長，與身相埒，多脆骨。《埤雅》曰：江南俗云玉板宜糟，惟腦傍眼下兩直肉，宜日暴蒸，析爲細縷。《輟耕録》曰：鹿頭肉。鮥，音洛。鮪，音叔。鮪，音偉。

烹鱘魚

同鱘魚。其肺腸等俱堪用。

鱘魚鮓二制

同鱘魚。惟多膘其脆骨，武昌多以臘胚爲之。

鯧魚，宜爲羹，宜辣烹，宜油煎，宜糟，宜日暴。石首魚，宜油煎，宜鹽，宜糟，宜烘、日暴燥日白煮。諺云：楝花開，石首來。鰣魚，宜油煎，宜日暴，宜糟。鱸魚，宜油煎，宜日暴，宜油煎，宜糟，宜窖乾。窖，於禁切。鰡魚，宜油煎，宜糟。帶魚，宜油煎，宜日暴，宜糟。八帶魚，宜常制，治而作之，《日抄》云：刷其鱗也。滌之微鹽，醃片時，酒水烹熟，花椒葱醋調和。或挼鹽於魚身，置花椒葱於魚腹，以麥稍藉魚燒熟黄。八帶魚無鱗。

鮫魚。又名鮫，有虎頭、梨頭等，狀貌非一，宜油煎，宜日暴。馬交魚。宜油煎，宜糟，

宜日暴。板魚。即比目魚，宜油煎。丫鰳魚。宜酒烹，宜油煎，宜糟。烏賊魚。日暴曰明脯。《埤雅》曰遇風，虬前一鬚下矴，名纜魚。矴，丁定切。之類

常制，治之惟鯊魚，湯退去皮，微醃，水烹熟，擣醬薑醬油醋花椒葱調和。

赤魚。《本艸》曰邵陽魚。地青魚。俱治潔，宜日暴。

切爲軒，投熬油中，酒水烹熟，以青蒜、葱白、花椒、鹽、調和。

大紫魚。《爾雅》曰刀魚，治宜同蒸鰣。梅魚。《雲間志》云石首小魚，長五寸，宜爲羹，宜同蒸鰣。黃鯽。宜酢，俱宜油煎，宜日暴。之屬

微醃，酒水作沸，以小筥布魚，烹熟，特起以鹽醋花椒葱和汁澆淪之。有以

胡椒、醬油和汁澆淪之。魚小者爲膾者，爲鱗者，宜入筥烹。多倣此。

凍魚尾宜日暴。

冬月治之，酒水烹熟，宜胡椒醋。

凡江海魚宜釀醋、白酒漿、甘艸，視所宜油煎者，皆宜鱛，後多倣此。

江河池湖所産

青魚。宜虫，宜鮓。鰱魚。即鱮。古語云：買魚得鱮，不如啖茹。今惟腹腴則爲美，俱治作之。去腮滌潔，宜辣烹爲羹，酒烹、油煎、煎鱛、糟熏、火日暴。窖乾，鱮音序。

蒸二制

一用全魚，刀寸界之，內外浥醬、縮砂仁、胡椒、花椒、縮砂仁、葱沃全魚，以新瓦礫藉鍋置魚，於上澆以油，常注以酒，俟熟，俱宜蒜醋。

一用醬、胡椒、花椒、葱調和之。有不用淹，與料骨，存肉葅壓爲餻。

鰡魚治肝堪用，宜油煎，宜酒烹，宜日暴，宜爲羹，宜糟。鮠五灰切。魚先治之，作沸湯，焐去涎水，宜油煎，宜糟，鮎魚同制。

薑烹

微醃，作沸湯烹，用甘艸，擣醬、薑、醬油、醋、花椒、葱調和之。有不用淹，與料物同入。後倣此。

鱖魚宜油煎，宜糟。張志和云：桃花流水鱖魚肥。烏魚即鱧，用必活者。《埤雅》曰惟此魚膽甘可食，宜油煎，宜爲生，俱宜爲羹。

湯焐

治去鱗腮，滌潔，薄皴膘，鹽酒微浥，布小筥中，甘艸水作沸湯焐熱，預以肚骨投烹，加胡椒醬油醋調和爲汁淪之。和物宜山藥、鮮竹筍、苦白菜、蘆筍。暑月似凍，去骨熬瑶枝調入，冷切糟用。後倣此。

鯸魚《埤雅》曰魴宜風，宜糟，宜窖乾。大紫魚宜日暴，宜糟。鱸魚宜日暴，宜火，宜糟，宜生。鱖魚即白魚，宜火、宜糟，窖乾俱宜，油煎宜同蒸鰣，宜爲羹。

酒烹三制

一治去鱗腮，微醃頃之，滌潔，先和甘艸水、熟白酒、醋鹽，投魚齊烹熟，入花椒、葱起。一腹實葱椒烹，不以醋。一烹熟，惟以醇酒澆，或加糟油。有不用醃。

吹沙，治腹有白甚美，宜油煎，宜日暴，宜熏。鰕虎，針頭魚，治宜油煎，宜酒烹，宜日暴。子鱓魚，治宜油煎，宜酒烹，宜日暴，宜糟。比目魚，治宜油煎。魴皮魚，治宜酒烹。斑魚。腹有黃甚珍，治滌潔，或去皮，同豬肉斫爲醢，宜油煎，宜糟。箭頭魚，有黃甚美，灰泡去涎。玉箸魚，治宜酒烹，宜油煎，宜熏，俱宜爲羹，皆魚之小者。《爾雅》曰小魚曰魚婢。銀魚，一名鱠殘，宜同豬肉斫爲醢，宜酒烹，宜油煎，宜日暴。之類。莆田通應祠子魚，俗誤爲通印。

辣烹

微醃，入肉汁，同甘艸烹熟，以醬醋、胡椒、花椒、葱白調和。有不用醃。

鯉魚宜辣烹，先刷其鱗，囊括滌潔，入水作湯，數沸去鱗。烹之宜油煎，宜煎鱛，宜窖乾，宜鮓，宜火宜料烘，宜糟，不去鱗，宜爲生。

醬燒鯉魚

治，不去鱗滌潔，按以熟油、醬、縮砂仁、花椒，腹中實以花椒葱，鍋內置新瓦礫藉魚，再以油澆落，燒之熟，摻以葱白屑起。宜蒜醋。

清燒鯉魚

帶鱗治滌，按鹽於身，腹實豬肉醢料，或鮮乳餅，或惟以花椒葱架鍋中燒，宜蒜醋。

鯽魚。《本艸》曰鮒宜酒烹，宜油煎，宜煎鱛，宜風，宜糟。不去鱗宜爲羹，宜料烘，宜熏，宜清燒，同鯉魚。

辣烹鯽魚

用魚治滌，先刷其鱗囊括入水作湯，數沸，去鱗，腹實肥豬肉醢料，同吹沙一錢，和勻，實魚腹令滿。餘者一重魚，一重料物，置於新瓶內，泥封之。十二月造，正月十五後取出，番轉，以臘酒漬滿，至三四月熟。留數年不餒。

河豚宜日暴，宜醬燒、清燒，同鯉魚。

烹河豚

二月，用河豚，剖治去眼、去子、去尾、去血等，務滌其潔，切爲軒。先入少水，投魚烹過熟。次以甘蔗、蘆根制其刺軟，續水又同烹過熟，胡椒、川椒、葱白、醬醋調和，忌埃墨荆芥。入傳西施乳爲珍。洪駒父詩云：婆蔣短短荻芽肥，正是河豚欲上時。甘美遠勝西子乳，吳王當日未曾知。修治不如法，有大毒。諺云：眼酸子腰血麻人。

鰭。宜日暴，宜料烘，宜煎。

炙鰭。梁朱異鬻鰭不輟於口。

六七月間，得肥大者治潔，擘解其骨，先熬油，雜嬭汁，同鱅烹熟，爲鐵條架油盤中，取汁潮沃，炙透徹，乾香爲度。宜蒜醋。

鰻鱺。宜日暴，宜糟，取其鮮活者，臨用剖，宜油煎。

醬沃鰻鱺

用必活者，先以灰浥去腥漿，里之切治去腸，界寸斷；猶屬之。取胡椒、縮砂仁、醬、赤砂餹沃一時，用冬瓜或茄子、藕，芋魁，大切片布鍋中，置鰻鱺於上，紙封鍋蓋，燒熟。宜蒜醋。

辣烹鰻鱺

同吹沙制。加赤砂餹，和物宜冬瓜、茄子。

鱓

蒜燒鱓

用鱓入水鍋中，雜以稻稈數莖，煬火水熱，令自走退外牌，別易水烹爛，務音鯉分爲膾，投熱油內，少以白酒澆之，以鹽、花椒、葱頭、蒜囊、調和，或再取蒜泥醋澆。

糊鱓

用鱓同前，務膾，先熬油炒，投雞鵝肥汁中再烹，加醬調和，取起，摻以乾薑粉，和以芼熟韭。

凡江河池湖魚宜淡醋，多用甘草。《墨娥小録》云：凡烹河魚，先放在冷水中，却燒火則骨軟。海魚先調熟汁却入魚則骨堅。又云烹時，加木香少許在內，不腥。倪雲林云：治魚無骨，將蹂絹反卷，魚肉向外，就沸湯中漸擺，骨從絹眼中拔去。

油煎。治魚微醃，熬油煎熟。有用魚先酒烹而後油煎。有用魚薄皴膘，鹽酒泡少時油煎。治魚微醃，熬油煎熟。有用魚至小少骨者，用鷄鴨卵，同漸米清水調麪染之，油煎。《廣韻》曰：煮魚煎食，曰五侯鯖，始於婁護會五侯饒致奇膳，護合以爲鯖也。鯖，諸盛切。

煎饡。治魚微油煎，以醬、酒、水、胡椒、川椒、葱白，調和。

糟治魚滌潔，微暴，水收，每醅子糟一斤，炒鹽二兩，熟油四兩，川椒、長葱和魚入甕封，用置器蒸，視所宜細切膾。水調鴨卵、花椒、葱白同蒸，有覆藉以豬脂蒸，或油煎，或者壓鮓。

風用魚帶鱗治，去臟，每斤炒鹽六錢，醃二三宿，滌，眼去水，腹中實以豬脂肪醢、川椒、葱白、鹽，挫針縫密，倒懸於寒風中戾。有用綿紙苴之而戾，用蒸。

熏，一治魚爲大軒，微醃，焚鴈穀糠煙熏熟，燥。一治魚微醃，油煎之，曰暴之，始煙熏之。

鮮烘，用鮮活魚不去鱗，從腮間摳去腸肚，抹潔，置煉火上烘絶燥。《漢書・貨殖傳》曰乾不鹽曰鰒。鰒皆鰛。

料烘用魚，治去鱗，坋地椒、花椒、蒔蘿、大茴香，每斤炒鹽六錢，熟油同挼，停三四時，煉火烘燥，紙苴之收。

火取魚治潔同豬，有紙封酒糟於腹，用煨。

日暴治魚，每斤鹽一兩，或六錢，醃一日，滌眼水收，以油、花椒、葱按，烈日中布蓆箔上暴燥。用則火炮，或蒸，或皴膘。川椒酒浥蒸，或油煎，有乘烈日中淡鮆復卅界以竹貫魚爲乾曰鮆。鮆音怯。而暴之，有微醃遂暴之，有薄皴暴之，揉如孳絮。《禮》曰臘曰藪魚。臘音搜。

窖乾，治魚以鹽疊於器內，每百斤計鹽二十斤，停三四日，置日間微曬水去收。窖中蔗竹藉地，復加鹽疊，二三日瀝水盡，入器。用或油煎，或烹，或蒸，或糟。《周禮》曰鮑。爲酢同鱐魚。

爲生取活魚治潔，去皮，皴絶薄爲膾，或絶細爲膾，移綿紙間，收盡血水。和蒜片、橘絲，或白蘿蔔絲、醯醋漬用。《隋唐佳話》曰金壘玉膾。

梭魚出六合縣龍池。

同鰣魚。

酥魚出徽州

乾用宜醋。

花鱔形甚小無骨，出寧國縣。

宜辣烹、料烘。

孩兒魚。出伊洛間。《本艸》曰兒魚，又有嘉魚、鯉、質鱒鱗，肌肉甚美，出于沔南之丙穴。

宜煎饡、辣烹。

大口魚。出朝鮮國。

宜水漬柔，辣烹。

龍脯。出大琉球國，體如松節，味似乾鰕。

宜海膽汁同食之味佳。

魚制外有販鬻者

銀魚乾。有大小，出各湖。

宜酒花椒葱沃之蒸。宜油炒同韭。宜酒烹，同冬瓜，鮮竹筍。宜染調麪油煎。宜爲羹。

烘魚。出台州，多石首魚。

宜水漬柔，辣烹，同鮮竹筍菜，宜入羹。

白鰲。出寧波，健跳者上，爵溪者次，即石首魚。

宜炮，宜烹用醋。宜入羹，同鮮竹筍、菜豆腐。

魚身外有別制者

鰣魚子，鯧魚子，鰍魚子。《國語》曰魚子曰鮪。

用鹽醃，烈日中，布新瓦上暴燥，用蒸宜醋。

鯊魚子乾

宜蒸用醋。

明脯鬚乾即矶

宜烹熟，用熟油醋。

鮒魚鬐乾

宜蒸，用醋。

凍魚尾乾

宜蒸，用醋。

醃魚子鰾昆眇切。

宜醋。

凡有鱗屬，皆視以上所宜制。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷四《養生部四・蟲屬制》 《月令》、《家語》：鱗羽毓毛介，皆蟲也，今屬非特介蟲，依《本艸》皆曰蟲，贏音裸。

鰲《爾雅》云鰲三足者，名能。能，奴來切。

龜同鰲制

烹鰲。至冬宜食。莊子曰：冬則擣筤于江，尾短者母鰲，多卵。擣，初翔切。二制。

一先取生鰲，殺出血，作沸湯微熇，滌退薄膚，易水烹糜爛，解析其肉，投熬油中，加原烹汁清者再烹。用醬、赤砂餹、胡椒、川椒、葱白、胡荽，調和。一先熇滌，生斫爲軒，同前再烹，調和。和物宜潭筍、熟栗、熟菱、菜荳粉片。

魚鰲二制

同前制，去膚，寬用甘艸葱酒水烹熟，剞去肺腸，内外煩揉，以葱、川椒、胡椒、縮砂仁坋、醬、熟油、赤砂餹，鍋中再熬香油，取新瓦礫藉其甲魚之頻，沃以酒，香味融液爲度。有軒之，泡鹽酒，入油魚。

鮫鯉又名川山甲。

治去皮甲肝腸，鹽醃二三宿，水烹之。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷四《養生部四・蟲屬制》 鰕海豐縣出土蝦，肉色黑，大如小兒臂，長四五寸，有腹無口目，有三十足，如笄簪。

青鰕海中産，今曰對鰕。六制。龍鰕出福建。同制。

一鮮者鹽水烹熟，宜醋。一烹熟，暴燥。一暴燥，辣烹。一入羹。一倪雲林用皴川椒鹽酒漬之，少熇。一爲豉，同田鷄。

白鰕海中産。四制。

一鮮者去鬚，鹽浥片時，滌潔，布食器中，摻末川椒。取其鬚等入水，同白酒烹。甘艸葱鹽醋調和，澆二三次用。一止煎沸，白酒澆之。一和鹽蒸熟，暴燥。一俱入羹。

鰕腐

脱大鰕頭，擣爛，水和，濾去滓，少入鷄鴨子調勻，入鍋烹熟，取冷水瀉下，俱浮於水面，撈苴絹布中，輕壓去水，即爲腐也。其脱肉，機上斫絶細醢，和鹽花椒泡酒爲丸餅，烹熟置腐上，擷鮮紫蘇葉、甘草、胡椒、醬油，調和原汁渝之，或薑汁醋澆之，或入羹。

油炒鰕二制

一先入熬油中炒熟，醬醋葱調和。一惟以鹽。

鹽炒鰕

用鰕投水中，同鹽烹熟，宜醋。烹熟之，取水淋潔，暴燥，挼去殼，爲鰕尾，色

常鮮美，宜黃瓜絲，用蒜醋。宜油炒，用韭頭。宜爲羹，用豆腐。

生暴鰕，綿鰕。海中產同制

用鮮大鰕置烈日中，一日暴使燥，蒸宜醋。

生醬鰕

用鮮大鰕同末花椒、醬油中漬熟，宜醋。

生酒鰕

用大鰕每斤先以鹽五錢醃半日，瀝乾，置瓶中。每層雜川椒數顆，以醇酒化鹽，每斤二兩五錢，漬没之。泥塗瓶口，俟十餘日熟。

生醃鰕

用鮮大鰕，每十斤鹽一斤醃，疊之，泥封一月，俟熟，宜醋。其絶細者，今曰鰕醬。

望潮。即章舉，一種石距相類，同制。《本艸》云：味珍，好食，品所貴重。

鮮宜微煿，胡椒醋澆。宜辣烹。宜爲羹。宜糟用蒸。

水母。即海蜇，又名蛇。謝宗可詩云：海氣凍凝紅玉脆，天風寒結紫雲腥。蛇，徐嫁切。

治潔，入筐筥中，瀝去其水，以井水復滌，令潔。坋明礬同鹽揉，入甕，有寬汁令滿漬之。用切膾，花椒醋澆。鮮宜用湯煿，入熟油、胡椒、醋。宜油炒，入花椒葱。宜糟用，頭宜醋。明礬坋一斤，折鮮水母十二儈。

黃甲。即蝑，宜酒烹同魚宜烘同魚。不用解，宜糟同魚。用熟者，擊裂其螯。

蒸黃甲

取生者，裁竹針從臍内貫入腹，架鍋中少水蒸熟，肉始嫩，刀解去鬚，抹去泥沙。宜薑醋。

白蟹。殼之兩端皆鋭。傅肱《蟹譜》謂之蝤，宜糟。

蒸白蟹

同黃甲，蒸不貫臍，宜薑醋。

螃蟹。按《本艸》以蝑即蝤蛑。《蟹圖》云蟹巨者名曰蝤蛑，兩螯有苔，今名蝑者，螯滑，非蝤蛑也。故從《蟹圖》。霜後則肥。皮日休云：蟹因霜重金膏溢。

烹蟹

冷水烹，揭鍋蓋則青色，宜橘錢薑鹽醋。倪雲林用生薑紫蘇橘皮鹽同烹。

燒蟹蒸附

當蟹口刀開爲方穴，從腹中探去穢，滿内醬花椒葱，口向上布鍋内，筐親於鍋煬者。舉火時，以油從鍋口澆落少許後，以白酒薄調花椒葱醬，漸澆於鍋，俟熟，不令有焦。有内屑豬脂肪葱白花椒鹽，架鍋蒸，俱宜薑醋、橙醋。黃山谷詩云：忍堪支解見薑橙。

芙蓉蟹

用蟹解之，筐中去穢，布銀錫砂鑼中，調白酒醋水花椒葱薑甘草，蒸熟。

瑪瑙蟹三制

一用蟹烹，解脱其黃肉，水調菉豆粉，少許煩揉，以鮮乳餅同蒸熟，塊界之，以原汁、薑汁、酒醋、甘草、花椒、葱調和，澆用。一倪雲林惟調雞子蜜蒸之。一用辣糊。

五味蟹

用蟹團臍者，每六斤入甕一層，疊葱川椒一層，取醬一斤，醋一斤，鹽一斤，糟一斤，酒不拘筭，薄調，漬没蟹爲度，熟宜醋。

酒蟹三制

一用團臍者，從臍盡實腹中，以擣蒜泥鹽。一實以坋花椒屑葱，俱以白酒醅，同鹽花椒葱漬之，宜醋。一《蟹譜》酒蟹須十二月間，作於酒甕間，撇清酒不得近糟，和鹽浸蟹一宿，却取出於罈中，去其糞，重入椒鹽，訖疊浄器中。取前所浸酒更入，少新撇者，同煎一沸，以别器盛之，隔宿候冷，傾蟹中，須令滿。

油炒蟹

用蟹解開，入熬油中炒熟，鹽花椒葱調和。

糟蟹二制

一取熟蟹去臍，過冷入糟，宜醋糟同魚。一用生蟹團臍者，每斤先以炒鹽四兩醃之，次以白酒醅，沸稍乾，每蟹一層，醅一層，入甕，泥塗其口，勿見火，藏可數月。

醬蟹二制

一熟蟹去臍，以原汁俟冷，調醬漬之。一生蟹團臍者，惟以醬油漬之，可留經年，宜醋。《墨娥小録》云：熬香油入醬中，可久留，不沙潰。

蟹背《禮》注曰：背，醢也。二制。

用蟹去筐臍穢，擣糜爛，同醬、胡椒、花椒、縮砂仁坋和，熟用。裁絹爲小囊括之。宜醋，有和酒醋鹽。

蝤蠐。二種沙蟹，亦滑螯，一大一小，體性柔和，味甚甘肥，又非擁劒。《蟹圖》未及之也。

宜生糟，用醋。宜擣薑同蟹，用醋。宜同《蟹譜》酒蟹制。

澥蟹。至小而色白性柔而肥。《本艸》曰蟹奴，陶穀謂螯蟛，一蟹不如一蟹，未嘗見此也。

宜生糟，用醋。

鱟。小者爲鬼鱟，宜用大者。韓文公詩曰：鱟實如惠文，骨眼相負行。

用刀當其背劍之，取足內向者，去其腸，甚臭惡，不可傷動。切爲軒，以胡椒、川椒、葱、醬、酒浥，藉以原殼入籠蒸，其水別入鍋烹如腐，宜澆以胡椒醋。醃

《酉陽雜俎》曰鱟醬。宜醋。

蠣房。《本艸圖經》云：海族之最可貴者名蠣。楊誠齋詩云：懷玉深藏萬壑間。

烈火焰開，挑其肉，澆以川椒醋。醃宜醋。

蚶。《本艸》曰：瓦壠，宜醬油漬，同蟹，宜爲羹。壠，刀連切。

烹蚶

先作沸湯，入醬油、胡椒調和，滌蚶投下，不停手調旋之，可拆遂起，則肉鮮滿，和宜潭筍。

酒蚶

滌潔入罌，調生酒漿，熟油炒，鹽川椒葱白漬之。

蛤蜊宜烹。方張口，肉熟油醬花椒燒。蠔　石決明又名鰒魚。鰒音伏。

白蜆，白蛤。蘇東坡松醪賦曰蛤半熟以含酒

清烹

先養釋米水中一二日，令吐盡沙泥，作沸湯，調白酒川椒葱白投下，旋動不停手。方張口即取起，剝肉鮮嫩而滿。

爲鮓

投沸湯中調旋，張口取以剝肉，用原汁濯去泥沙，沸去水，以熟油鹽醋，碾炒熟芝麻，和之。宜取肉，辣烹同魚，和以麪糝。宜取肉，油鹽炒酒澆。宜取肉爲羹。宜生者以冷鹽湯漬，其張口取肉，濯去泥沙，沸去水，酒漿熟油川椒葱白再漬之，用醋。宜生者滌潔，以醬油漬，用醋。

鹹蠇

作沸湯投之，滴香油數點，肉自脫下。宜和豬肉醢料爲湯餅餡。宜入羹。宜酒漬，同蚶。宜醬油漬，宜爲鮓，同蛤蜊。

淡菜。牛翰林曰：君子安知淡菜非雅物也。

滌潔，作沸湯微焊，剖其肉，除邊鎖及毛，調和胡椒川椒葱醬油醋爲汁用之。

乾者宜入羹。

鴨即蚷。蚷音劫。脚

鮮宜辣烹。宜入羹。醃宜醋。

將軍帽

鮮宜辣烹。醃宜醋。糟宜醋。

江瑤柱。即馬甲柱。郭景純賦，海月如鏡，其柱如搔，頭大，一名江珧柱。二制。

一取生肉，酒滌潔，細絲如箸頭大，沸熱酒烹食之。一細作縷，生和胡椒醋鹽赤砂餹，冷食之。倪雲林作假江瑤柱，用江魚背肉作長條子，每箇取六塊，如江瑤柱狀，鹽酒泡蒸，以魚餘肉熬汁，用魚頭去骨，取口頰金紅色并尾煮。

泥螺。又名土鐵。

醃宜醋。醃者復糟，宜醋。

螾音速。

醃宜醋。

蚌步項切。《爾雅》云：蜃，登州有海市云蜃，吐氣成樓臺也。蜃，市刃切。

預以釋米水養之，吐出泥沙，生殺，油醬胡椒烹。

螺螄　田螺　蓼螺

俱養釋米水中，去泥沙。螺螄烹，取肉辣烹，用糝宜鹽水烹，取肉用胡椒醋。倪雲林取田螺生殺，沙餹濃泡，飯頃洗潔，以花椒葱酒再淹，鷄汁中餐。《本草》曰：蓼，螺辣如蓼，生食以薑醋。

黃蜆宜爲酢，同蛤蜊，宜爲羹，海出者，宜醬，同蛤蜊。

預養釋米水中去土氣，取水烹，宜油鹽酒花椒葱頭調和。

海螄

鹽水烹熟，宜醋。

蝗鼻子出揚州。蝗有長鼻，能自截如刀。切小方醃。

鹽水漬，炒乾，宜醋。

蟹子

同鰕子，宜醋。

蜆子

醃宜醋。

凡有蟲屬，皆視上所宜制。

焦周《焦氏説楛》卷四 十遠羹，石耳、石髮、石線、海紫菜、鹿角菜、天花蓴、沙魚、海鰾、白石決明、蝦魁腊，右用鷄羊鶉汁及決明蝦蓴浸漬，自然水澄清，與三汁相和鹽酎，莊嚴多汁爲良。十品不足聽闕，忌入別物倫類，雜則風韻去。

焦周《焦氏説楛》卷六 藏鹽酒蟹，以皂莢半挺置其中，經歲不沙。

孫之騄《晴川蟹録》卷二《吴中貢御》 《清異録》：煬帝幸江都，吴中貢糟蟹、糖蟹。每進御；則旋潔拭殼面，以鏤金龍鳳花貼上。

孫之騄《晴川蟹録》卷二《蟛蜞出》 《廣東新語》：凡春正月二月南風起，海中無霧，則公蟛蜞出。夏四五月，大禾既蒔，則母蟛蜞出。其白者曰白蟛蜞，生毛者曰毛蟛蜞。有毒，多食發吐痢，而潮人無日不食，以當園蔬，故諺曰：水潮蚓食鹹解。鹹解者，以毛蟛蜞入鹹水中，經兩月，熬水爲液，投以柑橘之皮，其味佳絶。解，其渣滓不用，用其精華，故曰解蚓者，蛤之屬。

孫之騄《晴川蟹録》卷二《張氏煑蟹》 平江細民張氏，以煑蟹出售自給，所殺不可億計。紹興五年七月，買兩蔀寘室中，凡數百枚，夜聞鴨聲嘈嘈，父子秉炬尋索，無所視。追復寢，其聲又作。審聽之，正在蔀内，乃起坐咄之。蟹作人言曰：只是死了。住夜半後，又覺有人着屨游行，以爲盜也。走報鄰里，欲拘執，寂無影響。其女五七娘，驚而病臥於床，三日聞外人喚云，五七可同去。應曰待我來。至晚而死。後九日，張妻亦病，見女坐床下，呼之使上。已而張父子及妻相繼亡，但存一小女曰阿感，無人養育，所親周二爲取致其家，使見父母來就喚亦死，張門遂絶。同上。

孫之騄《晴川蟹録》卷二《烏擁劒》 《大業拾遺》：吴郡獻蜜蠏二千頭，作如糖蟹法。蜜擁劒四甕，《吴都賦》所謂烏擁劒是也。

孫之騄《晴川蟹録》卷二《照灘》 山谷詩：照灘禽郭索，燒野得伊尼。佛書伊尼，鹿名。照灘，謂照火取蟹也，若醃蟹以火照之，則蟹膏成沙。《歸田録》：淮南人藏鹽蟹，凡一器以皂莢半挺置其中，則可藏之經歲不沙。

孫之騄《晴川後蟹録》卷一《鹿宜孫》 《雲仙雜記》：鹿宜孫食蚌蛸，炙于壽陽盌内，頓進數器。

孫之騄《晴川後蟹録》卷一《市食》 市食炒螃蟹、薑蝦米，蒸作從食蟹、黄鵝項子、母鼈雞頭籃兒。

孫之騄《晴川後蟹録》卷二《酒樓》 每樓有賣玉面貍、鹿肉糟、決明糟、蟹糟、羊蹄、酒蛤蜊、柔魚、蝦茸、鰛乾者，謂之家風。又有賣酒浸江瑶、章舉、蠣肉、鼈脚、鎖管、蜜丁、脆螺、蠏醬法、蝦子魚、鮓魚、煠魚諸海味者，謂之醒酒口味。

孫之騄《晴川後蟹録》卷一《脂同切玉》 《北墅抱甕録》：分湖稻蟹極肥，脂同切玉，搗薑薦之，以佐村釀。誰謂荒寒寂寞之濱，遂無佳味哉。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲》 巨源《食譜》：金銀夾花平戧，剔蟹細碎卷。冷蝦兒羹。冷蛤蜊。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲》 蜜釀蝤蛑。《雲林遺事》：蝤蛑鹽水署煮，才色變便撈起，劈開留全殼，螯脚出肉股，剁作小塊，先將上件排在殼内，以蜜少許，入雞彈内攪匀澆遍，次以膏腴鋪雞彈上蒸之，雞彈才乾凝便啖，不可蒸過，橙薤醋供。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲》 煮蟹法

用生薑紫蘇橘皮鹽同煮，才大沸透便翻，再一大沸透便啖。凡煮蟹旋煮旋啖則佳。以一人爲率，秖可煮二隻，啖已再煮，擣橙薤醋供。全上

炒彭越

杭城二月，街市叫賣醃彭越，或有賣活彭越者，人家買歸，用油醬炒食，曰醬炒彭越，可以下酒。

勿食蟹鬚

吾鄉食蟹去鬚勿食，以其性太涼，食之腹痛。吴下以鬚爲美，名曰玉蓑衣，言其鬆脆而美也。

飲食好尚

《酌中志》八月宫中造新酒蟹始肥，凡宫人喫蟹，活洗浄，用蒲包蒸熟，五六成群攢坐共食。先揭蟹臍，細細用指甲挑剔，醋醋蒜以佐酒。或剔蟹胸骨，八路完整，如蝴蝶式者，以示巧焉。食畢，飲蘇葉湯，即用蘇葉等件洗手爲盛會。

詼食品

《堅瓠集》：吴中一富翁自詡食品之妙，人即以其言作詩嘲之，有云：剥光黄蟹常吞蛋，渴極團魚時飲醎。蓋言雄蟹剥去螯毛，以甜酒調蛋灌之，則蟹黄滿腹，凝結如膏。置鱉魚於温湯中，渴極伸頭，則以葱椒酒漿飲之，味尤奇美。

蟹生

高濂脯胙品，用生蟹剥碎，以麻油先煮熟，冷并草果茴香砂仁花椒末水薑胡

椒俱爲末，再加葱鹽醋，共十味入蟹內拌勻，即時可食。

食蟹三昧

李笠翁曰：食蟹只合全其，故體蒸而熟之，貯以水盤，列几上，旋剝旋食，爲得食蟹三昧。若和以他味，使蟹之色，蟹之香，與蟹之真味全失。

製蟹

《月令廣義》凡鮮蟹烹食，以尖臍者佳。凡酒醬及糟只用團臍者，切忌攪入尖臍，恐易沙壞。淮上糟蟹，每以三十爲率，要團臍者。以臘糟一斤半，鹽八兩，醃醋半斤，椒蘗末量用。仍以臘黄酒一斤半拌勻，如法封藏，可至來年夏月，其味最美。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲》

糟蟹

李漁《閒情偶寄》：甕中取醉蟹，最忌用燈，但初醉之時，點燈一盞，照之入甕，則與燈光相習，任憑照取，永無變沙之患。

《居家必用已集》糟蟹歌，括云：三十團臍不用尖，水洗控乾，布拭。糟鹽十二兩半，仰疊蟹在瓶中，以好酒二升，物料傾入，蟹半月熟用白芷末二錢，其黄易結。五斤鮮，糟五斤鹽十二。好醋半斤并半酒，拌勻糟内。可飡七日到明年。七日熟，留明年。

醬醋蟹

醬醋蟹，團臍大者，麻皮扎定，于温煖鍋内令吐出泛沫了，每斤用鹽七錢半，醋半斤，酒半升，香油二兩，葱白五握，炒作熟葱油。榆仁醬半兩，麪醬半兩，茴香、椒末、薑絲、橘絲，各一錢，與酒醋同拌勻。將蟹排在淨器内，傾入酒醋，浸之半月可食，底下安皂角一寸許。

法蟹

法蟹，團臍大者十枚，洗淨控乾，經宿。用鹽二兩半，麥黄末二兩，麪末一兩半，仰疊蟹在瓶中，以好酒二升，物料傾入，蟹半月熟用白芷末二錢，其黄易結。

醬蟹

醬蟹，團臍百枚，洗淨控乾，逐箇臍内滿填鹽，用線縛定，仰叠入磁器中。法醬二斤，研渾椒一兩，好酒一斗，拌醬椒勻，澆浸令過蟹一指，酒少再添，密封泥固。冬二十日可食。

橙蟹

《山家清供》：橙大者絶頂，去穰留少液，以蟹膏入其内，仍以頂覆之。用酒醋鹽水蒸熟，既香而鮮，使人有新酒、菊花、香橙、螃蟹之興。

孫之騄《晴川後蟹録》卷四《拾遺》

糟蟹皺子

《軒渠録》載，有人以糟蟹皺子同薦酒者，或笑曰：是則家中没物事，然此二味作一處怎生喫。衆以爲笑。近傳澉浦富家楊氏嘗宴客，作蟛蜞餛飩，真可作對也。又余侍先子觀潮，見道人負一簏枯蟹，多至百餘種，如惠文冠、如皮弁，如箕、如瓢、如虎、如龜、如蠏、如蝟，或赤或黑或紺或斑如玳瑁，或粲如茜錦，其上有金銀絲者，皆平日目所未覩。癸辛雜識

糖蟹皆糟

《夢溪筆談》云：南人嗜鹹，北人嗜甘。魚蟹加糖蜜，蓋便於北俗也。又《老學庵筆記》，唐以前書傳，凡言及糖者皆糟耳，如糖蟹糖薑皆是。

孫之騄《晴川後蟹録》卷四《拾遺》

醉糟

洪適以糟蟹送曾守：太湖九月霜波寒，郭索不幸逢漁蠻。誰令骨醉糟丘裏，使我涎流書卷間。黄堂丈人思幼玉，耳邊不復親絲竹。一杯聊使破愁顔，要遣詩情踵山谷。山谷詩相憶尊前把蟹螯

孫之騄《晴川後蟹録》卷四《拾遺》

《事物紺珠》飲食類，有酳蟹、音鎗，同鹽酒醬醋椒製。炙蟹、酒煮蟹、蟹膾、剔肉，同鱘鮓，作酒浴。糟丘、郭索等名。

孫之騄《晴川續蟹録》《齊民要術》藏蟹法：九月內，取母蟹，母蟹臍大竟腹下，公蟹狹而長。得則水中，勿令傷損及死者，一宿腹中淨。久則吐黃，吐黃則不好。先煑薄糖，糖薄餳。著活蟹於冷糖甕中一宿，著蓼湯和白鹽，特須極鹹，待令，甕盛半汁，取糖中蟹，內著鹽蓼汁中便死。蓼宜少著，多則爛。泥封二十日。出之，舉蟹臍著蓋末還復臍如初。內著坩甕中，百箇各一器，以前鹽蓼汁澆之令沒，密封，勿令漏氣，便成矣。特忌，風裏則壞而不美也。

又法：直煑鹽蓼湯，甕盛，詣河所得蟹則內鹽汁裏，滿便泥封。雖不及前味，亦好。值風如前法。食時，下薑末調黃，盞盛薑酢。仝上

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五十四》 淮南人藏鹽酒蟹，以皂莢半挺置其中，則可經歲不沙。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 蝦米。閩出龍蝦大，次則對蝦。海豐土蝦，肉黑如小兒臂，俱宜酒醋烹之則香。靖江小蝦，色白最香，竟可乾食。《清波襍志》曰：淮甸蝦米，用席裹入京，皆枯黑无味。以便溺浸一宿，水洗去，則紅潤如新。

張履祥《楊園先生全集》卷一六《沈氏農書》卷上《逐月事宜》 十一月，【略】置備，【略】做風魚火腿。

張履祥《楊園先生全集》卷一六《沈氏農書》卷上《逐月事宜》 六月，【略】買勒魚入糟。

張履祥《楊園先生全集》卷一六《沈氏農書》卷上《逐月事宜》 十一月，【略】買鰕糟醬。【略】做風魚火腿。

孫廷銓《顏山雜記》卷二《風土歲時》 主人召客席終，遥見粉湯，則客起争門。按：范致明《岳陽風土記》：湖湘間賓客燕集，供魚清羹，則衆皆退，如中州之水飯也。

查慎行《人海記》卷上《八梢魚》 八梢魚，灰褐色，無鱗，腹圓，口生腹下，後拖八尾。産遼東海中。永平太守盧騰龍，以餽明相國。庖人來詢魚治之法，余亦不知也，以意答之。用滾水燙去其皮，其尾如猪小腸而色較白，寸斷之，用葱韭雜炒。及登盤，腥氣觸人，不堪下箸。而一統志載入遼東物産，太守以充土貢，何所取也？

嵇曾筠等《浙江通志》卷一一《物産・杭州府》 蝦。《咸淳臨安志》：湖生者殼青，江産者色白。《海寧縣志》。海蝦白色，邑人製之獨善，名曰酒發蝦。

蝦蚑。《輟耕録》海寧皆喜食蝦蚑螯，名曰鸚哥嘴，以極紅者似之故也。《武林紀事》，錢塘江邊有小蟹，潛於沙穴中，謂之彭月。寒食人家多醃食之。又海邊出一種比彭月差大，食之令人瀉痢。又一種足生毛者，名曰毛蚑，尤不可食。

金鉷等《廣西通志》卷三二《風俗・通省》 【略】飲食惟知果腹，宴會止雞豚。常品剖活魚細切，備辛香蔬醋諸物下箸拌食，曰魚生，勝於烹者。

張泓《滇南新語》 螺珠，洱水盛産螺，土人取大者別之，截頭和蒜生食，羣詫珍味。剪其尾，別名螺黃，充宴客上品。更選大螺，破殼尾，用某廟中泉注釜待沸，滴螺內清水點沸湯中，一煞即漉出，盡成走珠，瑩白可愛，脆美悦口，取他水製之，則散漫不融。官大理者，祕爲奇貨以贈人，惟嫌乾後多菜色耳。

華希閔《廣事類賦》卷二八《飲食部・肴饌》 細切銀絲。杜詩：鮮鯽銀絲膾，香芹碧澗羹。仝飛霜鱠。《七命》：命支離飛霜鱠。支離，古庖人。

《大清一統志》卷四二《奉天府五》 海鮀，生海中，濛濛如沫，能運動，無耳目，鹽漬而食之。

《大清一統志》卷四二《奉無府五》 細鱗魚。《遁志圖》：身細鱗，出太子河者尤佳，今有司貢以柳木，炙之以供祀典。

《大清一統志》卷二二五《寧波府二》 土産【略】

叶鐵。屠本畯《海味索隱》：一名泥螺，出南田者佳。狀類蝸而殼薄，吐舌衝沙，沙黑如鐵，至桃花時，鐵始吐味乃美，醃食之。

《大清一統志》卷二七九《岳州府》 鯇魚。大江出。《岳陽風土記》：岳州人極重鯇魚子，每得之，渝以皂莢水，少許鹽漬之，即味甘美。

李化楠《醒園録》卷上 煮燕窩法

用滾水一碗，投炭灰少許，候清將清水傾起，入燕窩泡之即霉黃亦白，撕碎洗淨，次將煮熟之肉取半精白切絲，加雞肉絲更妙，入碗內裝滿，用滾肉湯淋之，傾出再淋兩三次。其燕窩另放一碗，亦先淋兩三遍，俟肉絲淋完，乃將燕窩逐條鋪排上面，用淨肉湯去油留清，加甜酒豆油各少許，滾滾淋下，撒以椒麵吃之。又有一法，用熟肉剉作極細九料，加菜荳粉及豆油花椒酒雞蛋清作丸子，長如燕窩，將燕窩泡洗撕碎，粘貼肉丸外包密，付滾湯盪之，隨手撈起，候一齊做完盪好，用清肉湯作汁，加豆油甜酒各少許，下鍋先滾一二滾，將丸下去，再一滾即取下碗，撒以椒麵葱花香菜，吃之甚美。或將燕窩包在肉丸內作丸子，亦先盪熟，餘仝。

煮魚翅法

魚翅整個用水泡軟，下鍋煮至手可撕開就好，不可太爛。取起冷水泡之，撕去骨頭及沙皮，取有條縷整齊者，不可撕破，鋪排扁內，晒乾收貯磁器內。臨用酌量碗數取出，用清水泡半日，先煮一二滾洗淨，配煮熟肉絲或雞肉絲更妙，香菰同油蒜下鍋連炒數遍，水少許煮至發香，乃用肉湯纔淹肉就好，加醋再煮數滾，粉水少許下去，並葱白再煮滾下碗。其翅頭之肉及嫩皮，加醋肉湯煮作菜吃之。

煮鮑魚法

先用藥剪切薄片子，水泡洗，煮熟撈起，配新鮮肉精的，打橫切薄片子，下鍋先炒出水，煮至水乾，看肉若未熟，當再下點水煮乾熟，纔將鮑魚下去，加蒜瓣切薄片子，半茶甌肉湯和粉同炒，湯粉不可太多，亦不可太少，總以硬軟得宜爲要。至粉蒜熟取起，此項不下鹽醬，以鮑魚質本鹹故也。

煮鹿筋法

筋買來盡行用水泡軟。下鍋煮之，至半熟後撈起，用刀刮去皮骨取淨，晒乾收貯，臨用取出水泡軟，清水下鍋煮至熟，但不可爛耳，取起。每條用刀切作三節或四節，用新鮮肉帶皮切作兩指大片子，仝水先下鍋內，慢火煮至半熟，下鹿筋再煮一二滾，和酒醋鹽花椒八角之類，至筋極爛肉極熟，加葱白節裝下碗。其醋不可太多，令吃者不見醋味爲主。

炒鱔魚法

先將魚付滾水抄盪，捲圈取起，洗去曰膜，剔取肉條撕碎，用麻油下鍋，併姜蒜炒撥數十下，加粉滷酒和勻取起。

頓脚魚法

先將脚魚宰死，下涼水泡一會，纔下滾水盪洗，刮去黑皮，開甲去腹腸肚穢物，砍作四大塊，用肉湯併生精肉姜蒜同頓至魚熟爛，將肉取起。只留脚魚。再下椒末，其蒜當多，下姜次之。臨吃時均去之。又法：大脚魚一個，配大雌雞一個，各如法宰洗，用大磁盆底鋪大葱一重，併蒜頭大料花椒姜，將魚雞安下，上蓋以大葱，用甜酒清醬和下淹，密隔湯頓二炷香久，熟爛香美。

醉螃蠏法

用好甜酒與清醬配合，酒七分清醬三分，先入罈內，次取活蠏，已死者不可用，用小刀於背甲當中處扎一下，隨用鹽少許填入，乘其未死即投入罈中。蠏下完後，將罈口封固三五日可吃矣。

醉魚法

用新鮮鯉魚破開，去肚內雜碎，醃二日，翻過再醃二日，即於滷內洗淨，再以清水淨，晾乾水氣，入燒酒內洗過，裝入鐘內。每層魚各放些花椒，用黃酒灌下淹魚寸許，再入燒酒半寸許，上面以花椒蓋之，泥封口，總以魚只裝得七分，黃酒淹得二分，燒酒一分可成十分滿足。吃時，取底下的，放豬板油細丁，加椒葱刀切極細如泥，仝頓極爛，食之真佳品也。如遇夏天，將魚晒乾，亦可如法醉之。

糟魚法

將魚破開不下水，用鹽醃之，每魚一斤約用鹽二三兩。醃二日，即於滷內洗淨，再以清水擺淨，去鱗翅及頭尾，於日中晒之。候魚半乾，不可太乾，砍作四塊或八塊，肉厚處再剖開，取做就之糟即前法所云擠酒之糟，加鹽少許，裝入鐘內，候發香，糟物者是也。聽用。每魚一層蓋糟一層，上加整花椒，逐層用糟及椒，安放鐘內。如糟汁少，微覺乾，便取好甜酒酌量傾入，用泥封鐘口，四十天後可吃。臨吃時，取魚帶糟，用豬板油細丁拌入，碗盛蒸之。糟豬雞等肉同法，但魚用生的，入糟豬雞等肉，須煮熟乃可。

頃刻糟魚法

將醃魚洗淡，以糖霜入火酒內澆浸片刻，即如糟透鮮魚，亦可用此法。

做魚鬆法

用粗絲魚如法去鱗肚洗淨，蒸略熟取出，去骨淨盡，下好肉湯煮數滾取起，和甜酒微醋清醬、加八角末姜汁白糖蘇油少許和勻，下鍋拌炒，至乾取起，磁鐥收貯。

酥魚法

不拘何魚，即鯽魚亦可。凡魚不去鱗不破肚洗淨，先用大葱厚鋪鍋底下，一重魚鋪一重葱，魚下完，加清醬少許，用好香油作汁，淹魚一指，鍋蓋密。用高糧桿火煮之，至鍋裏不响爲度取起，吃之甚美，且可久藏不壞。

蝦羹法

將鮮蝦剥去頭尾足殼，取肉切成薄片，加雞蛋菉豆粉香圓絲香菰絲瓜子仁，和豆油酒調勻，乃將蝦之頭尾足殼用寬水煮數滾，去渣澄清。再用豬油同微蒜炙滾，去蒜，將清湯傾和油內煮滾，乃下和勻之蝦肉等料，再煮滾取起，不可太熟。

魚肉耐久法

夏月魚肉安香油久久不壞。

夏天熟物不臭法

大甕一個，擇其口寬大者，中間以梗灰乾鋪於底，將碗盛物放在上面，甕口將小布棉褥蓋之，再以方磚壓之，勿令透風走氣，經宿雖盛暑不臭。明日將要取用，先燒熱鍋，即傾入重熱，若少停便變味。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・春》 白蝦洗淨，晾乾，剪鬚尾，每斤用塩壹兩，火酒化開，拌蝦，量加花椒，入瓶紮緊。若用白糖，則不用塩。比目魚必待煑熟，方加塩，若早加，或用塩醃，即成粉。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 醃銀刀馬鮫鯧魚，俟九月廿後，做酒娘糟之。塌板魚，塩醃去皮，水洗過，晒乾，草灰培之。鰳魚去腸不去鱗，用布拭去血水，置罎內，加漿酒或火酒、白糖亦可。肪脂、葱姜、花椒、塩水蒸之。鯧魚照此法做。秋月得鰣，亦照此法做。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 糟魚，將上好鹹魚，水浸去鹹味。再用石灰煮水，冷定，洗過晾乾，再用好火酒洗過。壹層魚，壹層糟，裝罈。將椒茴細末八香油內，層層澆之，封固，四十日取用。大約糟三斤，可糟魚五斤。若欲久留過夏者，魚同前法洗過，每十斤用糟五斤、八罈。半月後，取起，拭去舊糟另用，再以火酒洗過，照前糟之。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 海蜇用極白礬到者，切方塊，入極滾水焯過，撈出。速用涼水拔至冷透。加香油、白糖、葱姜絲、蝦米汁，拌食。不可入醋，海蜇見醋，即不脆。

西施舌，先用涼水洗淨殼上泥沙，以刀劈開去殼，取舌肉，洗淨。再將爭水入鍋，止用塩花葱姜少許煮沸，方入舌肉，即刻取出，不可入葷油醬油。魚膘泡軟煮熟，涼水拔冷，如未透，再煮再拔，但不可成膠。或泡軟，擇淨晒乾，油煠亦可。

蒸鹹魚，先將鹹鰳魚或鯧魚，水浸兩宿，洗淨入鍋，清水煮滾，即取出，置罎內。加火酒六兩，白糖三兩，姜三片，肪脂、香油、葱白，隔水頓之。

煠翅，用水泡透，刷去鱗，煮熟，擇出金絲。先將豬肉，如法小炒將熟，入絲同炒。

燕窩，用水泡軟擇淨，雞湯掠過，任用。

夏天熟物不臭法

大甕一個，擇其口寬大者，中間以梗灰乾鋪於底，將碗盛物放在上面，甕口將小布棉褥蓋之，再以方磚壓之，勿令透風走氣，經宿雖盛暑不臭。明日將要取用，先燒熱鍋，即傾入重熱，若少停便變味。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・春》 白蝦洗淨，晾乾，剪鬚尾，每斤用塩壹兩，火酒化開，拌蝦，量加花椒，入瓶紮緊。若用白糖，則不用塩。比目魚必待煑熟，方加塩，若早加，或用塩醃，即成粉。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 醃銀刀馬鮫鯧魚，俟九月廿後，做酒娘糟之。塌板魚，塩醃去皮，水洗過，晒乾，草灰培之。鰳魚去腸不去鱗，用布拭去血水，置罎內，加漿酒或火酒、白糖亦可。肪脂、葱姜、花椒、塩水蒸之。鯧魚照此法做。秋月得鰣，亦照此法做。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 糟魚，將上好鹹魚，水浸去鹹味。再用石灰煮水，冷定，洗過晾乾，再用好火酒洗過。壹層魚，壹層糟，裝罈。將椒茴細末八香油內，層層澆之，封固，四十日取用。大約糟三斤，可糟魚五斤。若欲久留過夏者，魚同前法洗過，每十斤用糟五斤、八罈。半月後，取起，拭去舊糟另用，再以火酒洗過，照前糟之。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 海蜇用極白礬到者，切方塊，入極滾水焯過，撈出。速用涼水拔至冷透。加香油、白糖、葱姜絲、蝦米汁，拌食。不可入醋，海蜇見醋，即不脆。

西施舌，先用涼水洗淨殼上泥沙，以刀劈開去殼，取舌肉，洗淨。再將爭水入鍋，止用塩花葱姜少許煮沸，方入舌肉，即刻取出，不可入葷油醬油。魚膘泡軟煮熟，涼水拔冷，如未透，再煮再拔，但不可成膠。或泡軟，擇淨晒乾，油煠亦可。

蒸鹹魚，先將鹹鰳魚或鯧魚，水浸兩宿，洗淨入鍋，清水煮滾，即取出，置罎內。加火酒六兩，白糖三兩，姜三片，肪脂、香油、葱白，隔水頓之。

煠翅，用水泡透，刷去鱗，煮熟，擇出金絲。先將豬肉，如法小炒將熟，入絲同炒。

燕窩，用水泡軟擇淨，雞湯掠過，任用。

製海參，先用水泡透，磨去粗皮，洗淨，剖開，去腸，切條，塩水煮透。再加濃肉湯，盛碗內，隔水頓極透，聽用。

製鮑魚，先用水泡透，去腸，洗淨，切片，同肉炒。

魚鰲，用大鰲滾水去粗皮，再煮熟拆開蓋，加肉丁、雞丁、白果、栗子，仍將蓋蓋好。入漿酒、醬油、香油、脂油，各壹酒盅，姜葱少許，文火煮至湯將乾，取用。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 頃刻湯，用蝦米半斤，甜晒白鰲，或甜晒蝦皮壹斤，同焙乾爲末，脂油壹斤，醬油壹斤，姜六兩，花椒、茴香、砂仁末各三錢，共入鍋熬熟，收磁罐內。用時挑壹匙於碗內，加葱花少許，滾湯冲之，即成鮮湯。又方：好甜醬斤半，酒娘十兩，脂油壹斤，香油半斤，炒塩十兩，花椒、胡椒、官桂末各三錢，小茴末五錢，杏仁製過打碎壹兩，共蒸熟，磕盛調羹。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 糟鯉魚、湖鯉大者，去鱗腸，拭乾切大塊。每斤用炒塩四兩擦勻，醃過宿，就滷中洗淨，晾乾。每斤用糟十兩，塩七錢，拌入罈。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一五一《物產》 燕人膾鯉，方寸切其腴以啗衆。作《海鮮單》。

袁枚《隨園食單》卷一《海鮮單》 古人珍羞無海鮮之說，今世俗尚之，不得不言從所貴。《山谷別集》

燕窩

燕窩貴物，原不輕用。如用之，每碗必須二兩，先用天泉滾水泡之，將銀針挑去黑絲。用嫩雞湯、好火腿湯、新蘑姑三樣湯滾之，看燕窩變成玉色爲度。此物至清，不可以油膩雜之。此物至文，不可以武物串之。今人用肉絲、雞絲雜之，是喫雞絲、肉絲，非喫燕窩也。且徒務其名，往往以三錢生燕窩蓋碗面，如白髮數莖，使客一撩不見，空剩臠物滿碗。真乞兒賣富，反露貧相。不得已則蘑姑絲、筍尖絲、鯽魚肚、野雞嫩片，尚可用也。余到粵東，楊明府：冬瓜燕窩甚佳，以柔配柔，以清入清，重用雞汁、蘑姑汁而已。燕窩皆作五色，不純白也。或打作圓，或敲成麵，俱屬穿鑿。

海參三法

海參，無味之物，沙多氣腥，最難討好。然天性濃重，斷不可以清湯煨也。須檢小刺參，先泡去沙泥，用肉湯滾泡三次，然後以雞、肉兩汁紅煨極爛。輔佐

則用香蕈、木耳，以其色黑相似也。大抵明日請客，則先一日要煨海參才爛。常見錢觀察家，夏日用芥末、雞汁拌冷海參絲，甚佳。或切小碎丁，用筍丁、香蕈丁入雞湯煨作羹。蔣侍郎家用豆腐皮、雞腿、蘑姑煨海參亦佳。

魚翅二法

魚翅雞燂，須煮兩日，才能摧剛爲柔。用有二法，一用好火腿、好雞湯，如鮮筍、水糖錢許煨爛，此一法也。一純用雞湯串細蘿蔔絲，拆碎鱗翅，攙和其中，飄浮碗面，令食者不能辨其爲蘿蔔絲，爲魚翅，此又一法也。用火腿者，湯宜少，用蘿蔔絲者，湯宜多。總以融洽柔膩爲仕。若海參觸島，魚翅跳盤，便成笑話。吳道士家做魚翅，不用下鱗，單用上半厚根，亦有風味。蘿蔔絲須出水三次，其臭才去。常在郭耕禮家喫魚翅炒菜，妙絶，惜未傳其方法。

鯗魚

鯗魚炒薄片甚佳，楊中丞家，削片入雞湯豆腐中，號稱鯗魚豆腐，上加陳糟油澆之。莊太守用大塊腹魚煨整鴨，亦別有風趣。但其性堅，終不能齒決，火煨三日才拆得碎。

淡菜

淡菜煨肉，加湯頗鮮，取肉去心，酒炒亦可。

海蝘

海蝘，寧波小魚也，味同蝦米，以之烝蛋甚佳，作小菜亦可。

烏魚蛋

烏魚蛋最鮮，最難服事。須河水滾透，撒沙去臊，再加雞湯、蘑姑煨爛。龔雲若司馬家製之最精。

江瑤柱

江瑤柱出寧波，治法與蚶、蝗同。其鮮脆在柱，故剖殼時，多棄少取。

蠣黃

蠣黃生石子上，殼與石子膠粘不分。剥肉作羹，與蚶、蛤相似。一名鬼眼。樂清、奉化兩縣土産，別地所無。

袁枚《隨園食單》卷一《江鮮單》

《江鮮單》

刀魚二法

刀魚用蜜酒娘、清醬放盤中，如鰣魚法蒸之最佳，不必加水。如嫌刺多，則將極快刀刮取魚片，用鉗抽去其刺，用火腿湯、雞湯、筍湯煨之，鮮妙絶倫。金陵人畏其多刺，竟油炙極枯，然後煎之。諺曰：駝背夾直，其人不活。此之謂也。或用快刀將魚背斜切之，使碎骨盡斷，再下鍋煎黃，加作料。臨食時，竟不知有骨，蕪湖陶太太法也。

鰣魚

鰣魚用蜜酒蒸食，如治刀魚之法便佳。或竟用油煎，加清醬、酒娘亦佳。萬不可切成碎塊，加雞湯煮。或去其背，專取肚皮，則真味全失矣。

鱘魚

尹文端公自夸治鱘鰉最佳，然煨之太熟，頗嫌重濁，惟在蘇州唐氏，喫炒鰉魚片甚佳。其法切片油炮，加酒、秋油滾三十次，下水再滾起鍋，加作料，重用瓜、薑、葱花。又一法，將魚白水煮十滾，去大骨，肉切小方塊，取明骨切小方塊。雞湯去沫，先煨明骨八分熟，下酒、秋油，再下魚肉，煨二分爛起鍋，加葱、椒、韭，重用薑汁一大柸。

黃魚

黃魚切小塊，醬酒醃一个時辰，瀝乾。八鍋爆炒兩面黃，加金華豆豉一茶柸，甜酒一碗，秋油一小杯，同滾。候滷乾色紅，加糖加瓜、薑收起，有沉浸濃郁之妙。又一法，將黃魚拆碎，入雞湯作羹，微用甜醬，水縴粉收起之，亦佳。大抵黃魚亦係濃厚之物，不可以清治之也。

班魚

班魚最嫩，剥皮去穢，分肝、肉二種，以雞湯煨之，下酒三分，水二分，秋油一分。起鍋時，加薑汁一大碗，葱數莖，殺去腥氣。

假蟹

煮黃魚二條，取肉去骨，加生鹽蛋四個，調碎，不拌八魚肉。起油鍋砲，下雞湯，滾將鹽蛋攪勻，加香蕈、葱、薑汁、酒，喫時酌用醋。

袁枚《隨園食單》卷三《水族有鱗單》 魚皆去鱗，惟鯽魚不去。我道有鱗而魚形始全。作《水族有鱗單》。

邊魚

邊魚活者，加酒、秋油烝之，玉色爲度。須蓋好，不可受鍋蓋上之水氣。臨起加香蕈、筍尖。或用酒煎亦佳，用酒不用水，號假鯽魚。一作呆白色，則肉老而味變矣。并

鯽魚

鯽魚先要善買。擇其扁身而帶白色者，其肉嫩而鬆，熟後一提，肉即卸骨而下。黑脊渾身者，崛强槎枒，魚中之喇子也，斷不可食。照邊魚烝法，最佳。其次煎喫亦妙。折肉下可以作羹。通州人能煨之骨尾俱酥，號酥魚，利小兒食，然總不如烝食之得真味也。六合龍池出者，愈大愈嫩，亦奇。烝時用酒不用水，小用糖以起其鮮，以魚之小大，酌量秋油、酒之多寡。

白魚

白魚肉最細，用糟鰣魚同烝之最佳。或冬日微醃，加酒娘糟二日，亦佳。余在江中得網起活者，用酒烝食，美不可言。糟之最佳。不可太久，久則肉木矣。

季魚

季魚少骨，炒片最佳。炒者以片薄爲貴。用秋油細鬱後，用縴粉，蛋清搖之，入油鍋炒，加作料炒之。油用素油。

土步魚

杭州以土步魚爲上品，而金陵人賤之目爲虎頭蛇，可發一笑。肉最鬆嫩，煎之、煮之、烝之俱可，加醃芥作湯作羹，尤鮮。

魚松

用青魚、鯶魚烝熟，將肉拆下，放油鍋中灼之黃色，加鹽花、葱、椒、瓜、薑。冬日封瓶中，可以一月。

魚圓

用白魚、青魚活者，破半釘板上，用刀刮下肉，留刺在板上。將肉斬化，用豆粉、猪油拌，將手攪之，放微微鹽水，不用清醬，加葱、薑汁作團。成後，放滾水中煮熟撩起，冷水養之，臨喫入雞湯、紫菜滾。

魚片

取青魚、季魚片，秋油鬱之，加縴粉、蛋清，起油鍋炮炒，用小盤盛起，加葱、椒、瓜、薑，極多不過六兩，太多則火氣不透。

連魚豆腐

用大連魚煎熟，加豆腐，噴醬水、葱、酒滾之，俟湯色半紅起鍋，其頭味尤美。此杭州菜也。用醬多少，須相魚而行。

醋搜魚

用活青魚切大塊，油灼之，加醬、醋、酒噴之，湯多爲妙。俟熟即速起鍋。此物杭州西湖上五柳居最有名，而今則醬臭而魚敗矣甚矣。宋嫂魚羹徒存虛名，《夢粱録》不足信也。魚不可大，大則味不入，不可小，小則刺多。

銀魚

銀魚起水時，名冰鮮。加雞湯、火腿湯煨之，或炒食甚嫩。乾者泡軟，用醬水炒亦妙。

台鮆

台鮆好醜不一，出台州松門者爲佳，肉軟而鮮肥。生時折之，便可當作小菜，不必煮食也。用鮮肉同煨，須肉爛時放鮆，否則鮆消化不見矣。凍之即爲鮆凍，紹興人法也。

糖鮆

冬日用大鯉魚，醃而乾之，入酒糟，置罈中，封口，夏日食之。不可燒酒作泡。用燒酒者，不無辣味。

蝦子勒鮆

夏日選白淨帶子勒鮆，放水中一日，泡去鹽味，太陽晒乾，入鍋油煎，一面黃取起。以一面未黃煮鋪上蝦子，放盤中，加白糖烝之，以一炷香爲度。三伏日食之絶妙。

魚脯

活青魚去頭尾，斬小方塊，鹽醃透，風乾，入鍋油煎，加作料收滷，再炒芝蘇滾拌起鍋。蘇州法也。

家常煎魚

家常煎魚，須要耐性。將鯉魚洗淨切塊，鹽醃壓扁，入油中兩面熜黃，多加酒、秋油，文火慢慢滾之，然後收湯作滷，使作料之味全入魚中。第此法指魚之不活者而言，如活者又以速起鍋爲妙。

黃姑魚

徽州出小魚長二三寸，晒乾寄來，加酒剥皮，放飯鍋上烝而食之，味最鮮，號黃姑魚。

袁枚《隨園食單》卷三《水族無鱗單》

勝之。作《水族無鱗單》

湯鰻

鰻魚最忌出骨，因此物性本腥重，不可過于擺布，失其天真，猶鰂魚之不可

去鱗也。清煨者，以河鰻一條，洗去滑涎，斬寸爲假，入磁鐺中，用酒水煨爛，下秋油起鍋，加冬醃新芥菜，作湯重用葱薑之類，以殺其腥。常熟顧此部家用絲粉、山藥乾煨，亦妙。或加作料，直置盤中烝之，不用水。家致華分司烝鰻最佳。秋油、酒四六兌，務使湯浮于本身。起籠時，尤要恰好，遲則皮皺味失。

紅煨鰻

鰻魚用酒、水煨爛，加甜醬代秋油，入鍋收湯煨乾。加回香、大料起鍋。有三病宜戒者，一皮有皺紋，皮便不酥。一肉散碗中，箸夾不起。一早不鹽豉，入口不化。揚州朱分司家，製之最精。大抵經煨者以乾爲貴，使滷味收入鰻肉中。

炸鰻

擇鰻魚大者，去首尾，寸斷之。先用蘇油炸熟，取起。另將鮮蒿菜嫩尖入鍋中，仍用原油炒透，即以鰻魚平鋪菜上，如作料，煨一炷香。蒿菜分量，魚減半。

生炒甲魚

將甲魚去骨，用蘇油炮炒之，加秋油一杯，雞汁一杯。此真定魏太守家法也。

醬炒甲魚

將甲魚煮半熟，去骨，起油鍋炮炒，加醬水、葱、椒，收湯成滷，然後起鍋。此杭州法也。

帶骨甲魚

要一個半斤重者，斬四塊，加脂油二兩，起油鍋煎兩面黃，加水、秋油、酒煨。先武火，後文火，至八分熟加蒜。起鍋用葱、薑、糖。甲魚宜小不宜大，俗號童子脚魚才嫩。

青鹽甲魚

斬四塊，起油鍋炮透。每甲魚一斤，用酒四兩，大回香三錢，鹽一錢半，煨至半好，下脂油二兩，切小豆塊再煨，加蒜頭、筍尖。起時用葱、椒，或用秋油，則不用鹽。此蘇州唐静涵家法。甲魚大則老，小則腥，須買其中樣者。

湯煨甲魚

將甲魚白煮，去骨拆碎，用雞湯、秋油、酒煨湯二碗，收至一碗。起鍋，用葱、椒、薑末糝之。吴竹嶼家製之最佳。微用絳，才得湯膩。

全殼甲魚

山東楊參將家，裝甲魚去首尾，取肉及裙，加作料煨好，仍以原殼覆之。每宴客，一客之前，以小盤獻一甲魚。見者悚然，猶慮共動。惜未傳其法。

鱔絲羹

鱔魚煮半熟，劃絲去骨，加酒、秋油煨之，微用絳粉，用真金菜、冬瓜、長葱爲羹。南京厨者輒制鱔爲炭，殊不可解。

炒鱔

拆鱔絲，炒之畧焦，如炒肉雞之法，不可用水。

段鱔

切鱔以寸爲段，照煨鰻法煨之。或先用油炙使堅，再以冬瓜、鮮笋、香蕈作配，微用醬水，重用姜汁。

蝦

蝦元照魚元法，雞湯煨之，乾炒亦可。大槩捶蝦時，不宜過細，恐失真味。魚元亦然。或竟剥蝦肉，以紫菜拌之，亦佳。

蝦餅

以蝦捶爛，圓而煎之，即爲蝦餅。

醉蝦

帶殼用酒炙黃，撥起，放清醬米醋緊之，用碗悶之。臨食放盤中，其殼俱酥。

炒蝦

炒蝦照炒魚法，可用韭配，或加冬醃芥菜，則不可用韭矣。有捶扁其尾單炒者，亦覺新異。

蟹

蟹宜獨食，不宜搭配他物。最好以淡鹽湯煮熟，自剥自食爲妙。烝者味雖全，而失之太淡。

蟹羹

剥蟹爲羹，即用原湯煨之，不加雞汁，獨用爲妙。見俗厨從中加鴨舌，或魚翅，或海參者，徒奪其味而惹其腥，惡劣極矣。

炒蟹粉

以現剥現炒之蟹爲佳，過兩個時辰，則肉乾而味失。

剥殼烝蟹

將蟹剥殼，取肉取黃，仍置殼中，放五六隻在生雞蛋上烝之。上桌時完然一

蟹，惟去瓜脚，比炒蟹粉覺有新色。楊蘭坡明府以南瓜肉拌蟹，頗奇。

蛤蜊

剝蛤蜊肉，加韭菜炒之佳。或爲湯亦可，起遲便枯。

蚶

蚶有三喫法。用熱水噴之，半熟去蓋，加酒、秋油醉之。或用雞湯滾熟，去蓋入湯。或全去其蓋，作羹亦可。但宜速起，遲則肉枯。蚶出奉化縣，品在蝀蠙之上。

蝀蠙

先將五花肉切片，用作料閣爛。將蝀蠙洗淨，蘇油炒，仍將肉片連滷烹之。秋油要重些，方得有味。加豆腐亦可。蝀蠙從揚州來，慮壞則取殼中肉，置豬油中，可以遠行。有晒爲乾者，亦佳。入雞湯烹之，味在蠔乾之上。捶爛蝀蠙作餅，如蝦餅樣，煎喫加作料亦佳。

程澤弓蠔乾

程澤弓商人家製蠔乾，用冷水泡一日，滾水煮兩口，撇湯五次。一寸之乾，發開有二寸，如鮮蠔一般，才入雞湯煨之。揚州人學之，俱不能及。

鮮蠔

烹蠔法與蝀蠙同。單妙亦可。何春巢家蠔湯豆腐之妙，竟成絶品。

水雞

水雞去身用腿，先用油灼之，加秋油、甜酒、瓜、薑起鍋。或拆肉炒之，味與雞相似。

熏蛋

將雞蛋加作料煨好，微微熏乾，切片放盤中，可以佐膳。

茶葉蛋

雞蛋百個，用鹽一兩、粗茶葉，煮兩枝線香爲度。如蛋五十個，只用五錢鹽，照數加減，可作點心。

袁枚《隨園食單》卷三《小菜單》 吐蛺

吐蛺出興化、泰興，有生成極嫩者，用酒娘浸之，加糖則自吐其油，名爲泥螺，以無泥爲佳。

海蛰

用嫩海蛰，甜酒浸之，頗有風味。其光者名爲白皮，作絲，酒、醋同拌。

食品烹飪總部・水產部・紀事

蝦子魚

子魚出蘇州，小魚生而有子。生時烹食之，較美于羹一。

紀昀《閱微草堂筆記》卷一五 宋人詠蟹詩曰：水清詎免雙螯黑，秋老難逃一背紅。借寓朱勔之貪婪必敗也。然他物供庖厨一死焉而已，惟蟹則生投釜甑，徐受蒸煮，由初沸至熟，至速亦逾數刻，其楚毒有求死不得者，意非夙業深重，不墮是中。

師範《滇繫》卷四之一《賦産・異産》 滇池多巨螺，池人販之，遺殼名螺螄灣。嘗穿成材書院地入五六尺深許，即爲螺殼，出之堆山，水泉迸出，他穿亦然。疑此地舊亦螺螄灣，漸成平陸，移灣於其下，則滇嗜螺螄，已數百年矣。剔螺撏肉擔而叫賣於市，以薑米秋油調，争食之立盡。早晚皆然。又剔其尾之黄，名螺蛳黄，滇人尤矜，以爲天下所未有。有曹姓業於此者，賡菜海邊。人謂曹螺螄云。趙州並産螺蛋。

師範《滇繫》卷四之一《賦産・異産》 魏武帝四時食製曰：滇池鯽魚至冬極美，今滇河冬月産者最佳。腹中白腴長六七寸若切麪，然烹之甚美。楊慎贊云：滇池鯽魚，冬月可薦，中含腴白，號水母線，北客仜餐以爲麪。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・夏總雜識》 海鮸鱠杜寶《拾遺録》：隋大業六年，吴郡獻海鮸乾鱠。其法，五六月取大鮸四五尺者，鱗細而緊，無細骨不腥，取肉切，晒極乾，以新瓶盛之，泥封固。用時以布裹，水浸少頃，去水則皎白如新也。

顧仲《養小録》卷下《魚之屬》 魚鮓

大魚一斤，切薄片，勿犯水，用布拭淨，生薑泡湯，冷定浸魚，少頃瀝乾，則緊而肥。夏月用鹽一兩半，冬月一兩，淹食頃瀝乾，用薑橘絲蒔蘿葱椒末拌勻，入瓷罐按實，箬蓋竹簽十字架定，覆罐控滷盡即熟。

湖廣魚鮓法

大鯉魚治淨，細切丁香塊，老黄米炒燥，舂粉約升半，炒紅麪舂末升半和勻。每魚塊十斤，用好酒二盌，鹽一斤，夏月鹽一斤四兩，拌醃瓷器。冬半月春夏十日取起，洗淨，布包榨十分乾。用川椒二兩，砂仁二兩，茴香五錢，紅豆五錢，甘草少許，共爲末，麻油一斤半，葱白一斤，預備米麪米一升，拌和入罐，用石壓緊。冬半月夏七八日可用，用時再加椒料米醋爲佳。

魚餅

鮮魚取脅不取背，去皮骨，肥豬取膘不取精，膘四兩，魚一斤，十二個雞子，清

魚也，剁肉也，剁魚肉合剁爛，漸入雞子清涼水一杯，新慢加急剁成。鍋先下水，滾即停，將刀挑入鍋中烹，笊籬取入涼水盆，甘酌湯味，下之囫圇吞。

凍魚

鮮鯉魚切小塊，鹽醃過，醬煮熟，收起。用魚鱗同荆芥煎汁，澄去渣，再煎汁，稠入魚，調和得味，錫器密盛，懸井中凍就，濃薑醋澆。

鯽魚羹

鮮鯽魚治淨，滾湯焯熟，用手撕碎去骨淨，香蕈鮮筍切絲，椒酒下湯。

酥鯽

大鯽魚治淨，醬油和酒漿入水，紫蘇葉大撮，甘草些少，煮半日熟透，骨酥味美。

酒發魚

大鯽魚淨，去鱗眼腸顋及鬐尾，勿見生水。以清酒腳洗，用布抹乾，裹面以布紮筋頭，細細搜抹淨。用神麯紅麯胡椒茴香川椒乾薑諸末，各一兩，拌炒鹽二兩，裝入魚腹入罐。上下加料一層，包好泥封。臘月造，下燈節後開，又番一轉，入好酒浸滿泥封，至四月方熟，可用可留一二年。

鱖魚

鮮魚去皮骨切片，乾粉揉過，去粉，葱椒醬油酒拌和，停頃滾汁湯鱖出，加薑汁。

炙魚

鮝魚新出水者治淨，炭火炙，十分乾收藏。

暴醃糟魚

臘月鯉魚治淨，切大塊拭乾。每斤用炒鹽四兩擦過，淹一宿，洗淨晾乾，用好糟一斤，加炒鹽四兩拌勻，裝魚入翁，紙箬包泥封。

蒸鰣魚

鰣魚去腸不去鱗，用布抹血水淨，花椒砂仁醬擂碎，加白糖豬油同擂妙。水酒葱和味裝錫罐內蒸熟。

消骨魚

欖仁或楮實子搗末，塗魚內外，煎熟，魚骨消化。

鯉鮓

鯉一斤，鹽一兩，醃一伏時，再洗淨控乾，布包石壓。薑橘絲五錢，鹽一錢，葱絲五分，椒三十粒，酒娘糟一大盞，拌勻入瓶，十日可供。

水雞腊

肥水雞只取兩腿，餘肉另入饌。用椒酒醬和濃汁浸半日，炭火緩炙乾，再蘸汁再炙，汁盡，抹熟油再炙，以熟透發鬆爲度，烘乾瓶貯久供。色黃勿焦爲妙。

臊子蛤蜊

水煮去殼，切豬肉肥精相半，作小骰子塊，酒拌炒煮半熟，次下椒葱砂仁末，鹽醋和勻，入蛤蜊同炒，一轉取前煮蛤原湯澄清烹入，湯不許太多。滾過取供。

醉蝦

鮮蝦揀淨入瓶，椒薑末拌勻，用好酒頓滾潑過，夏可一二日，冬月不壞，食時加鹽醬。

酒魚

冬月大魚切大片，鹽揩，曬略乾，入罐滴燒酒灌滿泥口，來歲三四月取用。

酒麵魚

大魚治淨一斤，切作手掌大薄片，用鹽二兩，神麯末四兩，椒百粒，葱一握，酒二斤，拌勻密封，冬七日可食，夏一宿可食。

甜蝦

河蝦滾水焯過，不用鹽，曬乾，味甜美。

蝦鬆

蝦米揀淨，温水泡開，下鍋微煮取起，醬油各半拌浸，用蒸籠蒸過，入薑汁，并加些醋。蝦小微蒸，蝦大多蒸，以入口虛鬆爲度。

法製蝦米 厨

淡菜

水洗搜別盡，蒸過，酒娘糟糟下。

醬鮝

治淨煮過切片，用好豆腐切骰子塊炒熟，乘熱撒入鮝魚拌勻，好酒娘一烹，肥美。

蝦米粉

白亮細蝦米，烘燥磨粉，收貯入瓷瓶，十日可供。

羹粉

寧波淡白羹，洗淨切塊，蒸熟剥肉細剉，取骨酥炙，焙燥磨粉收用。

薰鯽

鮮鯽治淨拭乾，甜醬醬一宿，去醬油烹，微晾，茴椒末揩勻，柏枝薰之。

糟魚

臘月鮮魚治淨，去頭尾，切方塊，微鹽醃過，日曬收去鹽水迹。每魚一斤，糟半斤，鹽七錢，酒半斤，和勻入罐，底面須糟多，固三日傾倒一次，一月可用。

海蜇

水洗淨，拌豆腐略煮，則澀味盡而柔肥，腐則不堪。加酒娘醬油花椒醉之。

蟹

醬蟹糟蟹醉蟹精妙祕訣

其一訣：雌不犯雄，雄不犯雌，則久不沙。此明朝南院子名妓所傳也，凡團臍數十个爲罐，若雜一尖臍于內，則必沙，尖臍亦然。其一：酒不犯醬，醬不犯酒，則久不沙。酒醬合用，止供旦夕，數日便沙，易紅。其一：蟹必全活，螯足無傷。

上品醬蟹

上好極厚甜醬，取鮮活大蟹，每個以麻絲縛定，用手撈醬，揾蟹如團泥，裝入罐內封固。兩月開，臍亮易脫，可供。如未易脫，再封好候之。食時以淡酒洗下醬來，仍可供厨，且愈鮮也。

糟蟹

三十團臍不用尖，老糟斤半半斤鹽，好醋半斤斤半酒，入朝直吃到明年。臍內每个入糟一撮，罐底鋪糟，一層糟一層蟹，灌滿包口。裝時以火照過入罐，則不沙。團臍取其富多，然大尖臍亦妙也。

醉蟹

以甜三白酒注盆內，將蟹拭淨投入，有頃醉透不動。取起，將臍內泥沙去淨，入椒鹽一撮，茱萸一粒，置此可經年不沙。反納罐內，酒椒粒以原酒澆下，酒與蟹平封好，每日將蟹轉動一次，半月可供。

松壑蒸蟹

活蟹入鍋，未免炮烙之慘，宜以淡酒入盆，略加水，及椒鹽白糖薑葱汁菊葉汁攪勻入蟹，令其飲醉不動，方取入鍋，既供饕腹，尤少寓不忍於萬一云。蟹浸多，水煮則減味法，以稻草搶輭，挽匾髻入鍋平水面，置蟹蒸之，味足。山藥百合羊眼豆等，亦當如此。

蟹鼈

煮蟹食時擘開，于紅監之外，黑白髒內，有蘆大小如瓜仁，尖稜六出，似杠杭楞葉，良可怕人，即以蟹爪挑開取出，若食之腹痛，蓋其毒全在此也。

吳熊光《伊江筆録》下編　潘榕皐云：團魚一具，用蒜實其腹，如法烹煮，不用醋鹽，以治鼓脹大小便並下脹疾頓消，再用補藥調理。此法係福建藍某告知，曾醫數人神驗。因思蒜通百竅，而煞性利下，故經驗也。

袁大化等宣統《新疆圖志》卷二八《實業》　鮮羅布淖爾，古之鹽澤也。是產大魚，黑脊方口，或曰鯉魚類也。其回民屬喀喇庫勒部，徐松《西域水道記》云乾隆二十六年增設三伯克。不食五穀，以魚爲糧，乘木筏張網，或置釘於梃，伺大魚至鈎梃交下。其人皆以木支棚，編葦爲牆壁，繞屋闌繩，貫枯魚纍纍。食則以火炙之，不羹不飯，小魚則以鐵箸貫而炙。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》　糟蟹醃蟹，罈中入皂莢久不沙。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》　湯鰻。披鰻兩面皮連肉，勿令帶骨切，入鮮湯，加薑汁，佐以筍與香菌、熟南腿片，盛宜小椀。

湯鯉。用鯉魚肝煮爛，換鮮湯，加薑汁，佐以糟，鯉魚盛椀加葱椒。

傳沙拙老《閒處光陰》卷下　淮南人藏鹽酒蟹，凡一器十隻，以皂角半挺置其中，則經年不壞。見歐陽文忠公《歸田録》。

臘中鯉魚，切大塊拭乾，每一斤用炒鹽四兩擦過，醃一宿，洗淨晾乾，再用鹽二兩，糟一斤，拌勻入翁，紙箬泥封。

陳徽言《南越遊記》卷二《魚生》　嶺南人喜取草魚，活者剖割成屑，佐以瓜子、落花生、蘿蔔、木耳、芹菜、油煎麪餌、粉絲、腐乾，匯而雜食之，名曰魚生，以沸湯炙酒下之，所以祛其寒氣也。復有魚生粥，其中所有皆魚生諸品，因魚生之名而名之，特魚膾在粥內，又皆煨熟與食魚，生得上古茹毛飲血之遺，若不爲同耳。

黃本驥《湖南方物志》卷二《長沙府》　作長沙蒲鮓法：治大魚洗令淨，厚鹽令魚。不四五宿，洗去鹽，炊白飯漬，令見水中鹽，飯穰清多飯無若此。《齊民要術》

周家楣、繆荃孫《光緒順天府志》卷七一《故事志七·雜事下》　邵閬谷太守夫人善烹鱘鰉魚頭，張瘦銅中翰與趙雲松觀察半夜買魚，排闥喧呼，太守夫婦已寢，聞聲山視，不得已，爲夫人起而治庖，魚熟命酒，東方明矣。三人爲之笑樂。中翰有句云：昔年邵七同街住，半夜打門索煮魚。想見前輩風流灑脫。道光

間，徐稼生庶子與張星白侍郎同年至好，一日，庶子飲侍郎齋中，大醉，逕趁內室。適侍郎夫人在玻璃窗下倦繡，庶子隔窗戲謔。夫人大怒，呼輿至庶子宅，立將庶子姬人携歸，且告徐曰：此非汝妾，乃張星白之妾矣！迫夜深，仍不放歸。徐姬人眼雨首蓬，幾至搆釁。同人力爲排解乃罷。凡戲無益，此則不如閒谷夫人烹魚雅趣也。蕉軒隨録十。

郭柏蒼《海錯百一録》卷一《記魚》 黄魚。身扁薄，多鯁多油，醃食可口。福州呼油鰶，背上無鬣者爲[紫鰶]次之。

郭柏蒼《海錯百一録》卷一《記魚》 鯧，字見《閩中海錯疏》及《閩書》。連江長樂皆有之，似青鱗而少細骨，六月無北風，少晴時則多産。骨輭者佳，以鹽水醃，隔歲發香味食之。扶土詔安銅山之鯧，在海旁，咂東洋土，尤爲補脾。閩人以此下飯，不厭腥鮮，外省見者呼爲臭魚，不敢近。

鯷。又呼鯷鮯，似鯧而無鱗，醃法如鯧，鮮勝於鯧而香減味。遜尾硬者薨之，名[硬尾鯷]。又[白麻魡]身扁薄，[淡魡]味遜勝於白麻魡。[圓鰻魡]體圓厚而多肉，[臺灣魡]肉粗而價廉。鯧鯷二魚用薄鹽炊之，名曰[熟魚]，鯧炊者美，鯷不及也。單炊者美，雙炊不及也。長樂、壺井江田所産爲多，壺井李姓，江田陳姓，舉族皆以討海爲生，其鄉富足。諺云：海水無門限。言易富也。壺井近亦産鹽魚，貨須陸行四十里，至長樂縣河下裝載，趕入省會之大橋，鄉頑以大魚聽魚客趕省，收魚裝簍者爲魚客。以熟魚等爲小魚，留爲民食，每於石尤嶺攔截。

青鮫。據《龍龕手鑑》鮫應作鮫。福州呼青鮫，仔長不及三寸，眼赤鱗小色青，生於首夏。油煎有香氣，煮之則鯷。

過臘。屠氏《海錯疏》：頭類鯽，牙類鱖，又類鯵。肉微紅，味美。尾端有肉，口中有牙如鋸，好食蚶蚌。臘來春去，故名過臘。按：福州呼棘鱖，以其鱖如棘也。興化呼橘鱖，以其鱖紅紫色。泉州呼鬍鱖，又呼奇鱖。味豐在首，首豐在眼。十月蒸葱酒，尤珍。又有[赤鬃]大於棘鱖。

郭柏蒼《海錯百一録》卷一《記魚》 黄彡魚。又名雞母魚，鱗細，黄赤色，夏多産，秋冬閒得之。泉州呼雞魚。帶鱗蒸透，去鱗煮麪或米粉，其味清腴。烹者次之。

郭柏蒼《海錯百一録》卷一《記魚》 斑車魚。圓身細鱗，黄質黑斑，名海斑車。《閩書》背上有斑，肉粗味腴，大者三四百斤。腹中有肚，其味更美。蒼按：斑車肚炒食脆乾之，名鼈魚。肚大者二三斤，愈大愈佳。江中溪中皆有斑車，其肚小而不脆。

郭柏蒼《海錯百一録》卷一《記魚》 鯙魚。《龍龕手鏡》作鯙。《爾雅注》鯙，小魚也，似鮒子而黑，俗呼爲魚婢，江東呼爲妾魚。蒼按：鯙魚出甯德，鼻在頭上。土人煎油燃釭而棄其肉。與《爾雅》所訓小魚二物而同名。

郭柏蒼《海錯百一録》卷一《記魚》 烏魚。似海鰌，産臺灣。身圓口小，赤目細鱗，似鰤魚。冬至前後盛出由鹿仔港始次及安平大港後至瑯嶠海跤圖呼海濱爲海跤放子於石罅仍引子歸原港蓋如燕之客而翼卵也冬至前捕得者，爲頭烏，味肥美。冬至後捕得者爲回頭烏，則瘦矣。以其子成片，用薄鹽薨之，味豐。漁人有自厦門澎湖伺其來時東渡採捕者鳳山縣水餉有採捕烏魚旗九十四枝蓋縣印豎船頭每枝徵銀一兩五分

鮐。《史記・貨殖傳》鮐鮆千斤。師古曰：鮐，海魚。《爾雅・釋詁》鮐背疏老人皮膚消瘠背若鮐魚也。《烏獸草木攷》：台，鮐魚也，生海中，狀如蝌斗，大者尺餘，腹下白，背上青黑，有黄文。性有毒，雖小獺及大魚不敢食之。蒸者，餘之肥美。今福清漳州甯德興化所呼[鮜魚]。《閩書》云：鮜魚似烏魚而小，身圓口小，赤目細鱗，味似鰤子。月脂滿腹尤佳。一名鮐，又名撥尾，蓋鮜魚之小者。《八閩通志》子魚似烏魚而小，冬深子盈腹，其味尤珍。《三山志》子魚身圓鱖小，冬深盈腹皆子者作鹹，肥美可充方物。蒼按：子魚似烏魚頭尖，冬月脂膏滿腹，漸欲盈子者最佳，至春放子則瘦而無味。

郭柏蒼《海錯百一録》卷一《記魚》 鮆。江魚也，海亦有之。《説文》鮆，飲而不食，刀魚也。又名魦。【略】蒼按：鮆出於夏子多而肥海人呼刀，身狹長如彎刀，頤下有長刺如麥芒，其鯁微彎而利，煎炙作鮓皆美，入鍋則僵。

郭柏蒼《海錯百一録》卷一《記魚》 鹿角魚。《閩中記》大者，梓人用其皮以錯角。《海物異名記》芒角特戴在鼻。小者醃爲鮓，味甚佳。大者長五六寸，其皮可以錯角。蒼按：鹿角魚，色蒼黝。大者帶皮酢之，大者索然矣，蓋味在皮也。【略】

龍占魚。尖口細鱗，形如海鯽，大一二斤，色紅，四時皆有。醃爲羹味佳。澎湖五十五島，以此魚爲上品。

郭柏蒼《海錯百一録》卷三《記殼石》 蠣房。《本草》名古賁，一名蠣蛤，一名牡蛤，亦名西施乳。河豚魚腹中之脬，亦名西施乳。入藥，取其厚結者爲牡蠣。

【略】又有漬於池者，名爲水蠏，啖之泄瀉，春分則肚爛。俗云二月十九關蠏門是也。以炭燒食，肥美芳鮮。或用發劑油炮，加紫菜，或調薑醋椒鹽葱豉紫菜，生食之。或以黄豆和米爲漿夾，以生蠏和油炮之，曰蠏餅，美品。冬至前後，炒椒鹽和炒荳少許醃之，過夏揭去麪面之醭發而食之，名醃蠏。

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷六一《物産二・岳州府》 岳州人極重鯇魚子，每得之瀹以皁莢水，少許鹽漬之，即食，味甚甘美。《岳陽風土記》巴陵臨湘出鯇魚湖廣志

文魚出臨湘沅潭，一名春魚，味苦美。長一二分。小滿日出，餘日無。湖廣志文魚曝乾，用雞卵攪蒸，頭皆向上，滿椀匀排如以千錢插於椀面，亦異品也。《三長物齋長説》。

金武祥《赤溪雜志》卷下 廳屬産蟹，有蟹埠，田頭尤多。蟹有膏者皆團臍，最爲上品，尖臍爲肉蟹次之，價亦較賤。其形與吾鄉所産迥異，不知《蟹圖》記十二種中，此爲何名也。吾鄉蟹食稻始肥，故必盛於九十月，此則四五月即充實。頃有饋余數十枚者，調以蜀葵，下以越酒，雖非菊花天氣，而覩此雙螯八跪，亦不禁動秋風鄉味之思焉。

海旁雖無蠔田，而石巖間亦産之，以春夏時爲多。蠔生石上，磈礧相連如房，故一名蠣房。土人乘潮退，即掉小舟往採。其鮮者，肉如蚌，味極雋，較之美人鯉肥，西施乳滑，未知孰後先也。

明蝦一作螔蝦，大者長五六寸肉，色明透，其首有紅膏凝結，最鮮美，亦溪亦時有之，與膏蟹鮮蠔同爲珍饌。又《廣東新語》云：銀蝦出大金海上者原書金作禁亦香，而細頭尾與鬚皆紅，醃之味大佳，可以久食，此又海錯之可數者。

蟹埠之外，有蜆埠産蜆頗夥，其白殼小蜆土人名曰米螺。《廣東新語》云：凡南風霧重則多白蜆，白蜆之形如霧自空而下，漁人以爲天雨蜆之云。故余有句云：蜆篆籠霧暗，蠔艇挾潮腥。

粤中多蔗，榨以製糖，其利頗鉅，曰竹蔗，曰荻蔗，連岡接阜，幾與禾黍等。赤溪所産之蔗，質鬆而漿厚，惟不能榨糖，蓋土人亦不善榨也，然清津流液，固不讓紫梨朱橘矣。

奚誠《耕心農話・蠔田》 【略】予嘗至海邊，見石上蠣殼黏連，玲瓏可玩，凡鹹水浸潰之處，皆有之，若經陽火，則易生也。蠔肉名曰蠣黄，雲間人呼爲類部肉，煮食味頗鮮美，生啖用麻油塩拌甚佳，乃海饈中之仙品也。

石榮暲《庫頁島志略》卷四《習俗篇》 費雅喀人多乘天暖之時，捕取鮭鱒之類，由婦女剖開魚腹，棄其臟腑，向日晒乾，儲作冬春食用。亦寒國人民之生活也。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・膾》 操刀膾鯉。李綱字文紀，有進魚者，太子使膾之，唐儉、趙元楷自言其能。太子曰：操刀膾鯉和鼎味，公等善之，若弱齒審，諭固周網矣。化蝶飛。進士段碩常識南孝廉者，善斫膾，殺薄絲縷，輕可吹起，操刀響捷，若同節奏。因會客衒技，先起魚架之，忽暴風雨雷震一聲，膾悉化爲蝴蝶飛去，南驚懼，遂折刀，誓不復作。王鮪。南人魚膾以縷金橙拌之，號金虀玉膾。陷吴郡獻松江鱸鮪，煬帝曰：所謂金虀玉膾，東南佳味也。

著録

鄭樵《通志》卷六九《藝文略第七・食經》 《會稽造海味法》一卷。

孫之騄《晴川蟹録・序》 余與子晉孫君誼成交，尤以文字相好，時已有名諸生間，校藝先登者數矣。然非君好也，君所好者，我自讀書耳，杜門却掃，坐擁羣籍，研精纂要，網羅古今，曩緝二申野録，天人之故，洞如也。三秋偶暇，復成蟹録四卷，竭兹物情，暢厥理趣，名雖述古，意由獨造。調元養生不爲無助，豈徒嗜奇，姑一試其雕蟲哉。君以博士徵，韜光不出，復能續學著書，令後世知。有孫子余則嘿嘿，漁樵農圃之儔，獨叙是録，從其好也。君其以余爲知言否耶。丙申長至姻弟沈繹祖拜題。

孫之騄《晴川後蟹録・序蟹》 太元一六爲水類，爲介爲穴爲育，蟹水蟲而穴處者，與披甲而介者，與腹腴而膏者，與剛者，與坎水中有離火。蟹火質而剛者，與剛故不屈，有時而折。蟹殼堅而脆者，與火性，炎上而就燥。蟹又火燥者，與其智不如龜之骨可鑽也，其廉不如蚓之心自一也。文以介士之容，不足衛身也。借託蛇蟺之穴，弗能久居也。實以膏腴之腹，還供人飽也。第其首必東向，執穗朝魁，似明乎君臣之義，貴賤之等，故君子時有取焉。

孫之騄《晴川後蟹録》卷三《食憲》 鄭樵《食鑑》

《鄭樵食鑑》四卷，物有形質變異者，如獸有岐尾，蟹有獨螯，羊一角，雞四距之類是也，有犯日辰。所禁者，如六甲日，不食鱗甲之物。丙午壬子日，不食諸

五臟。父母及自身本命日，不食本命所屬肉是也。有犯時月之忌者，如螃蟹，八月已前脯修，四月以後麋鹿肉，四月至七月，皆不可食是也。

郭柏蒼《海錯百一録・序》 閩海濱人於海族，有終身未見未聞者。飛潛動植，陸之所産，海多有之，稍異其狀而大焉，狀同矣而名異，名與狀皆同，而作用又異。蓋水不鹹淡之殊，復有潮汐往來，清濁溷雜之别，網罟弗及得，盡其天年。前後數千載，海族將愈不可量矣。説者遂因而無稽之。蒼海濱人以數十年所見者，粗細必記，不厭其鄙，又以老漁所聞者證之諸書，諸書同亦録之，存其名，備其説，使音與義合。其因音訛而訓背者，皆從删。閩惟福州福甯音同，其他彼此，行越宿則喁喁然，不知所謂。豈但浙粤人不辨閩語，閩人且不辨閩語，故一物恒數名，一物且數志。有見其物不知其名，有詢其名，忽悟其物，記載之書，如《三山志》、《八閩通志》、《閩書》，或紀全閩，或紀一郡，焉能獨詳物産。即王世懋《閩部疏》，屠本畯《海錯疏》，非閩人又焉能盡通閩産，且講求筆法，但鄙之言，不入搢撫，故其爲書亦復有限。且習者多同，異者各别，否則異者愈異，而習者忽矣。古人多識於鳥獸草木之名，曰多識則不拘細大矣。周禮覆天鳥之巢，驅水蟲，去鼃黽，焚牡鞠，若於政體無關。紀其大不遺其細者，乃備物致用於無極之意也。凡物命名之始，必有取義。義之從同者衆，乃共稱久之。舍其義，以叶音求其雅以免俗，衆人所共知共聞者，書不之載。所不知不聞者，乃鑿鑿焉。就一人口舌之好而稱美之，因其物氣味之偏而抑置之，援引多端，覽者莫得確據，而於物類之性，烹調之法，則闕焉。閱者復何所取蒼少壯時，覺海物壓市，近粤人設食館烹鮮，則取其豐腴而棄其咀嚼，貨者多歸焉。城市不得美品，瀕海各灣輪舟來往，轟擊不甯，小魚且遠遁，漁利不及昔時十之二三矣。池館深寂，録成五卷，記漁、記魚、記介、記殼石，記蟲、記鹽、記菜，皆以閩語爲目，而釋之末，附記海鳥、海獸、海草，雖稍違海錯之例，然亦不越閩海，以求博異，聞有以他事隨筆附入者，欲以一知半解告人，不免畫蛇添足之誚云爾。

光緒丙戌秋日郭柏蒼序於閩山柳湄小榭。

藝文

陸龜蒙《甫里集》卷一八《食魚》 江南春早魚無澤，歲晏未曾腥鼎鬲。今朝有客賫鱸魴，手提見呼兒反。我長于尺。呼兒春取紅蓮米，輕重相當加十倍。且作吴羹助早飡，飽卧晴簷曝寒背。橫戈負羽正紛紛，秪用驍雄不用文。爭如曉夕謳吟樣，好伴滄洲白鳥群。

曹寅等《全唐詩》卷六七一唐彦謙《蟹》 湖田十月清霜墮，晚稻初香蟹如虎。板罾拖網取賽多，篾簍挑將水邊貨。縱橫連爪一尺長，秀凝鐵色含湖光。彭蜞石蟹已曾食，使我一見驚非常。買之最厭黄髯老，償價十錢尚嫌少。漫誇豐味過蝤蛑，尖臍猶勝團臍好。充盤煮熟堆琳琅，橙膏醯澡調堪嘗。一斗擘開紅玉滿，雙螯嘐出瓊酥香。岸頭沽得泥封酒，細嚼頻斟弗停手。西風張翰苦思鱸，如斯豐味能知否。物之可愛尤可憎，嘗聞取刺於青蠅。無腸公子固稱美，弗使當道禁横行。

梅堯臣《宛陵集》卷一二《糟淮白》 寒潭縮淺瀨，空潭多鮪魚。網登肥且美，糟漬奉庖厨。昔聞漁父賢，嘗勉楚人舖。楚人懷沙死，葬腹千歲餘。今兹有遺意，敢共杯盤疎。

梅堯臣《宛陵集》卷一七《江鄰幾饌鮧》 泥鰌魚之下，曾不享嘉賓。又嫌太健滑，治洗煩庖人。煎炙亦苦腥，未嘗輒向脣。江侯昔南官，家膳無此珍。昨日邀我餐，下箸勝紫鱗。乃知至賤品，唯在調甘辛。

梅堯臣《宛陵集》卷三一《和荅韓子華餉子魚》 南方海物難具名，子魚珍美無與并。完鱗全乙異臭腥，素鹽漬曝生花輕。其頭戢戢筠篋盈，出自通印時所評。遠涉川陸來都城，親賓交遺已見情。食指嘗動吾竊驚，果獲異味亦足明。

梅堯臣《宛陵集》卷三二《雜詩絶句十七首自此實應道中起慶曆七年夏》【略】

買魚問水客，始得鯽與鮊。操刀欲割鱗，跳怒驚鬐張。

梅堯臣《宛陵集》卷三八《設膾示坐客》 汴河西引黄河枝，黄流未凍鯉魚肥。隨鉤出水賣都市，不惜百錢持與歸。我家少婦磨寶刀，破鱗奮鬐如欲飛。蕭蕭雲葉落盤面，粟粟霜蔔爲縷衣。楚橙作齏香出屋，賓朋競至排入扉。呼兒便索沃腥酒，倒腸飫腹無相譏。逡巡餅竭上馬去，意氣不説西山薇。

梅堯臣《宛陵集》卷三八《江鄰幾邀食餛飩學書謾成》 老飢瘦腹喜食熱，況乃十月霜侵膚。與君共貧君餉我，吹韲不學屈大夫。前時我膾斫鯇鯉，滿坐驚人競取之一掬，不重乎鉢抄。其爲針也，顯不能刺肌膚，目不能穿絲縷，上不足晛卒笑呼。誠知舉箸意淺狹，一餐豈計有與無。

梅堯臣《宛陵集》卷六〇《針口魚賦》 有魚針喙形甚小，常乘春波來不少，

以附鹽而愈疾，下不足以因工而進補。以口得名，終親技女。大非膾材，唯便鮓滷。烹之則易爛，貯之則易腐。嗟玉色之可愛，聊用實乎雕俎。過此已往，未知其所處。

祝穆《古今事文類聚》後集卷三五梅聖俞《食鱠》 薄宦遊海鄉，雅聞靜康蝤。宿昔思一飽，鑽灼苦未高。傳聞臣浪中，碾礧如六鼇。亦復有細民，並海施行牢。採掇種其間，衝激恣風濤。鹹鹵與日滋，蕃息依江皐。中厨烈焰炭，燎以火遽已呀。共食惟恐後，爭先屢成譁。但喜美無厭，豈思來甚遲。多慙海上翁，辛苦斲泥沙。

王安石《臨川文集》卷一〇《車螯二首》 車螯肉甚美，由美得烹燔。殼以無味弃，弃之能久存。予嘗憐其肉，柔弱甘咀吞。又嘗怪其殼，有功不見論。醉客快一嗽，散投牆壁根。寧能爲收拾，持用訊醫門。

二

車螯肉之弱，恃殼保厥身。自非身有求，不敢微啟唇。尚恐擿者得，泥沙常埋堙。往往湯火閒，身盡殼空存。維海錯萬物，口牙且咀吞。爾無如彼何，可畏寧獨人。無爲久自苦，含匿不暴陳。豁然從所如，游蕩四海濱。清波濯其汚，白日曬其昏。死生或有在，豈遽得烹燔。

王安石《臨川文集》卷一一《車螯》 海於天地間，萬物無不容。車螯亦其一，埋沒沙水中。獨取常苦易，衛生乏明聰。機緘誰使然，含蓄略相同。坐欲腸胃得，要令湯火攻。置之先生盤，嗽客爲一空。蠻夏怪四坐，不論殼之功。狼籍堆左右，棄置任兒童。何當强收拾，持問大鹽工。

劉攽《彭城集》卷八《和梅聖俞食魚鱠歌》 【略】主人愛客不計錢，少婦縷鱠情可憐。蜀薑吳橘正相益，炊菰紮粟還慊然。燕人寸腴不足貴，專諸全胾非珍味。魘饜默懷一飽報，欲令主人千萬歲。白玉換米桂作薪，主人家居長不貧。資魚一值任公子，厭鱠與遍長安人。

孔武仲《清江三孔集》卷五《食蛤蜊呈子駿明叔》 兩君霜夜兩相過，有酒無肴爭奈何。蛤蜊買得雖不多，百枚包以一枯荷。呼奴再濯清泠波，玉石磊落聲相磨。乾薪爨熠稍駢羅，暴殄天物真煩苛。閉關拒敵難揮戈，劃然雙闢如噓呵。天然甘露貯玉窠，不須易牙爲調和。爭先買勇手自拏，莫笑擘盤無翠娥。釘明肉淨絶泥沙，棄擲冗頑如投梭。宮醅灩灩鸚鵡螺，滿飲不惜朱顏酡。念初搜索從海涯，千斤秖載雙駱駝。都城觀闕雲峩峩，時新首到王公家。吾儕得啖已蹉跎，勢力不敵怨則那。往歲端居臨漕河，此物堆積如山坡。鯉鰕淡菜暨車蛾，其實氣味俱同科。但嫌咀嚼費齒牙，何嘗珍惜如京華。物雖難得味乃佳，一壺千金古所嗟，三嗅而興君爲歌。

孔平仲《清江三孔集》卷二三《初食鱠魚蓼蒿》 魚從網師得，蒿自麥田求。斫鱠嘗鮮美，調羹烹滑柔。江南兒春物，野次助晨羞。人各甘香味，鱸蓴未易侔。

文彥博《潞公文集》卷七《憶鱖詩》 余前此二紀保釐西郊，與判臺李少師及洛社諸君遊龍門，飲伊上。有漁者獻鱖魚十數尾，因作羹鱠，坐客有思鱸之興。余後守魏，累請休致，久而未遂，曾爲憶鱖詩寄洛下諸賢。今年秋，累與諸君飲於東田池上，華間鱠魚炊香稻以佐酒，浩然有江湖是詩，并録憶鱖詩如左。元豐中，留守西京作。

一尊江上思鱸酒，兩首伊濱憶鱖詩。今日東田遂前請，香粳緑蟻鱠紅絲。

元豐甲子秋十一口。

劉摯《忠肅集》卷一五《食鱠》 知幾張季鷹，歸懷託江鱠。鱸魚今不數，未若魴鯽最。橙齏擣椒蘭，蔬菔碎珠貝。盤盤玉葉鋪，千縷紅雲碎。佐以晚菘羹，玉飯香藹藹。飽行慙素餐，捫腹放衣帶。昨來溪夏乾，市空無可奈。徒有彈鋏吟，何能飽幼艾。安得東海鯨，不憚生物害。揮刀滿金盤，對列酒池外。

張舜民《畫墁集》卷一《鯨魚》 東海十日風，巨浪碎山谷。長鯨跨十尋，宛轉在平陸。雷火從天來，焚然劍兩目。肌膚炙作油，骨節分爲屋。腥羶百里內，户户至厭足。我聞海上人，明珠可作燭。鯨魚復何罪，海若一何酷。從欲讒風伯，大鈞問不告。躊躇復歎息，歸咎當溟涬。託形天地間，獨爾有含蓄。大者不能容，小者又何益。却羨鰕魚輩，安然保家族。

孫之騄《晴川蟹録》卷四秦觀《詩録》 《以蓴薑法魚糟蠏寄蘇子瞻》：鮮鯽經年漬醯酸，團臍紫蟹脂填腹。後春蓴苗滑於酥，先社薑芽勝肥肉。鳧卵纍纍何足道，飣餖盤餐亦時欲。淮南風俗事瓶罌，方法相傳爲旨蓄。魚鱐蜃醢薦籩豆，山欹溪毛列蒙録。輒送行庖當擊鮮，澤居備禮無糜鹿。

蘇軾《東坡全集》卷四《將之湖州戲贈莘老》 【略】顧渚茶芽白於齒，梅溪木瓜紅勝頰。吴兒繪縷薄欲飛，未去先説饞涎垂。

蘇軾《東坡全集》卷一六《杜介送魚》 新年已賜黄封酒，舊老仍分赬尾魚。陋巷關門負朝日，小園除雪得春蔬。病妻起斫銀絲膾，稚子謹尋尺素書。醉眼矇矓覓歸路，松江煙雨晚疎疎。

蘇軾《東坡全集》卷二七《鱸魚行》 漸臺人散長弓射，初嘗鱸魚人未識。西陵衰老總帳空，肯向北河親饋食。兩雄一律盛漢家，嗜好亦若肩相差。食每對之先太息，不因噎嘔緣癐痴。中間霸據關梁隔，一枚何啻千金直。百年南北鮭菜通，往往殘餘飽藏獲。東隨海舶號倭螺，異方珍寶來更多。磨沙瀹漉成大胾，剖鮮作脯分餘波。君不聞蓬萊閣下驄碁島，八月邊風備胡獠。舶船跋浪電罷震，長鑱鏟處崖谷倒。膳夫善治薦華堂，坐令雕俎生輝光。肉芝石耳不足數，醋芼魚皮真倚壚。中都貴人珍此味，糟浥油藏能遠致。割肥方厭萬錢厨，決眥可醒千日醉。三韓使者金鼎來，方奩饋送煩輿臺。遼東太守遠自獻，臨菑掾吏誰爲材。吾生東歸收一斛，包苴未肯鑽華屋。分送羹材作眼明，却取細書防老讀。

孫之騄《晴川蟹録》卷三《文録》 蘇東坡雜説

惠州市井寥落，然猶日殺一羊，不敢與仕者争買，時囑屠者，買其脊骨耳。骨間亦有微肉，熟煮熱漉出，漬酒中，點薄鹽，炙微燋，食之。終日抉剔，得銖兩於肯綮之間，意甚喜之。如食蟹螯，率數日輒一食，甚覺有補。子由三年食堂庖所食，芻豢没齒，而不得骨，豈復知此味乎。戲書此紙遺之，雖戲語實可施用也，然此説行，則衆狗不悦矣。

閩越人高荔子而下龍眼，吾爲評之。荔子如食蝤蛑，大蟹斫雪，陸放翁詩：斫雪雙螯洗手供。又斫雪蟹雙螯本此。流膏一嘬可飽。龍眼如食彭越石蟹，嚼嚙久之了無所得，然酒闌口爽厭飽之餘，則咂嗽之味，石蟹有時勝蝤蛑也。戲書此紙，爲飲流一笑。

吾久戒殺，到惠州忽破戒，數食蛤蟹，自今日懺悔，復修前戒。

孫之騄《晴川蟹録》卷三東坡《老饕賦》 庖丁鼓刀，易牙烹煮，水欲新而釜欲潔，火惡陳而薪惡勢。九蒸暴而日燥，百上下而湯鑊，嘗項上之一臠，嚼霜前之兩螯。放翁詩：今朝有奇事，江浦得霜螯。爛櫻珠之煎密，滃杏酪之蒸羔，蛤半熟而含酒，蟹微生而帶糟。蓋聚物之大美，以養吾之老饕。婉彼姬姜，顏如李桃，彈湘妃之玉瑟，鼓帝子之雲璈。命僊山之萼緑華，舞古曲之鸞輪袍。引南海之玻璃，酌涼州之蒲萄。願先生之萬壽，分餘瀝於兩毫。候紅潮於玉頰，驚暖一作歎。響於檀槽。忽纍珠之妙唱，抽獨蟹之長繅。閔手倦而少休，疑吻燥而當膏。倒一缸之雪乳，列百拖之瓊艘。各眼澆於秋水，咸骨醉於春醪。美人告去矣，而雲散先生方兀然而禪逃。響松風於蟹眼，浮雪花於兔毫。先生一笑而起，渺海闊而天高。

劉弇《龍雲集》卷四《黄魚鮓寄狄復之因佐以詩》 魚有健且脩，供庖厥名鱣。紛紛水豢中，嗜者貪肥鮮。頷根束短喙。鮎皮突鱓肩。十月天風高。三湘

潦聲乾。脩蛇列長罝，獵獵排曉湍。魚師頓舷舫，疑作腳。柔醬掛鈎竿。小固不足數，大或斤盈千。丹膚染霜鍔，疎鱗脫連錢。吳儂喜健嘯，日取充羞盤。我食有餘，鮓法得新傳。薑芹間紅糝，漬以春醅瀾。置暖恐後熟，冪塵防弗蠲。輿來發新坩，正喜供饞咽。瓊蕤附骨脆，黃臘豐脂團。麋鹿信非工，豈復數魚蠏。醢馬試何事，屠虹祇誇謾。福州罷如斗，密覆恨不寬。勤勤寄我友，持以敵琅玕。君識茂先比，舉鬻知所然。此味勝他味，勿作等閒看。

徐積《節孝集》卷二《高樓春》 【略】三月高樓滿春色，椒漿瓊液盈金壺。盤羅江笋烹淮魚，櫻實赤玉梅紺膚。怒目橫行與虎爭，寒沙奔火禍胎成。雖爲天上三辰次，未免人間五鼎烹。

勃窣磐跚烝涉波，草泥出沒尚橫戈。也知觳觫元無罪，柰此尊前風味何。

黃庭堅《山谷集》卷一一《秋冬之間，鄂渚絶市無蟹，今日偶得數枚，吐沫相濡，乃可憫笑，戲成小詩三首》 解縛華堂一座傾，忍堪支解見薑橙。東歸却爲鱸魚膾，莫把知言許季鷹。

黃庭堅《山谷集》卷一一《謝榮緒惠貺鮮鯽》 偶思煙老庖元鯽，公遣霜鱗貫柳來。鼈臼方看金作屑，鱠盤已見雪成堆。

黃庭堅《山谷外集詩注》卷四《送蛤蜊與李明叔諸公》 雲屋吹燈然豆萁，煮豆然豆萁，用曹子建語。詳見前注。古來壯士亦長飢。廣文不得載酒去，且詠太玄庖蛤蜊。退之聯句庖霜鱠玄鯉，摘庖字。

孫之騄《晴川蟹録》卷四《詩録》黃魯直《次韻師厚食蟹》 海饌糖螗肥，江醪白蟻醇。每恨腹未厭，誇談口生津。三歲在河外，霜臍常食新。朝泥看郭索，暮柳來。鼈臼方看金作屑，鱠盤已見雪成堆。

黃庭堅《山谷集》卷一一《謝榮緒惠貺鮮鯽》 偶思煙老庖元鯽，公遣霜鱗貫柳來。鼈臼方看金作屑，鱠盤已見雪成堆。

王翠《聞見近録》 張大夫幼子嗜鮮鱭，張運判湖南其子買魚剖腸芼羹，羹沸剖魚游泳鼎中，羹成鮮活，若不剖者。視之則剖矣，遂絶烹鮮。

唐庚《眉山詩集》卷五《鄭太玉送子魚》 便當權閣太常齋，藥竈于傍手自煨。須信子魚藏妙理，坐令母蟹媿几才。刀頭定向何時得，劍脊頻將好意來。老去少陵雖病肺，尚堪持此薦寒醅。

傅肱《蟹譜·下篇》皮日休《病中有人惠海蟹轉寄魯望》 紺甲青筐染落衣，島夷初寄北人時。離居定有石帆覺，失伴唯應海月知。族類分明連頊琐，頊琐似小蚌，有一小蟹在腹中，琐出求食，故淮海之人，呼爲蟹奴。形容好箇似螯蜞。病中無用雙螯處，寄與夫君左手持。

陸龜蒙《酬襲美見寄海蟹》

藥盃應阻蟹螯香，卻乞江邊採捕郎。自是揚雄知郭索，《太玄經》云：蟹之郭索。且非何胤敢飯饟。何胤侈於食味，稍欲去其甚者。猶有鮑脯糖蟹。骨清猶似含春鶴，沫白還疑帶海霜。强作南朝風雅客，夜來偷醉早梅傍。

張邦基《墨莊漫録》卷一《毗陵士人蟹詩》 毗陵一士人，姓常，爲《蟹詩》曰：「水清詎免雙螯黑，湯老難逃一背紅。」蓋譏動父子。

沈與求《龜谿集》卷一《錢塘賦水母》 【略】江天八月霜葉鳴，罟師得鰕供水

征。水母弃擲羅縱橫，試令收拾輸庖丁。絳礬收涎體紆縈，飛刀鏤切武火烹。花饕飣餖粲白英，不殊冰盤堆水晶。稻醴蟄寒芼香橙，入齒已復能解酲。遺漁止矣勿復評，嗟哉此性愚不更。定矜故態招三彭，且摩枵腹甘藜羹。

李綱《梁谿集》卷一七《食蟹》 秋風蕭蕭蘆葦蒼，野岸郭索紛成行。持矛被甲正雄健，意氣正欲行無旁。朝魁執穗似有禮，擁劍敵虎何其强。野人篝火夜採撥，束縛赴鼎如驅羊。樽前風味若無敵，笔以橙橘尤芬芳。流膏斫雪快一飽，咀嚼海錯皆尋常。丹楓夜落吴天霜，穲稏欲熟千畦黄。梁谿白蟹正可釣，雖雞濁酒肥且香。先生歸去營口腹，老饕未許他人當。家山漸近意漸適，思歸豈獨鱸魚鄉。

李綱《梁谿集》卷二一《偶得雙鯉，付厨作饌，以薦一觴》 雙鯉從來丙穴東，霜刀縷切膾花紅。銀絲薤葉自争巧，玉筋金盤未覺空。德飽姜侯情已重，詩成杜老志應同。秋風笠澤鱸尤美，何日扁舟入手中。

李綱《梁谿集》卷二二《食蟹》 平生最愛梁谿居，溪頭紫蟹幾尺餘。持矛被甲意頗横，霜後直欲陵於菟。端然秉炬可攻取，束縛健者歸庖厨。雙螯如臂自可飽，滿腹膏液凝紅酥。每傾新釀爲一醉，風味竊疑他所無。那知謫墮荒山裏，乃有此物供膻儒。客云來自九江郡，分以餉我良勤渠。輪囷初喜入盤饌，郭索想見行泥塗。西風江岸蘆葦枯，下田粳稻香且腴。朝魁把穗屢蜕殼，宜爾怪偉胷中都。内黄流封何足道，左手相持真可娱。流膏斫雪快一嚼，不復悵望思東吴。

葛勝仲《丹陽集》卷二二《鱘魚》 貫以柳條仍撥刺，笔之筠笋佐鮮肥。他年京洛憎凡饌，莫忘河亭染指時。

劉子翬《屏山集》卷一一《食蠣房》 蠣房生海壖，堅頑宛如石。其中儲可欲，雖固必生隙。嵌嵁各包藏，碾磴相附積。終逢霹靂手，妙若啟扃鐍。鍜灼諒難堪，曷不吐餘瀝。南庖富腥盤，豈惟此稱特。吞航大絶倫，梯鬻萬夫食。針鱗九牛毛，小嚼亦千百。光螺量紫斑，簋實湛金色。水母脆鳴牙，章舉懸疣密。烏粘力排羣，貼石不可索。妾魚戲浮波，媚鮹雌雄匹。蟹躁輒横騖，鼈縮常畏出。車螯不服箱，馬鮫非駿跡。江瑶貴一柱，嗟豈棟梁質。骨柔競愛鮫，多鯁鯛乃斥。蚶虹鮭赤文，肉黑魚之賊。鰷鱨鰋鯉鰻，鱣鮪鮥魴鯽。鯆庸而魦小，瑣冗難盡述。包涵知海量，長養荷天德。貪生族類繁，失地波濤窄。網罟人創禍，甘鮮已爲厄。紛然均可口，流品當别白。微物倘見知，捐軀不足惜。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六劉彦冲《子魚》 舊聞通印名，海錯珍莫踰。火氣燦鱗鬣，鹵香泛庖厨。泥泥子盈胞，鮮美禍所區。生如粒芥微，多若饕粟儲。他年想吞舟，勿輕此錙銖。一咀命千百，雖甘汝安無。窮冬孚乳時，罩罷海爲虚。含凍體猶濕，得瀉味已渝。虐戲等刳孕，淫刑幾戮孥。人深襁褓恩，在物愛豈味。聞風易殺子，盥水沉其軀。詎有惻怛心，旁推及豚魚。相愛人獸均，自殘獸不如。哦詩化蠻獠，因警饕餮徒。

汪藻《浮溪集》卷二一〇《食蝦》 久憶南烹好，今朝放筋空。短箱傾碎碧，纖指剥輕紅。腰折宜除死，鬚長不療窮。吴兒方獻納，應與絮魚同。

周紫芝《太倉稊米集》卷五《河魨三絶》 水没春江不見沙，河魨吹絮荻生芽。平生所欠但一死，可更杯中論鎖邪。

久憶南烹好，今朝放筋空。細雨春江從此逝，不應猶棄季鷹官。

釣蓑常恨此盟寒，兩歲珍庖屢入盤。當時獻納堪憐許，只解區區説絮魚。

一飽欣然下箸餘，庾郎鮭菜復何須。

周紫芝《太倉稊米集》卷八《食蛤蜊一首》 【略】何如結屋清江曲，風雨關門酒初熟。自烹折鼎吹濕薪，笑倚胡床摩醉腹。【略】

胡寅《斐然集》卷五《周尉以詩致霅鱠次韻爲謝》 新興何事憶吴興，因話鱸魚割素鱗。不是南烹無口實，要看西子授厨人。堆盤雪縷開花面，泛艇秋風想釣綸。玉醴浮來爲鄉導，金橙研破助芳辛。老饕難繼蘇公賦，一飽鮮腴敢更頻。

吴曾《能改齋漫録》卷八《鱸肥人膾玉甘熟客分金》 蘇子美詩：「笠澤鱸肥人膾玉，洞庭甘熟客分金。」吕吉甫詩：「魚出清波庖膾玉，菊含寒露酒浮金。」吕勝於蘇，蓋「人」、「客」兩字雖無亦可。

吴曾《能改齋漫録》卷八《隔花催喚打魚人》 《劉貢父詩話》載花蘂夫人宫詞云：「厨船進食蔟時新，列坐無非侍從臣。日午殿頭宣索膾，隔花催喚打魚人。」余觀王建宫詞云：「御厨進食索時新，每到花開即苦春。白日臥多嬌似病，隔簾教喚女醫人。」不惟第一句同，而末章詞意，皆相緣以起也。

姚寬《西溪叢語》卷上 韓退之《答柳柳州食蝦蟇》詩云：「蝦蟇雖水居，未得變形貌。强號爲蛙蛤，於實無所校。居然當鼎味，豈不辱釣罩。余雖不下喉，近又能稍稍。嘗攜染蠻夷，平生性不樂。而君復何爲，甘食比豢豹。」按，《周禮》蟈氏，鄭司農云：「掌去黽鼃。」即蝦蟇屬。元謂蟈，今御所食蛙也。《漢書》：「霍光擅滅宗廟羔兔蛙。」不知古爲上食也。

李正民《大隱集》卷八《寄霅上故人》 【略】彫胡映盌抄雲子，鱠縷堆盤破玉

鱗。鮭菜腥鹹何足道，未應回首海之濱。

李正民《大隱集》卷六《草堂春色賦》 飲君以草堂之春色，侑君以海蛤之甘鮮。何羨兵厨之醞，寧思蟻慕之羶。顧十年其久困，將一麾而遠守，腹貯玉川之五千，食厭庾郎之三九。酒之醇醲兮，聊以澆其胸。蛤之柔脆兮，聊以爽其口。

曾幾《茶山集》卷八《謝路憲送蟹》 從來歎賞內黃侯，風味尊前第一流。秖合蹣跚赴湯鼎，不須辛苦上糟丘。

王庭珪《盧溪文集》卷一三《和胡觀光黃元授二首》 之一：

【略】兩翁忽動鱸魚興，膾縷無聲雪落砧。

王十朋《梅溪集》前集卷九《和南食》 萬先之送巨蠏百房，大破饞願。正魚啜間，記憶前日作東平客，飫啖茲味。先之舉退之《南食》詩：蠔相黏爲山，千百各自生之句。僕方追和韓詩，遂用其韻以謝。海錯千萬族，惟蠔不能行。潮來腹自飽，亦足遂厥生。翻笑魚蠬蝦，晨夜何營營。風味與江蝸，可以次第名。薦身炮炙間，殼破材始呈。北客昔南食，一見生怪驚。故人居海濱，羣鮮厭魚烹。酷愛此味真，不假薑桂橙。遥憐山間友，混迹黎與甯。蔬腸久不飽，肌骨甿且獰。巨房餉饞腹，一笑百念平。豈爲飲食欲，實見親舊情。誰知鹽鹵餘，盤飧味常并。故鄉實堪戀，未用圖西行。

王十朋《梅溪集》後集卷一一《晚過沙灘，有漁舉網得鯿魚二百餘頭，橙橘正青黃，以百錢買橘得十六顆，比鄉里小差而味酸》 之三

晚來諸卒競歡呼，糴得香粳一斗餘。拾荻爲薪煮江水，就船沽酒喫鯿魚。

孫之騄《晴川後蟹録》卷二《糟蟹薦杯》 麴生有理何曾濁，公子無腸却最佳。羅饌寧同富兒飲，帶糟聊慰老饕懷。

薛季宣《浪語集》卷一一《河豚》 豈其食魚河之魴，河豚自美江吴鄉。瞋蛙豕腹被文豹，則如無趾黿而王。我生甌東到閩方，規魚貫見梅花裝。梅青不肯候風雪，荻芽静笑垂飛楊。古來多魚吴武昌，薄遊三月新初嘗。西施乳嫩可奴酪，馬肝得酒尤珍良。無愁縷縷結中腸，豐美肥腯如切肪。外皮甘滑裹皮厚，令人忘却美烏郎。舉之東海來三江，會聞清濁斯滄浪。白龍未免豫且困，膨脝唯唯浮魚梁。氣衝毬鞠何彭彭，地遠都無橄欖香。不知深入恣游泳，極情性命徒爲戕。腊毒厚味能人亡，何須西子齊文姜。甚美由來必甚惡，直它一死言爲長。鮠魚俗物休相妨，良藥相傳海上方。蘆根槐子豈足貴，生龍之腦黄龍湯。

王洋《東牟集》卷一《食鱠》 生長江湖中，厭食水中珍。從得脱死來，頗見鄉味親。每食無不飽，敢歎蔬茹貧。老妻生過計，爲我鱠鮮鱗。飣餖盤箸間，玉縷鋪繽紛。不知驚憂後，腸胃久不伸。癚餘病尚在，欲飫嫌膻腥。所以縱對此，凛如見嚴賓。由知飲啄緣，豐儉各有因。所饗苟無分，對面難霑脣。可歎賦分薄，一炙亦艱辛。在近猶參商，其大應吴秦。歲事已轉轂，園葵行獻新。勿擬春蔬薄，春蔬久向人。

蔡戡《定齋集》卷一九《劉公實以淮白爲餉喜而作詩》 食指朝來應吉占，淮魚遠寄喜開奩。肥鮮正自資糟粕，甘美何勞佐酪鹽。未信鹿頭堪並進，定知熊掌不能兼。慈闈一笑嘗珍味，留與兒童例屬厭。

洪適《盤洲文集》卷三《以糟蝑送曾守》 太湖九月霜波寒，郭索不幸逢漁蠻。誰令骨醉糟丘裏，使我涎流書卷間。黄堂丈人思幼玉，耳邊不復親絲竹。一杯聊使破愁顔，要遣詩情踵山谷。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 詩：姜侯設鱠當嚴冬，昨日今日皆天風。河凍求漁不易得，鑿冰恐侵河伯宫。饗人受魚鮫人手，洗魚磨刀魚眼紅。無聲細下飛碎雪，有骨已剁觜春葱。偏勸腹腴愧年少，軟炊香飯緣花翁。落磴何曾白紙濕，放箸未覺金盤空。新懽便飽姜侯德，清觴異味情屢極。杜《姜少府設鱠歌》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 通印魚、披綿雀。風卷飛花自入帷，一尊遥想破愁眉。泥深厭聽雞頭滑，酒淺欣嘗牛尾狸。通印子魚猶葉骨，披綿黄雀漫多脂。殷懃送去煩纖手，爲我磨刀削玉肌。坡送牛尾狸與徐君。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 糝缶將軍。梁韋琳滑稽，作鮓表以刺時人。詞曰：臣鮓言伏覩除書，以臣爲糝缶將軍，油蒸校尉，雁州刺史。臣聞高沙老嫗非有意於綺羅，白鮓女兒豈留心於珠翠。常恐鯫鮐俊之譏，懼貽鱉巖之誚。注：高沙、白鮓，並江陵武南地名，其中多魚，鮓與鱣同。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《魚蟹》 帶糟含酒。東坡《松醪賦》云：蛤半熟以含酒，蟹微生而帶糟。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《魚蟹》 寒沙奔火。怒目横行與虎争，寒沙奔火禍胎成。雖爲天上三辰次，未免人間五鼎烹。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《魚蟹》 詩：溪邊石蟹小如錢，喜見輪囷赤玉盤。半殼含黄宜點酒，兩螯斫雪勸加餐。蠻珍海錯聞名久，怪雨腥風入座寒。堪笑吴興饞太守，一詩換得兩尖團。丁公默送蝑蜂。霜筠細破爲雙掩，中有長魚

如卧劒。紫荇穿顊氣慘悽，紅鱗照座光磨閃。擣來雖遠鱖尚動，烹不待熟指先染。坐客相看爲解顏，香粳飽送如填壑。早歲實爲荆渚客，黄魚屢食沙頭店。濵江易採不復珍，盈尺輒棄無乃慴。自從西征復何有，欲致南烹嗟久欠。遊絲蘸細空自腥，亂骨縱横動遭砭。故人遠餽何以報，客俎久空驚忽贍。東道無辭信使頻，西隣幸有庖鱠醢。東坡《漢陂魚》。綿州江水之東津，魴魚鱖鱖色勝銀。漁人漾舟沉大網，截江一擁數百鱗。衆魚常多盡却棄，赤鯉騰出如有神。潛龍無聲老蛟怒，回風颯颯吹沙塵。瞥子左右揮霜刀，鱠飛金盤白玉高。徐州禿尾不足憶，漢陰槎頭遠遁逃。魴魚肥美知第一，既飽驩娛亦蕭瑟。君不見朝來割素鬐，咫尺波濤永相失。老杜

范成大《石湖詩集》卷六《從聖集乞黄巖魚鮓》 截玉凝膏膩白，點酥粘粟輕紅。千里來從何處，想看船浪帆風。

范成大《石湖詩集》卷一五《竈渚》 白魚出水卧銀刀，紫筍堆盤脱錦袍。捫腹將軍猶未快，棹船西岸摘蒌蒿。

范成大《石湖詩集》卷二七《四時田園雜興六十首・秋日田園雜興十二絶》之十一：

細擣椹醬買鮹魚，西風吹上四腮鱸。雪鬆酥膩千絲縷，除却松江到處無。

陳傅良《止齋集》卷八《因客説秋秫水傷復用前韻》 風鮹不須鹽豉好，霜螯須著酒船深。無由種秫求旁舍，旁舍秋螟已蠹心。

陳造《江湖長翁集》卷二《書法蟹方後》 放麑念號鳴，易牛憐觳觫。仁心誰獨無，天機或待觸。悠悠寄宇宙，往往狗口腹。君子一飽適，庖事不到目。寧知刀俎間，宛轉無聲哭。空蜚與土穴，暴殄無遺育。況此佳風味，世肯貸爾族。炳炬擒爬沙，免介薦音馥。向來横戈怒，不救摇牙酷。醬浴酒拍浮，方法忍抄録。躁擾至絶命，耳聞痛在肉。淡茹吾能事，晚食媚山蔌。

陳造《江湖長翁集》卷一八《謝張德恭送糟蚶三首德恭師文友也》 舊篋蠹介甘温性，樽俎風流每策勳。況復餔糟小醒後，眼中羣品此其君。

壓倒淤泥白蓮藕，半捐介甲露穠纖。玉川水厄那知此，急具薑葱喚阿添。

誰與江鯏角長雄，一時風味兩無同。吾兒不友王文度，底肯分甘及乃公。

孫之緑《晴川蟹録》卷四陳造《詩録・次韻楊宰食蟹》 長翁服食僧樣清，灌園得閑收落英。壯歲頗嘗口腹事，岡有置罟梁有罾。大蔵每快屠門嚼，美酒慣陪豪士傾。酒邊最愛無長叟，坐隅未揖先風生。揮斥肴品進此叟，似去傖荒遊上京。王謝家兒負販子，氣味不待口舌争。年年屬饕不汝厭，勇向上黿人夸矜。一從多病戒奇嗜，屏絶鱗介踈蓋楹。水中之怒寧阿系，丈室高臥幾淨名。二年閑殺把螯手，久要藥裹薰爐并。早後籃筐薦蜞越，君乃下筋收所憎。銘盤久斷舊嗜好，垂涎忽誦新歌行。射陽浦口霜耿耿，繁梁逮頭露冥冥。及今團尖日供百，莫孤君家竹葉清。射陽最出蟹，自繁梁入城，故云予嘗傳無長叟，無長無物也，今秋此物艱得而小。

袁説友《東塘集》卷六《泊吴江食蓴鱸菰菜二首》 之一：

青絲簇飣蓴羹味，白雪堆盤縷鱠鱸。我向松江飫鮮美，菜腸今更食新菰。

楊萬里《誠齋集》卷一一《以糟蟹洞庭甘送丁端叔端叔有詩因和其韻》 斗州只解寄鵝毛，鼎内何曾饋百牢。驅使木奴供露顆，催科郭索獻霜螯。鄉封萬户只名醉，天作一丘都是糟。却被新詩大清絶，唤將雪虐更風騷。

楊萬里《誠齋集》卷一四《德遠叔坐上賦肴核・糟蟹》 横行河海浪生花，糟粕招邀到酒家。酥片滿螯凝作玉，金穰鎔腹米成沙。

楊萬里《誠齋集》卷一八《食車螯》 珠宫新沐浄瓊沙，石鼎初燃渝水花。紫殼旋開微滴酒，玉膚莫熟要鳴牙。椒拖金線成雙美，薑擘糟丘總一家。老子宿醒無解處，半杯羹後半甌茶。

楊萬里《誠齋集》卷一八《食蛤蜊米脯羹》 傾來百顆恰盈盒，剥作杯羹未厭。莫遣下鹽傷正味，不曾著蜜若爲甜。雪楷玉質全身瑩，金線水鈿半縷纖。更淅香秔輕糝却，發揮風韻十分添。

楊萬里《誠齋集》卷一八《食銀魚乾》 初疑柘繭雪争鮮，又恐楊花糝作氈。却是剪銀成此葉，如何入口軟于綿。

楊萬里《誠齋集》卷二八《過八尺遇雨》之三 細雨無聲忽有聲，亂珠跳作萬銀釘。呼童速買庖村酒，更煮鱸魚蓴菜羹。庖音遁，吴江地名，其酒清冽。

楊萬里《誠齋集》卷三三《舟中買雙鱖魚》 金陵城中無纖鱗，一魚往往重六釣。脊梁專車尾梢雲，肉如大武千秋筋。小港阻風泊烏舫，舫前漁艇政收網。一隻白錦跳銀刀，玉質黑章大如掌。洞庭椹子青欲黄，香膚作線醯作漿。供儂朝吃復晚吃，禿尾槎頭俱避席。可憐秋浦好秋山，儂眼未飽即北還。江神挈月作團扇，一夜揮風卷波面。留儂看山仍看江，更薦鮮魚庖玉霜。江神好意那可忘，江神惡劇那可當。

楊萬里《誠齋集》卷四四《糟蠏賦》 江西趙漕子直餉糟蠏，風味勝絶，作此

賦以謝之。

楊子疇昔之夜，夢有異物入我茅屋，其背規而黝，其臍小而白，以爲龜又無尾，以爲蛙又有足，八趾而雙形，端立而旁行，唾雜下而成珠，臂雙怒而成兵，寤而驚焉，曰是何祥也。召巫咸卦之，遇坤之解曰：黃中通理，彼其韞者歟。雷雨作解，彼其名者歟。羨海若之黔首，馮夷之黃丁者歟。今曰之獲，不羽而不鱗，奏刀而玉明，披腹而金生，使營糟丘，義不獨醒，是能納夫子於醉鄉，脫夫子於愁城，夫子能親釋其堂阜之縛，俎豆於儀狄之朋乎。言未既有自豫章來者，部署其徒，趨蹌而至矣。曷入視之，郭其姓，索其字也。楊子迎勞之曰：汝二漸之裔耶，九江之系耶，松江震澤之珍異，海門西湖之風味，汝故無恙耶。小之爲彭越之族，大之爲子牟之類，尚與汝相忘于江湖之上耶。于是延之上客，酌以大白，曰微吾天上之故人，誰遣汝慰吾之孤寂。客復酌我，我復酌客，忽乎天高地下之不知，又焉知二豪之在側。

孫之騄《晴川蟹錄》卷三《文錄・糟蟹賦》 江西趙子直餉糟蟹，風味絶勝，作此以謝之。楊子疇昔之夜，夢有異物入我茅屋，其背規而黝，其臍小而白，以爲龜又無尾，以爲蚌又有足，八趾而隻形，端立而旁行，唾雜下以成珠，臂雙怒而成兵，寤而驚焉，曰是何祥也，召巫咸卦之，遇坤之解曰：黃中通理，彼其韞者歟。雷雨作解，彼其名者歟。羨海若之黔首，馮夷之黃丁者歟。今日之獲，不羽而不鱗，奏刀而玉明，披腹而金生。使營糟丘，義不獨醒，是能納夫子於醉鄉，能脫夫子於愁城，夫子能親釋其堂，阜之縛俎豆，於儀狄之朋乎。言未既有自豫章來者，部署其徒，趨蹌而至矣。曷入視之，郭其姓，索其字也。楊子迎勞之曰：汝二漸之裔耶，九江之系耶，松江震澤之珍異，海門西湖之風味，汝故無恙耶。小之爲彭越之族，大之爲子牟之類，尚與汝相忘於江湖之上耶，於是延以上客，酌以大白，曰微吾天止之故人，誰遣汝慰吾之。岑寂客復酌我，我復酌客。忽乎，天高地下之不知，又焉知二豪之在側。

孫之騄《晴川蟹錄》卷四《詩錄》楊廷秀《糟蟹》 橫行湖海浪生花，糟泊招邀到酒家。酥片滿螯凝作玉，金穰鎔腹未成沙。

孫之騄《晴川蟹錄》卷四《詩錄》楊廷秀《以糟蟹洞庭甘送丁端叔端叔有詩因和其韻》 斗州只解寄鵝毛，鼎肉何曾饋百牢。驅使木奴供露顆，催科郭索獻霜螯。鄉封萬户只名醉，天作一丘都是糟。却被新詩太清絶，喚將雪虐更風饕。

祝穆《古今事文類聚》後集卷三五楊廷秀《糟蟹》 橫行湖海浪生花，糟泊招邀到酒家。酥片滿螯凝作玉，金穰鎔腹未成沙。

祝穆《古今事文類聚》後集卷三五楊廷秀《食蛤蜊米糝羹》 傾來百顆恰盈盒，剥作杯羹未屬饔。莫遣下鹽傷正味，不曾著蜜若爲甜。雪揩玉質全身瑩，金縷冰細半縷纖。更浙香粳輕糝却，發揮風韻十分添。

陸游《劍南詩稿》卷六《成都書事》 劍南山水盡清暉，濯錦江邊天下稀。煙柳不遮樓角斷，風花時傍馬頭飛。笔奠筍似稽山美，斫膾魚如笠澤肥。客報城西有園賣，老夫白首欲忘歸。

陸游《劍南詩稿》卷六四《夜聞埭東賣酒鼓聲譁甚》 烏桕森疎照溪赤，寒鴉翻翻蔽天黑。鮮鱸出網重兼斤，新蟹登盤大盈尺。年年此際清霜夜，飯罷讀書聲滿舍。豈惟父子講家學，亦有朋儕結經社。誰令屠沽聚里中，鼓聲終夜聒老翁？嗚呼安得寐無聰，不但杜老左耳聾！

陸游《劍南詩稿》卷六四《初冬絶句》 鱸肥菰脆調羹美，鱖熟油新作餅香。自古達人輕富貴，例緣鄉味憶還鄉。

孫之騄《晴川蟹錄》卷四《詩錄》陸游《仲秋書事》 秋風社散日平西，餘胙殘壺手自提。賜食敢思烹細項，家庖仍禁擘團臍。

陸游《劍南詩稿》卷六四《初冬絶句》 普爲儀曹郎兼領膳部，每蒙賜食，與王公署等，食品中有羊細項甚珍，予近以惡殺，不食蟹。

孫之騄《晴川蟹錄》卷四《詩錄》陸游《糟蟹》 舊交醫簿久相忘，公子相從獨味長。醉死糟丘終不悔，看來端的是無腸。

華岳《翠微南征録》卷九《宿灌頭》 淡魚纔煮鹹魚熟，白酒新篘紅酒香，莫誇盃盤成草草，一年忙處是蠶桑。

陳起《江湖小集》卷三七劉過《龍洲道人詩集・舟中》 扁舟上灘風怒惡，舟入深溪雪花落。我行無事有底忙，且向獲花深處著。鄰船乞火炮蛤蜊，樽中濁醪把一卮。淘淘萬里不復理，凍口且吐酸寒詩。

陳起《江湖小集》卷三八葉茵順《適堂吟稿・鱸膾》 圉圉洞庭陰，西風苦不情。墮醫雲葉亂，落刃雪花明。列俎移桃菊，香盤搗桂橙。四腮傳雅詠，巨口竊嘉名。誤上僊翁釣，因陪楚客觥。甘腴殊机肉，鮮脆厭侯鯖。銀鯽將同調，絲蓴久共盟。祇緣鄉味重，自覺宦情輕。風度偏宜酒，頭顱尚可羹。謫仙空汗漫，何

處膾長鯨。

陳起《江湖後集》卷四趙汝鐩《訪黃簿留飲》 愛靜移家住水南，門排古木枕寒潭。鶴翎漸長呼童翦，麈尾頻揮對客談。旋切銀絲膾鮮鯽，新嘗金顆擘香柑。惜予戒飲難陪伴，舉白掀髯子獨酣。

陳起《江湖後集》卷六鄭清之《食蛤戲成》 滿殼濡潮汐，因沙產海濱。文身吳泰伯，緘口魯銅人。雀化真傷，蛙烹肯擬倫。原注：蛙大者，名風蛤。試呈饞賦手，半熟酒含津。

趙蕃《淳熙稿》卷一八《嚴先輩送鯉魚》 嚴郎得魚不敢食，走送茅齋嫌步遲。却媿家貧慣粗糲，無人爲我膾銀絲。

岳珂《玉楮集》卷一《九江霜蠏》 九江霜蠏比他處，黑膏凝溢，名冠食譜，久擬遺高紫微，而家僮後期未至，以詩道意：不到廬山孤負目，不喫螃蠏孤負腹。昔人句也。

君不見東來海蠏誇江陰，肌如白玉黃如金。又不見西來湖蠏到沔鄂，玉軟金流不堪斫。九江九月秋風高，霜前突兀瞻兩螯，昆吾欲割不受刀，頗有蒼碧流玄膏。平生尊前厭此味，更看康廬拂空翠。今年此曹殊未來，使我對酒空悠哉。舊傳騷人鍊奇句，無蠏無山兩孤負。老來政欠兩眼青，那復前籌虛借箸。衹今鄉國已駿奔，軍將日高應打門。流涎便作蜘車夢，半席又擬鍾山分。先生家住岷峨脚，屢放清游仍大嚼。襟期盡醉何日同，試築太玄呼郭索。

祝穆《方輿勝覽》卷四四《揚州》 團臍紫蟹脂填腹。蘇子瞻《揚州以土物寄少游詩》：鮮鯽經年祕醯醢，云云，後春蓴出滑如酥，先社蘆芽肥勝肉。魚子纍纍何足道，點綴盤飧亦時欲。淮南風俗事瓶罌，方法相傳竟留蓄。且同千里寄鵝毛，何用孜孜飫麋鹿。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・鱠》 潘岳《西征賦》華鮪躍鱗，素鱠揚鬐。醫人縷切，鷙刀若飛。應刀落俎，霍霍霏霏。紅鱗粉其，初載賓客。聳而遲遲，云云。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・鱠》 張景陽《七命》：命支離飛霜鍔紅，肌綺散素膚雪落。婁子之毫，不能周其細，秋蟬之翼，不足擬其薄。張景陽七發累如疊穀，離若散雪。輕隨風飛，刃不轉切。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・鱠》 鱠盤雪鱠子左右揮霜刀，鱠飛金盤白雪高。杜觀《魚歌》。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・鱠》 拂机霜刃揮雙鯉呀呷嚱張，跋剌銀盤欲飛去。呼兒拂机霜刃揮，紅肥花落白雪飛。李白《酬雙魚見贈》

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷四八《珍羞門・鱠》 海錯珍莫踰舊聞通印名，海錯珍莫踰。大氣燦鱗鬣，齒香泛庖厨。泥泥子盈胞，鮮美禍所區。生如粒芥微，多若囊粟儲。他年想吞舟，勿輕此錙銖。一咀命千百，雖甘汝安乎。窮冬孚乳時，罟覩海爲虛。含凍體猶濕，得暍味已渝。虐戲等剖孕，淫刑幾戮孥。人深經祿恩，在物愛豈殊。聞風易殺子，盥水沉其軀。詎有惻怛心，旁推及豚魚。相殘人間，自殘獸不如。哦詩化蠻僚，因警饕餮徒。劉彦冲《詠子魚》

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷八八《水族門・蟹》 風味可人海饌糖蟹肥，江醪白蟻醇。每恨腹未厭，誇談口生津。三歲在河外，霜臍常食新。朝泥看郭索，葬鼎調酸辛。趨蹌雖入笑，風味最可人。憶觀淮南夜，火攻不及晨。橫行蔑葦中，不自貴其身。誰憐一網盡，大去河北民。鼎司費萬錢，玉食羅當珍。吾評揚州貢，此物真絶倫。山谷《次韻師厚食蟹》。酥片蒲螯橫行湖海浪生花，糟粕招邀到酒家。酥片蒲螯凝作玉，金穰鎔腹未成沙。楊廷秀《糟蟹》。天上三辰次怒目橫行與虎爭，寒沙奔火渦胎成。雖爲天上三辰次，未免人間五鼎烹。黃山谷。華堂一座傾，忍看支解見蘆橙。東歸起爲鱸魚膾，未敢知言許季鷹。山谷。蝤蛑半殼含黃溪邊石蟹小如錢，喜兒輪囷赤玉盤。半殼含黃宜點酒，兩螯吹雪勸加餐。蠻珍海錯聞名久，怪雨腥風入座寒。堪笑吳興饞太守，一詩換得兩尖團。《坡集・丁公默送蝤蛑》

孫之騄《晴川後蟹録》卷二《賦咏》 黃中通理，美在其中。暢于四肢，美之至也。

又

蟹生於江者黃而腥，生於湖者紺而馨，生於漢者蒼而清。越淮多越掠，故或栝而不盈。

又

圓臍膏，尖臍螯。秋風高，圓者豪。請舉手，不必刀。羹以蒿，尤可饕。

又

海聆聆，惡朝露，實築筐，噀以醋。

孫之騄《晴川蟹録》卷四《詩録》 方岳《黃倅饋紫一徐尉饋蝤蛑十同時至》

誰饋螯如徑尺盤，更分黿似惠文冠。麴生醉嚼玉五穀，劒客生劗珠一簞。我與爾元同蠢動，寃哉烹亦到蹣跚。不知南食詩何似，待問昌黎老子看。

孫之騄《晴川蟹録》卷四《詩録》 楊公遠《次蘭皐擘蟹》 江湖郭索草泥行，不料遭人入鼎烹。勇恃甲戈身莫衛，富藏金玉味還清。持螯細咀仍三詠，把酒

高唫快一生。鱸膾侯鯖應退舍，筭渠只合伴香橙。

潘自牧《記纂淵海》卷九九《水族部・鳥賊》 腹膏爲飯囊，兩胃貯飲墨。出没上下波，厭飫吳越食。梅聖俞

潘自牧《記纂淵海》卷九九《水族部・蟹》 怒目橫行與虎爭，寒沙奔火禍胎成。雖爲天上三辰次，未免人間五鼎烹。山谷滿腹紅膏肥似髓貯盤青殼大於杯梅聖俞橫行湖海浪生花，糟粕招邀到酒家。酥片滿螯疑作玉，金穰鎔腹未成沙。誠齋

虞儔《尊白堂集》卷四《和萬舍人分惠鱘魚》 怪形未免遭支解，香甲還應即鼎烹。便與庾桑登俎豆，何如郭索自泥行。

虞儔《尊白堂集》卷四《夢中作蓋鱠詩》 香蓋擣就有餘辛，細縷初飛白玉鱗。莫遣佳人頻下箸，翠娥深處要人顰。

張淏《寶慶會稽續志》卷八《魚鹽》 百川會同滄海兮，浩不知夫津涯。吐雲濤以瀾汗兮，沃日御而渺瀰。藏巨靈之鼻眉兮，見天吳之惚怳。戴五山之巃嵸兮，涵百怪之陸離。巨魚出没其中兮，不知其幾千里。鼓浪沫以成霧兮，噓雲氣以成霓。任公子之投竿而釣兮，五十犗以爲餌。閱期年而得魚兮，牽臣鈞而下之。譬鬻怒而剌天兮，白波湧而山立。膏流溢而爲淵兮，顱骨積而成坻。自浙水以東兮，無不饜若魚之肉。彼赤鱔黃顙何足數兮，又況梅魚與桃鯽。維天地之寶藏兮，有煮海之鹺鹽。曝曜靈以攄涉兮，浮蓮的以試滷。編篔簹以爲槃兮，處烈焰而不灼。霜鉛鮫其凝沍兮，霜花颱其的皪。兹海若之不愛寶兮，豐功被乎天下。抑造化之自然兮，詎人爲之力。假客曰富哉魚鹽兮，此越國之寶也。是特以利言兮，吾願聞其上者。

顧嗣立《元詩選》初集卷一六許衡《糟魚》 霜刀截斷玉腴芳，暖貯銀罌釀粉漿。錦尾帶頹傳内品，金盤堆雪喜初嘗。解酲未減黃柑美，雋味能欺紫蟹香。一筯饜餘乘醉卧，夢横滄海聽鳴榔。

舒岳祥《閬風集》卷六《問信》 【略】昨夜西風吹海動，磨刀準擬膾鱸魚。

馬祖常《石田文集》卷四《憶江南》 江上鱸魚三尺長，蓴羹千里入船香。人家石岸都平水，媚嫵吳娃出後堂。

王煇《秋澗集》卷一七《糟魚》 霜刀截斷玉腴芳，暖貯銀罌釀粉漿。錦尾帶頹傳内品，金盤堆雪喜初嘗。解酲未減黃柑美，雋味能欺紫蟹香。一筯饜餘乘醉卧，夢横滄海聽鳴榔。

孫之騄《晴川後蟹録》卷二吴寬《賦咏》 斫鱠曾有人，斫蟹始自予。蟹也我所欲，所欲寧舍魚。南人無不食，水族到蝘蜓。風味覺斯下，至美當輸渠。今歲美且賤，不待霜降初。鼎烹本何罪，連收同族誅。我老齒將落，兩螯奈偏腴。手持但垂涎，頗亦晉人如。薑醯既登案，聊間以嘉蔬。一斫即可斷，大嚼已無餘。所恨性不飲，右手猶自虚。晉人定相笑，醒然一何愚。口腹爲小體，養之愧軻書。惟應知味者，或取斯言歟。

方回《桐江續集》卷一九《松江使君張周卿致泖口蟹四十輩》 松江太守今賢侯，喜有螃蠏無監州。左手持螯右杯酒，文章政事第一流。吳田今年十分秋，各執稻穗朝厥酋。初生瑣細類蟛蜞，既長魁巨肩魨蝬。漁父橫江竹爲斷，照夜紛紜燈火亂。取之一蟹勝一蟹，尖美於團十月半。怒目橫行敢抗虎，宜爾就擒墮烹爨。黃堂不忍專俊味，遺餉不減錦繡段。老夫菜腸久雷鳴，忽四十輩來崢嶸。得公宰相三斗鼻，吸之醋剉我坡仙。一年好景之橙金，臍雪脆手自擘何。必牛炙兼羊羹餽，拏涎攫快一醉焉。待將糖而彌躁帶，糟而微生一詩，往謝張夫子，莫怪無厭猶未已，内黃侯承津致矣，但欠青州從事耳。

顧嗣立《元詩選》初集卷三三柳貫《洪州歌六首》之四 蔞蒿鮮滑勝雞蘇，滿尺河豚玉作膚。漫説江鄉美庖傳，幾曾風味似蓴鱸。

許有壬《至正集》卷一八《直沽買魚其賤十倍祁域》 錦鱗堆積照行庖，糞膾隨宜飫老饕。自是窮鄉如土賤，莫詢頹尾爲誰勞。小兒却恨辭官晚，貪僕猶嫌索價高。因歎人心何太忍，更教烹煮自輸膏。

李昱《草閣詩集拾遺・唐仲暹送魚》 唐生寄我雙魚美，老婢揮刀割曉霜。遲子不來秋夜永，坐看秋月引杯長。

孫之騄《晴川後蟹録》卷二《賦咏》宋訥《鹽蟹數枚寄段攝中誼齋》 無腸公子舊知名，風味非糟亦自清。秖信海霜肥郭索，須勞野火照横行。兩螯白雪堆盤重，一殼黃金上箸輕。公退避寒應買酒，獻芹毋笑野人誠。

孫之騄《晴川蟹録》卷四劉吉《詩録・食蟹》 稻熟水波老，雙螯已上醫。味尤堪薦酒，香美最宜橙。殼薄膩脂染，膏腴琥珀凝。情知烹鼎鑊，何似莫横行。

孫之騄《晴川後蟹録》卷二吴寬《賦咏》 斫鱠曾有人，斫蟹始自予。蟹也我所欲，所欲寧舍魚。南人無不食，水族到蝘蜓。風味覺斯下，至美當輸渠。今歲美且賤，不待霜降初。鼎烹本何罪，連收同族誅。我老齒將落，兩螯奈偏腴。手持但垂涎，頗亦晉人如。薑醯既登案，聊間以嘉蔬。一斫即可斷，大嚼已無餘。所恨性不飲，右手猶自虚。晉人定相笑，醒然一何愚。口腹爲小體，養之愧軻書。惟應知味者，或取斯言歟。

孫之騄《晴川蟹錄》卷四《詩錄》徐渭《陳伯子守經致巨蟹三十繼以獎觴》 喜有賢人敬長心，老饕長得飫烹飪。陳遵甕滅封泥液，董卓臍高塞塢金。燈火每占花黯黯。人琴俱澀雨沉沉。細鱗紫甲宜觴物，酒乏詩窮更漏深。二兒北游久滯，每占燈花，又連旬淫雨。

孫之騄《晴川蟹錄》卷四《詩錄》徐渭《又蟹二首》 北產更恢肥，如盤尺五圍。鴻門撞有盾，蛇穴閉無扉。蟹借穴于蛇蟺饌來蹲紫玉，徹去耳青衣。個物休輕食，桃花結子時。婦娠忌食也。

二

高陽詩酒輩，瞞爾賞懸城。蜀多山，遠江者，絶無水産。月黑齊江海，霜肥避鼎鐺。滁寒犢鼻短，墟熱鳳琴鳴。想見臨邛婦，蹲鴟醉長卿。

俞安期《詩雋類函》卷一四〇《飲食部下・鱠》唐杜甫盛《閿鄉姜七少府設鱠戲贈長歌閿音文又音民》 姜侯設鱠當嚴冬，昨日今日皆天風。河東未漁不易得，鑿冰恐侵河伯宮。罄人受魚校人手，洗魚磨刀魚眼紅。無聲細下飛碎雪，有骨已剁霜春葱。偏勸腹腴愧年少，軟炊香飯緣老翁。落磍何曾白紙濕，放箸未覺金盤空。新歡便飽姜侯德，清觴異味情屢極。東歸貪路自覺難，欲別上馬身無力。可憐爲人好心事，於我見子真顔色。不恨我衰子貴時，悵望且爲今相憶。

陶珽《説郛續》卷四二屠本畯《海味索隱・蚶子頌》 内柔而茹，外剛而錯。惟柔乃食，其肉惟剛。幾磨其殼，茹其肉，棄其殼。蚶乎蚶乎，其贊食指之甘而扶，糟丘之酣者乎。

《説郛續》卷四二屠本畯《海味索隱・土鐵歌》 土非土，鐵非鐵，肥如澤，鮮如屑。乍來産自寧波城，看時却似嘉魚穴。盤中簡簡瑪瑙烏，席前一一丹丘血。見者嘗，飲者藥，舉杯喫飯兩相宜，腥腥不惜廣長舌。索隱曰：土鐵一名泥螺，出南田者佳。五月梅雨收製。三吴士人酷嗜土鐵者，謂不但喫飯飲酒，即點茶亦妙，予嘗舉以爲笑。

孫之騄《晴川後蟹録》卷二《賦咏》王叔承《上巳日吴野人烹蟹及吴化父兄弟宴集》 前谿雨足谿水新，夜漲桃花三尺春。三月三日日初麗，浮玉流觴驕醉人。偶過楊柳橋西宅，魚醫蟹簿當門立。舡頭活蟹紫堪擊，重欲滿斤闊逾尺。主人藏蟹真得宜，急流之下青蒲垂。日飼稻子數百穗，楓落直過桃花時。蜀椒吴鹽落碎細，寶刀香膩春葱絲。雄者白肪白於玉，團臍剖出黄金脂。主人有蟹不賣錢，但逢佳客留斟酌。持螯豈慕尚方珍，長對杜康呼郭索。

明王圻《稗史彙編》卷一六一《鱗介門・鱗介類》 内黄候，蟹也。曾文清謝路憲送蟹詩：從來嗛賞内黄候，風味尊前第一流。只合蹣跚付湯鼎，不須辛苦上糟丘。

孫之騄《晴川蟹録》卷四《詩録》魏大中《茅簷小詠》 家居黄葉市，譜出好庭除。祫冷憐霜月，厨清斲蟹魚。圖書天技癢，影謎我頑踈。彷彿簞瓢意，殊漸未讀書。

劉侗《名物通》卷四《飲食部・鱠》 唐項斯：行到鱸魚鄉裏時，鱠盤如雪怕風吹。猶怜醉裏江南路，馬上垂鞭舉釣時。

陳繼儒《書蕉》卷下《魚米》 唐田澄《蜀城詩》：地富魚爲米，山芳桂是樵。俗名沃土爲魚米之地。

孫之騄《晴川蟹録》卷三《文録》張九峻《醉蟹賛》 世人皆醉，而我獨醒者，靈均也。世人皆醒而我獨醉者，伯倫也。不肯以我之察，察而受物之汶，汶棄世者也，甘我之沉，沉而任物之皎，皎溷，世者也，以汝之醉，蘊我之醒，以其昏昏，使人昭昭，再飲再醉，舉杯持螯，是謂醉蟹，解我宿醪。

孫之騄《晴川蟹録》卷一《事典・倡和蟹詩》 《挑燈集異》昔宋賈收耘老能詩，隱居苕城南横塘上，吴興東林沈借君與者以蟹詩遺之，曰：黄秔稻熟隊西風，肥入江南十月雄。横跪蹣跚鉗齒白，圓臍吸脇斗膏紅。蓼須園老香研柚，羹藉庖丁細劈葱。分寄横塘溪上客，持螯莫放酒杯空。耘老得之不樂曰，吾未之識後進輕。我且聞其不羈，因和韻詆之云：彭越孫多伏下風蝤蛑奴視敢稱雄。江湖縱養膏腴紫，鼎鑊終烹爪眼紅。嘲稱吴兒牙似鍛，劈慚湖女手如葱。獨憐盤内秋臍實，不比溪邊夏殼空。君與怒曰：吾聞賈多與郡將往還預政，言人短長，曾與人所訟。吾以長上推之，乃鄙我如此，復用韻報之。云：蟲腹無端苦動風，團雌還却勝尖雄。水寒且弄雙鉗利，湯老難逃一背紅。蛾入幾家煩海滷，醢城何處污園葱。好收心躁潛蛇穴，母使雷驚族類空。賈晚娶貞氏，時謂賈秀才娶貞縣君，以爲笑沈所指團雌。爲此近有一斲弛士作蟹詩云：五月黄梅觸處生，蛟龍魚鼈混爲朋。身羅甲冑將軍勇，口吐珠璣辯士精。食草池塘雖暫隱，輸芒大海自横行。秋風志在肥天下，那怕人間鼎鑊烹。律韻雖失，而氣則雄壯矣。

孫之騄《晴川續蟹録》 汪鈍翁得攀鼈湖蟹，具饌詩云：深秋風物好，小婦職砧刀。肥脆蠶宜腌，尖團薄帶糟。長腰供輭飯，短水具新醪。鄰人釀酒，以醇者爲短水。未負便便腹，摩挲老興豪。

又張六子不食蟹，詩以戲之：壁虱肥可羹，江鱸鮮可斫。更取蟹譜觀，相勸烹郭索。千邨罷亞如雲屯，昨日輸芒朝海神。試評尖團誰最美，二者風味皆可人。小著薑醢計非左，俛視魚蝦殊瑣瑣。嗟君不食意若何，食指必搖頤必朵。赤玉之盤黃金脂，酒酣奚但將螯持。君不見過江愴父非書麗，僅得蟛蜞貯空腹。

孫之騄《晴川續蟹錄》 元李雲陽《訊蟹說》曰：客有惡蟹者，得而束之以蒲，坐於庭而訊之。曰爾之生也微，其爲形也，不類，爾之臂雖長而攘不加奮，足雖多而走不加疾，而徒欲恣睢睚眦，蹩戾契以橫行于世。爾果何恃而爲此，吾將加爾于熾炭之上，投爾于鼎烹之中，剖爾形，剖爾腹，解爾支體，以償爾橫行之罪。爾有說則可，無說則死。

孫之騄《晴川續蟹錄》 沈明臣《鄞氏山齋食燒蟹歌》：淮霜蟹肥何蠃强，江沙黃甲深遯藏。秋高郭索輸稻芒，海客徒誇海味長。鄞家厨頭生異香，纖手出自閨中良。想當臨鼎炊桂漿，細剖青蔥雜椒薑。玉盤高疊黃甲張，觸鼻垂涎不待嘗。攘臂卷輞恣大嚼，擘開紅玉凝膏腸。須臾盤空恨指衆，澆以黃流三百觥。世間快事那如此，何不封我淮南王。

《冬日詩》云：山暝已無梅可折，江清猶有蠏堪持。《神山歌》云：有手惟可持，霜螯病酒云。尚無千里蓴，敢覓鏡湖蠏。又：飯罷作蒸鷄，最知名美不數魚蠏。夜飲即事磊落金盤薦糖蠏，纖柔玉指破霜柑。又客談荆渚武昌洞庭四萬八千頃，蟹舍正對蘆花洲。豐城村落云：菰正堪炊蠏正肥，暮歸舟中蠏舍叢。蘆外菱舟薄靄間，舟中曉賦香甑炊，菰白醇醪點蠏黃。《海錯侑酒》云：滿貯醇醪出孩兒蠏，竿釣得之魚盈尺者，俗呼童子魚。金獅子衙資無麴酒，白石廟前羊脯有名。漬黃甲，密封小瓮餉紅丁。

李肇亨《清異續録・饌羞》 螯裙羹，宋仁宗問張景曰：卿在江陵，地有何景。對曰：兩岸緑楊遮虎渡，一灣芳草護龍洲。所食何物，曰：新粟米炊魚子飯，嫩東瓜煮螯裙羹。

李肇亨《清異續録・饌羞》 抑鮓，宋景文詩：蟹美持螯日，魚香抑鮓天。用楊淵《五湖賦》。連缸，抑鮓也。

孫之騄《晴川蟹録》卷四《詩録》屈大均《食白蟛蜞》 正月蟛蜞出，雌雄總有膏。絶甘全在殼，雖小亦持螯。捕取從沙坦，傾將入酒糟。野夫貪價賤，日夕不醇醪。

蟹

今年鹹上早，膏蠏滿江波。價比魚蝦賤，餐如口腹何。方肥頻作蜕，未熟已銜禾。螯跪分兒女，無令暴棄多。

又

蠏逐鹹頭上，漁人網下稀。未銜禾穗罷，又食稻孫肥。買去菱塘海，烹來荔人。小著薑醢計非左，俛視魚蝦殊瑣瑣。嗟君不食意若何，食指必摇頤必朵。赤玉之盤黃金脂，酒酣奚但將螯持。君不見過江愴父非書麗，僅得蟛蜞貯空腹。子磯。就中膏滿者，持半奉慈闈。

又

鳳尾多魚醢，烝雛並上盤。閒人餕夕膳，稚子佐朝餐。多食宜鮮羽，春煎貴玉蘭。蠏黃隨月滿，下酒有餘歡。

朱彝尊《鴛鴦湖櫂歌》 斑魚黃雀儘充厨，風味由來數夏湖。市遠不妨留客醉，茅柴新釀貰鄰壚。

夏墓蕩一名夏湖，去郡北五十里，前人有忽憶夏湖風味美，斑魚黃雀寄來無之句。

朱彝尊《鴛鴦湖櫂歌》 阿儂愛泊相湖渭，相湖銀魚二十鰓。吴鹽蜀薑爲郎煮，不怕迴船到夜深。城北相家蕩産銀魚。

嵇曾筠等《浙江通志》卷二七八《藝文二〇》李鄴嗣《鄞東竹枝詞》 【略】小甕黃薑送草南，換來佳味看來饞。一餅蠏甲純黃醬，千箸魚頭細海鹹。

朱點《東郊土物詩》吴乾寅柏《海蠏》 白洋長尾螺，族夥聚卑濕。竹箕掃入箕，市同櫻筍集。五味芼椒鹽，一竅利呼吸。嗟爾細已甚，染指亦相及。

翟灝《艮山雜志附録・東郊地偏鄉俗異於他所隸其俗事得二十首》 【略】孩兒鯉嫩釣盆筐，童子魚鮮一尺長。好認金獅沽玉醴，更來白石買黃羊。彭家步出孩兒鯉，竿釣得之魚盈尺者，俗呼童子魚。金獅子衙資無麴酒，白石廟前羊脯有名。

汪啓淑《水曹清暇録》卷七 燕寫人詠之者甚少，頃閲《吴梅村集》，見一律云：海燕無家苦，争啣曰小魚。却供人采食，未卜汝安居。味入金盤美，巢營玉壘虚。大官求遠物，早獻上林書。

崔旭曉林《津門百詠》 無勞彈淚哭乾魚，蝦米蠏乾及蟹胥。水族列廛同菜把，真將風味當園蔬。魚店

崔旭曉林《津門百詠》 一灣衛水好家居，出網冰鮮玉不如。正是雪寒霜凍候，晶盤新味薦銀魚。銀魚

清明上冢到津門，野芭堆盤酒滿樽。直得東坡甘一死，大家拚命喫河豚。河豚俗云清明河豚上墳。芭蕉菜解河豚毒，必以佐食。東坡食河豚曰：直得一死。諺云：拚命喫河豚。

春秋販賣至京都，紫蟹團臍出直沽。輦下諸公題詠徧，持螯風味憶江湖。

螃蟹

居人頓頓飽魚鰕，燜食飛蝗野味誇。一物終難免嘔吐，未緣習俗近蝦蟆。

蝦蟆，螞蚱，蝦蟆二物，津門多食之。東坡詩云：舊聞蜜唧常嘔吐，稍近蝦蟆緣習俗。

李于潢《汴宋竹枝詞》卷上　來禽青李總圓勻，落盡酴醾又殿春。蝦米遠從淮甸至，京茄蒸瓠勸嘗新。

《東京夢華録》：四月瓠茄初出，上市東華門，爭先供進，一對可值三五十千者。時果則御桃、李子、金杏、林檎之類。楊侃《皇畿賦》園茄早實，時果先熟。《清波雜誌》故老言承平時，淮甸蝦米用蓆裹入京，色皆枯黑無味，以便溺浸一宿，水洗去，則紅潤如新。

李于潢《汴宋竹枝詞》卷下　隔坐聞呼博士聲，路旁把鮓總馳名。梅花包子婆婆餅，攜向徐家就瓠羹。

《東京夢華録》：凡店内賣下酒厨子，謂之茶飯，量酒博士。《清波別志》前志》第十二卷，書承平時，淮甸蝦米入京，浸以小便，則紅潤如新，或疑焉。煇後觀《瑣碎録》内一條，京師東華門何吴二家造魚鮓十數，臠作一把，號把鮓。著聞天下文士有爲賦詩，詩爲珍味。其魚初自澶滑河上，斫造以荆籠，貯入京師，道中爲風沙所侵有敗者，乃以水濯小便浸一過，控乾入物料，肉益緊而味回。煇出疆日虹縣及汴京，頓皆供把鮓，甚美。《楓窗小牘》舊京工役固多奇妙，即烹煮槃案，亦復擅名，如玉樓梅花包子，曹婆婆肉餅，薛家羊飯，梅家鵝鴨，曹家從食，徐家瓠羹，鄭家油餅，王家乳酪，段家燒物，石逢巴子，南食類。皆聲稱于時。

張雲璈《金牛湖漁唱》　先得樓空舊有名，碧香酒庫欲扶醒。乞醯尚見烹魚美，莫問南朝宋婕妤。宋時有碧香酒庫五所，先得酒樓名也。宋婕妤，見《武林舊事》湖上醯烹魚，至今擅名。

陳璨《西湖竹枝詞》　清明土步魚初美，重九團臍蟹正肥。莫怪白公抛不得，便論食品亦忘歸。土步形似河豚，以清明前出網爲佳。湖蟹秋日最肥美，香山有未能抛得杭州去之句。

陳璨《西湖竹枝詞》　和議盟成願已償，湖山幾暇盡徜徉。官家愛唼鮮魚汁，玉敕傳宣宋五娘。

南渡時，汴京細民妻宋五娘僑居湖上，能調魚羹，名徹禁中，高宗嘗詔至御舟供奉。

張春華《滬城歲事衢歌》　輕勻芥醬入薑醯，興到持螯日未西。莫道山厨秋夜冷，家家邀客話團臍。

水鄉多郭索，吴淞江及黄浦並産之，其肥大者出横沔鎮，鎮今分隸南匯。産吴淞江者，名清水蟹，尤鮮潔。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《附録・竹枝詞》　醋溜魚小飲。數尾湖鮮待客烹，鹽梅調和覺香生。幾多過客流涎甚，應笑鱸魚浪得名。

王培荀《聽雨樓隨筆》卷六　重口魚，上下兩口似吕字，出雅河，燕來則來，燕去亦去。大者重二三斤，夷人不解食，取而烹之，肥美異諸魚。口多仍笑一身孤，能把西江吸盡無。食指幾人先欲動，傳來還勝四腮鱸。蠻兒未許識珍羞，燕子來時結網求。料得深山無甲子，全憑飛躍記春秋。

王培荀《聽雨樓隨筆》卷六　脆魚最肥美，楊升菴云：俗名水底羊。王西蠭詩云：霧淞簇林團雪花，緑波漲暖春無涯。冥濛寶鏡朝未洗，縠紋細逐春風斜。潜鱗乘霧恣游泳，不受鉤餌況長叉。千絲翠網絮坼側，肥羊出水交紛拏。生平愛魚勝熊掌，竭來正喜隣漁家。長腰米白早韭緑，滿甌飽啖隨朝衙。鱖鱠鱸鯉不足數，異種艷聽居人誇。老饕臨淵慰夙願，筠筐提到羣聲譁。細鱗密蹙杏難別，圓睛巨口開呀呀。鰓然大腹闊如斗，潔期白玉無纖瑕。鯸鮧比似體差小，白河豚號良非夸。進腴獻腹古有訓，升庵鄉味精無差。真州文潛設嘉會，河豚假出四座嗟。苦無脂腴西施乳，官伎酷論横交加。我今得此意良足，桃花醋趁紅薑芽。長瓢短著集朋好，百壺有酒無嫌賒。

虎魚出瀘定橋，巨口細鱗，肉白而肥鮮美，無細骨，小者亦重數十觔。性食魚羣，魚畏之如虎。王西纏詩云：瀘江岸闊飛蘆花，瀘江水冷波横斜。潭深水碧不見底，中有魴鯉鱖鱠鯊。鑪廳城中水穿郭，西流東注交紛拏。水急如飛石如轉，但見白浪排黄沙。纖鱗無處容游泳，臨淵欲羨空咨嗟。瀘橋主人走健脚，筠筐翠重寒蘆遮。譽鱷倒拳鱗甲戢，金光閃爍欺雲霞。怪底連朝食指動，老饕狂喜心如麻。爲言此魚鉦育異，江湖騰掣争驚誇。衝波力大健於虎，横噬水族長專車。巨骨中挺絶旁出，肥腴鮮白羞豚豭。昨宵巨鉤餂香餌，長繩受困辭長義。廚丁磨刀聲霍霍，俎裼奮臂精神加。清泉清徹活火活，水晶鹽逐瓊蘆芽。我家夙傍雙溪滸，網師漁户叢蒹葭。四鰓鱸魚不足數，秋風鄉思渾無涯。蜀江水漲百川灌，難逢蹙蟹稀螺蝦。錦江有鯉未把釣，欲問丙穴長途賒。何意堆盤競飽啖，列座驚嘆交紛譁。酪漿却走腥羶辟，直教醫客歡忘家。

張燾《津門雜記》卷下崔旭《楊柳青》　滿釜魚羹氣味腥，小船偶傍樹陰停。

饁炊香飯郎沽酒，兩岸春風楊柳青。織蒲女嫁弄船男，裙子深紅襖淺藍。小轎一乘船載過，郎家河北妾河南。

張燾《津門雜記》卷下唐尊恒《鐵雀銀魚》 樹上彈來多鐵雀，冰中釣出是銀魚。佳肴都在封河後，聞說他鄉總不如。

丁立誠《武林雜事詩・五柳居醋魚》 西湖陶家五柳居，雋味下酒醋溜魚。手段傳自宋五嫂，魚我所欲風味好。無人對酒彈鋏歌，寧喫三斗不厭多。舉網得魚有酒酣，試問先生家何許。

陳金浩《松江衢歌》 西北諸鄉水繞廬，食單風物問何如。寒深蟹醉金錢蟹，春淺盤供玉筯魚。金錢蟹差小，以酒漿生醉之，玉筯魚春時始多。

雜録

任昉《述異記》卷上 北方荒外有石湖，方十里，中有橫公魚，夜即化爲人。刺之不入，煮之不死。若以烏梅二七箇煮之，即熟，可治邪病。

樊綽《蠻書》卷四《名類第四》 裸形蠻，在尋傳城西三百里爲窠穴，謂之爲野蠻。【略】其妻入山林，採拾蟲、魚、菜、螺、蜆等歸，啖食之。

吴曾《能改齋漫録》卷一五《羌俗不食魚》 臨洮、枹罕之地，自天寶末，陷于羌虜。更數百年，其俗無復華夏之風。熙寧初，王韶畫策，因唃厮囉之衰，即壓而取之，遂復七州。建昌軍吕南公言：「臨川黄毅嘗往遊焉，云羌俗不食魚，魚大如椽柱臂股，河中甚多。人浴波間，魚馴馴不驚避。然則古人謂『智力出於網罟，而後鳥亂於上，魚驚於下』，豈不信乎！韶在熙河，始命爲網，捕以供膳。其民相與嗟愕曰：『孰謂此堪食耶？』」

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《魚蟹》 蟹胥，《周禮》庖人注曰：若青州之蟹胥。按：《説文》云胥蟹，醢也。

洪邁《夷堅志》支丁卷五《李朝散》 紹興三十一年，朝散郎李浚監通州支鹽倉。並海多産鯉，居官者必以爲鮓醢，餉遺親故。浚所買頗多。一夜，夢若游他處官府，見神人冕服正坐，呼謂之曰：「汝近日何得廣殺生？合減一算，吾念汝吉坐也，已從恕，自今後當力戒之。吾姓俞氏，而名從立人，仕至宣教郎。年勞當升朝，已下磨勘，及通直命下，曾不克拜而終。見掌百禽獸水族，行且受代。

即蝦也，河祇脯即魚乾也。

陳繼儒《珍珠船》卷一　有漁者，得魚甚易，云取燕肉和麪爲餌。

諸茂卿《今古鈎玄》卷三五　携魚上砧，送蟹入釜，無不惻，然及坑才陷藝惟恐不深，是不忍於細而忍於大。出《獻醜集》

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》　烘魚，紙苴之再烘。藏晒熱小麥中，不生毛蛀。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》　窖魚收瓷缸中，不枯。白鮓以羹苴以麥稍不紅餒，藉以日晒常白。銀魚乾，晒菱葉薀藻苴之，不黄。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》　乾對鰕，鰕毛皆雜蒜囊，用蒲蓑苴之，置通風處。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》　蟹畏火明畏霧籠，冬月以蒲蓑苴之，置諸糠穩中，可久留。《蟹譜》曰凡糟蟹，用吴茱萸一粒置臍中，經歲不沙。《歸田録》曰糟蟹者，甕底加皂莢半挺，經歲不沙。蚶蛤蜆類，畏雷聲，苴以蒲蓑，壓以重物則生。

高士奇《天禄識餘》卷六《食蚶螟議》　何偩侈於味，食必方丈，後稍欲去其甚者，猶食白魚、鮆脯、糖蟹，以爲非見生物，疑食蚶蠣，使門人議之。學生鍾屿曰：鮆之就脯，驟於屈伸，蟹之將糖，躁擾彌甚。仁人用意深懷如怛，至於車螯、甘蠣，眉目内闕慙渾沌之奇，獷殼外緘，非金人之慎，不悴不榮，曾草木之，不若無聲無臭，典瓦礫其何算，故宜常充庖厨，永爲口實。

高士奇《扈從東巡附録》　你攞哈蘇姑厄圖枯，魚皮衣也，海濱有魚名打不害，肉疎而皮厚，長數尺。每春漲，溯烏龍江而上，入山溪間。烏稽人取其肉爲脯，裁其皮以衣，無冬夏襲焉，日光映之，五色若文錦。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《燭礱》　《莊子》：冬則擉壑于江。《周禮》以時籍魚鼈龜蜃。籍，昌約切。以杈刺泥中取魚也。

汪師韓《韓門談書録・烹小鮮》　《道德經》曰：治大國若烹小鮮。蓋謂烹小魚者，不事削鱗剖腹，意在簡易而已。後人詩文誤用，似與舉重若輕一例。《宋史・吕蒙正傳》：一日上語侍臣曰：清静致治，黄老之旨也。如汲黯卧治淮陽，子賤彈琴單父，皆真能行黄老之道者。蒙正曰：老子稱治大國若烹小鮮，今之上封事議制置者甚多，陛下唯清静以鎮之足矣。此可爲證。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・冬總雜識》　醉魚。《曲洧舊聞》漆洧之源出馬嶺，今在河南府永安界，號玉仙山。歷城東南爲漆洧，其水清有魚數種，土人不善施網罟，冬積柴水中爲罾以取之，以搗澤蓼，雜煮大麥，撒深潭中，魚食之輒死浮水，可俯掇，久之復活，謂之醉魚云。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》　橄欖研細，塗團魚甚香。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》　薄荷可去魚腥。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》　孟子曰：魚我所欲也，熊掌亦我所欲也。熊掌之味，尚亞于今之南腿，不過存其名而已，惟魚之一物，美不勝收。北地以黄河鯉爲佳，江南以螺螄青爲佳，其餘如刀魚、鱖魚、鱸魚、鯽魚、時魚、連魚、鮦魚，必各隨其時，愈鮮愈妙。若陽城湖之壯鰻，太湖之鼈與鼈，終嫌味太濃濁，比之鄉會墨卷，不宜常置案頭者也。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》　刀魚本名鱭，開春第一鮮美之肴，而腹中腸尤爲美味，不可去之，此爲善食刀魚者。或以腸爲穢污之物輒棄去，余則曰是未讀《説文》者也。案：《説文・魚部》鱭飲而不食，刀魚也。此魚既不食，穢從何來耶。故曰：人莫不飲食也，鮮能知味也。

姚元之《竹葉亭雜記》卷八　鰉魚脆骨，鰉魚頭也，出黑龍江。余使瀋陽，聞其土人云，嘉慶十年前，此物甚賤，一魚頭大者須一車載之，不過售錢五百。自京中以此骨爲美品，魚頭遂不肯售，竟相晾曬發賣，每一觔亦須銀八九錢矣。曾記莫少空清友先生宴客設此味，座中有其鄉人，以爲涼粉也。翼日見先生問曰，前日食君家所製涼粉特佳，曾令人學製，總不能及，不知何以有此味也。聞者笑其村蠢，余殊嘉其朴誠。

姚元之《竹葉亭雜記》卷三　黑津乃徽欽二字訛音也，在三姓東三千里外，散處至東海邊，以魚爲生，即以魚皮爲衣，故曰魚皮箚子，或謂黑津箚子，或謂徽欽箚子，名異而實同也。所食之魚曰達布哈魚，牙最利，食小魚，類内地之烏魚。或以爲乾，或以爲麵，亦不一品。烹熟先以大碗面入，則人知其有親也。食時狗蹲於左右，骨出即以飼狗，狗有時急欲食，則攫於其口邊。【略】問：鯉乾二種，一名美人鯉，蚌類也，鮮者殼亦似蚌。一種有鼻，名竹鯉，殼似竹段，長三四寸，兩端俱空，不能游行，惟埋沙内。取之者俟潮初退，覓沙灘中，一孔一鯉，鈎而出之。或一鈎不得，即舍去他求，若復鈎之，則以族行。諸孔皆空，須俟下次潮回矣。【略】

鄒存淦《田家占候集覽》卷四《夏》　夏月，魚肉類安香油，則不臭。

蔬食部

題解

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》生瀹蔥薤曰瓮，言其柔滑兌兌然也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》鹽，濟也，與諸味相濟成也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》菹，阻也，生釀之，遂使阻於寒温之間，不得爛也。

郭璞《爾雅注疏》卷四《釋器第六》菜謂之蔌。注：蔌者，菜茹之總名。見《詩》。音義：蔌，速、蔬二音。《詩》云：其蔌維何，維筍及蒲。茹，如庶反。疏：菜茹名蔌。郭云：蔌者，菜茹之總名。見《詩》者。案：《大雅》韓奕云：其蔌維何，維筍及蒲。《毛詩》傳云：蔌，菜殽也是矣。

顧野王《重修玉篇》卷一三《草部第一六二》蓾。康路切。醋菹也。

顧野王《重修玉篇》卷一三《草部第一六二》蔌。桑卜切。菜茹之總名。

顧野王《重修玉篇》卷一三《草部第一六二》菹。諸户切。菹也。

顧野王《重修玉篇》卷一三《草部第一六二》茹。而預、而與、而諸三切。柔也，貪也，菜茹也，度也，飯牛也。又相牽引皃。《易》曰：拔茅連茹。

顧野王《重修玉篇》卷三〇《西部第五百三十九》醃。義劣切。鹹菹也。

佚名《原本廣韻》卷三《上聲・八語》茹。乾菜也，臭也，貪也，雜糅也。又而恕切。

佚名《原本廣韻》卷三《上聲・四七寢》荏。如甚切。菜也。又荏苒，十四。

佚名《原本廣韻》卷四《去聲・四一漾》醸。菜也。又如養切。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・西部第一七》醃。莫廉反。鹽醃，又殖。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・火部第四》煁。今士洽反。湯瀹菜也。瀹音藥三。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・草部第六》葅。七余反。藏菜也。與葅亦仝。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・草部第六》菹葅。側魚反。菜和醋也二。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・草部第六》葅。七余反。苞葅。又則吾反，茅葅，藉封諸候葅以茅。又則古反。

僧行均《龍龕手鑑》卷二《上聲・草部第六》菹。音如，恣也，相牽引也。又姓。又音汝。乾菜也，臭也，貪也，雜糅也。又人恕反，菜茹也。又噉牛也。

陳彭年等《重修廣韻》卷一《上平聲・九魚》葅。《説文》曰：酢菜也。亦作菹。側魚切，四。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・九麻》茶。苦菜，又音徒。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・六豪》芼。菜也，又音毛。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・二四鹽》醃。塩醃又菹也。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・八語》茹。乾菜也，臭也，貪也，雜糅也，又而怒切。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・四四有》蓾。菜。蒺藜菜，不切也。

陳彭年等《重修廣韻》卷四《去聲・一九代》菜。草可食者皆名菜。倉代切五。

司馬光《類編》卷二　菹葅酢。臻鱼切，酢菜也，一曰麋鹿爲菹麞菹。稱菜内通或作葅酢。菹又咨邪切，澤有艸曰菹。又將豫切，文三重音二。

司馬光《類編》卷二　茹。人余切，艸根相牽引皃。又女居切，閩人名。《春秋傳》莒茹。又女加切，又忍與切，飤也，貪也，一曰菜茹。又如倨切，飤馬也。又尼據切，艸相連。文一重音五。

司馬光《類編》卷二　陰。陳如切。艸名。《説文》黄蒠，職也，葉似酸漿，華小而白，中心黄。江東以作菹食。文一。

司馬光《類編》卷四二　醃。衣廉切。《博雅》醃藍葅也。又於嚴切。漬藏物也。又烏紺切。文一重音二。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二四《蔬部・蔬菜》菜謂之蔬，不熟曰饉。《爾雅》仲秋，命有司趣民務蓄菜。《月令》

劉鳳《劉子威雜俎》卷一〇《詞令篇三》《釋名》：生瀹葱薤曰瓮，言柔滑瓮瓮然也。

況叔祺《考古辭宗》卷五《器用部・器皿類》菜謂之蔌。蔌者，菜茹之總名。見《詩》

劉侗《名物通》卷四《飲食部》菽乳，荳腐也。

朱謀㙔《駢雅》卷三《釋服食》菼薍，瓜葅也。昌歜，昌蒲葅也。乾葅，烏梅也。大苦，豉也。

孫之騄《尚書大傳補遺》《書》謂菜爲茹。《詩疏》

明木增《雲邁淡墨》卷八《隨筆》 竹胎，《説文》：笋也。

張玉書等《御定康熙字典・申集上・艸部六畫》 茹。《唐韻》人諸切，音如。《集韻》《韻會》竝忍與切，音汝。《正韻》而遇切，音孺。《易・泰卦》拔茅連茹。王註：根相牽引貌。程傳：根之相連者。又受也。《詩・大雅》柔亦不茹。又食也。《禮・禮運》茹毛飲血。《孟子》飯糗茹草。《莊子・人間世》不飲酒、不茹葷者，數月矣。又食菜曰茹。《前漢・董仲舒傳》公儀子相魯食于舍而茹葵。《王莽傳》不茹園葵。又啜也。《爾雅釋詁》啜茹也。又貪也，恣也。《揚子方言》：吳越之間，凡貪飲食者，謂之茹。郭註：凡俗呼能粗食者爲茹。又《説文》茹飯，牛也。《廣韻》飯馬也。又度也。《詩・邶風》不可以茹。《小雅》蠹猶匪茹。《周頌》來咨來茹。又柔也。屈原《離騷》：攬茹蕙以掩涕兮。註：茹柔，壞也。又臭敗也。《呂氏春秋》：以茹魚驅蠅，蠅愈至而不能禁。又左思《魏都賦》：神藥形茹。註：物自死曰茹。又菜茹。《前漢・食貨志》：菜茹有畦。《晉書・地理志》：環廬種桑柘菜茹。

張玉書等《康熙字典・酉集下・酉部八畫》 醃。《廣韻》《集韻》《韻會》並於嚴切，音腌。《玉篇》葅也。《廣韻》鹽漬魚也。《集韻》漬藏物也。《博雅》：醃，菹也。又《廣韻》《集韻》：央炎切，《集韻》：依廉切，並音淹。又《集韻》：烏紺切，音暗。義並同。

張玉書等《康熙字典・申集上・艸部八畫》 菹。《唐韻》側魚切，音鉏。《説文》酢菜也。《釋名》菹，阻也。生釀之，遂使阻于寒温之間，不得爛也。《詩・小雅》疆場有瓜，是剥是菹。【略】《侯鯖録》細切曰齏，全物曰菹。今中國皆言齏，江南皆言菹。

張玉書等《康熙字典・巳集補遺・父部》 爼。《字彙補》：七余切，音趨。藏菜也。

杭世駿《續方言》卷下 茆，江南人名之曰蓴菜。《詩》思樂，釋文引鄭小同。

杭世駿《續方言》卷上 齊人名全菹爲芋。《儀禮・喪服傳》注

周魯輯《類書纂要》卷二九《果蔬類・蔬》 蔬。菜謂之蔬，不熟曰饉。

綜述

荀況《荀子》卷一 六《正名篇第二三》 【略】蔬食菜羹，而可以養口，麤布之衣，麤紃之履，而可以養體。節用以禮，裁萬物以養人，以時斬伐，而山林不童，使魚鼈優多，而水不可勝食也，節用以禮，裁萬物以養人，使有餘足以相待，而百姓不失其事也。麤紃之履，麤，麻屨也。

史游《急就篇》卷二《第一〇章》 葵韭蔥韲蓼蘇薑。韲，户界反，一作薤。

葵，衛足之菜，傾葉而蔽日者也。韭之言久也，一種久生。蔥，青白雜色之名也。韲，一名鴻薈。音會。蓼有數種，葉長鋭而薄，生於水中者曰水蓼，葉圓而厚生於澤中者曰澤蓼，一名虞。蓼亦謂之薈，而許叔重云蓼一名薈虞。非也。薈音薈。蘇一名桂荏。薑禦溼菜也，辛而不葷，故齊者不撤焉。《説文》作薑葷、虎渾反，一云許云反。

史游《急就篇》卷二《第一〇章》 芸蒜薺芥芙奠香。蒜，蘇判反。薺，齊禮反。

芸即今芸蒿也，生熟皆可啗。蒜，大小蒜也，皆辛而葷。薺，甘菜也，其實名荠。才何反，又音嗟。芥亦有大小二種。芙奠似樧而大，食者貴其馨烈，故云芙奠香也。樧音殺。

史游《急就篇》卷二《第一〇章》 老菁蓑荷冬日藏。菁音精。蓑音穰。

菁，蔓菁也，一曰冥菁，亦曰蕪菁，又曰芴菁。蔓音萬，又莫于反。蕪音無，芴音勿。蓑荷一名蕦苴，蕦普名反。苴子閭反。莖葉似薑，其根香而肥，可以爲菹，又辟蠱毒，言秋種蔓菁，至冬則老而成就，又收蓑荷，並藏之，以禦冬也。

史游《急就篇》卷二《第一〇章》 園菜果蓏助米糧。蓏郎果反。

木實曰果，艸實曰蓏，言園圃種菜及殖果蓏，貧者食之，以免饑饉，故云助米糧也。

崔寔《四民月令》 八月，收韭菁，作擣齏。

嚴可均《全後漢文》卷四七崔寔《四民月令》 八月暑退，【略】收韭菁，作擣齏。《齊民要術》八收作取，《御覽》八百五十五。

嚴可均《全後漢文》卷四七崔寔《四民月令》 九月九日，【略】是月也，藏芘薑蓑荷。【注】：生薑謂之芘薑。作葵菹乾葵。

曾慥《類説》卷三五《本草・山芋》 薯蕷一名山芋，秦楚名玉延，鄭越名土藷。

鄭玄《周禮注疏》卷六 凡祭祀共蔏菹之豆實，賓客喪紀亦如之。爲王及后世子，共其內羞，王舉則共醢六十甕，以五齊七醢七菹三臡實之。注：齊，當爲齋。五齋，昌本、脾析、蜃、豚拍深蒲也。七醢，韭菁茆葵芹箈筍菹。三臡，麋鹿麋臡也。凡醢醬所和，細切爲齏，全物若臠爲菹。《少儀》曰：麋鹿爲菹，野豕爲軒，皆臠而不切。麋爲辟，雞兔爲宛，脾皆臠而切之。切葱若薤實之，醢以柔之。由此言之，則齏菹之稱菜肉通。音義：爲王，于僞反。齊，徐劉于西反，下同。沈，才細反。膮，直椒反。少，詩照反。軒音獻。臠，之涉反。本或作膾，下同。辟，必亦反，又音壁。宛，於阮反，又於月反。醢，呼兮反，稱，尺證反。疏：釋曰：凡祭至內羞，一與遽人同，上已釋訖。王舉則共醢六十甕，此已下與遽人異，以

其王舉不共籩實，唯有豆實。王舉謂王日一舉，鼎十有二，則醢人共醢六十甕，以醢爲主，其實有五甕七菹等。注釋曰：五甕，昌本至深蒲，此據豆內，不言菹者，皆是甕以次數之，有此五而已。七醢，從醢醢至鴈醢加豆朝事，醢醢有二唯取一，則合此七也。七菹者，亦從朝事，至加豆已上有七。三臡者，唯朝事之豆有此三。云凡醢醬所和者，據此五甕七菹，皆須醢醬所和。據醢人所掌五甕七菹是也。云細切爲齏，全物若膾爲菹者，據上朝事饋食，加豆之內，有甕菹不同。鄭君欲引少儀曰麋鹿爲菹，野豕爲軒，皆膾而不切者，既言膾而不切，則野豕爲軒，亦菹類。云麋爲辟，雞兔爲宛，脾皆膾而切之者，此謂報切，即皆甕類。云切葱若薤實之，醢以柔之者，謂殺其氣云。由此言之，則甕菹之稱菜肉通者。鄭案：三豆之內，七菹皆菜無肉，五甕之內，菜肉相兼。若據《少儀》甕菹之稱，菜肉通也。

鄭玄《儀禮注疏》卷一四《士虞禮》 鉶芼用苦，苦薇有滑。夏用葵，冬用荁，有柶。注：苦，苦荼也。荁，堇類也。乾則滑，夏秋用生葵，冬春用乾荁。古文苦爲枯，今文或作芣。音義：薇音微。荁音凡，荼音徒。堇音謹。枯如字，又音姑，劉本作枯音，先古反。芣音户，劉音下。疏：釋曰：案《公食記》三牲具，則牛藿羊苦豕薇，各用其一。若一牲者，容兼用其二，是以及特牲一豕，皆云鉶芼一豕。皆云鉶芼苦薇，是科用其一也。注釋曰：知荁堇類者，《內則》云：堇荁枌榆，同爲滑物。故知荁，堇類也。云乾則滑者，以其冬用之，故知乾則滑于堇也。云夏秋用生葵，冬春用乾荁者，以其秋與夏同有生葵，春初未生者，故春約與冬同，是以經直云冬明舉夏以兼秋，舉冬以兼春也。豆實葵菹，菹以西贏醢，籩棗烝栗擇。注棗烝栗擇則豆不楬籩有滕也。音義：贏，力禾反。楬，苦瞎反。劉，苦割反，或作朅同。疏：注釋曰：云棗烝栗擇則菹刊也，棗烝栗擇則豆不楬，籩有滕也者。此雖無正文，案《士喪禮》大斂云朅豆兩其實葵菹芧贏醢，兩籩無滕布巾。其實棗不擇脯四脡。自大斂後，皆云如初則葬，奠四豆脾析葵菹亦長矣。四籩棗糗棗脯，亦不擇也。至此乃云棗烝栗擇，則菹亦切矣，豆籩有飾可知。

鄭玄《儀禮注疏》卷一二《士喪禮》 東方之饌，兩瓦甒，其實醴酒、角觶、木柶、朅豆兩，其實葵菹芧贏醢。兩籩無滕布巾，其實棗，不擇脯四脡。注：此饌但言東方，則亦在東堂下也。朅，白也，齊人或名全菹爲芧。滕，緣也。《詩》云：竹柲絅滕。布巾，籩巾也，籩豆具而有巾盛之也。《特牲饋食禮》有籩巾，今文贏爲蝸，古文滕爲朋。音義：氫，亡甫反。朅，苦瞎反。贏，力禾反。滕，大登反。脡，大頂反。緣，悅面反。絅，古本反。劉古熒反。疏：注釋曰：云此饌但言東方，則亦在東堂下也者。案：上小斂之饌，云于東堂下，此直言東方，則亦東堂下。鄭云亦者，亦上小斂也。云齊人或名全菹爲芧者。案：鄭於《周禮》醢人注云，細切爲齏，全物若膾爲菹若然。凡菹者，全物不得芧名。此云齊人名全菹爲芧者。菹法，舊短四寸者全之，若長於四寸者亦切之，則葵長者自然切乃爲菹。但喪中之菹葵，雖長而不切，取齊人全菹爲芧之解也。引《詩》者欲見滕爲緣義。云邊豆具而有巾盛之也者，案：小斂一豆一邊，邊豆不具，故無巾若然。籩有巾，豆無巾者，以豆盛菹醢溼物，不嫌無巾，故不言其實有巾矣。案：此注引特牲記籩巾。鄭彼注云：邊有巾者，果實之物，多皮核優尊者。此言盛之不同，引之者以其彼爲尸，尸食，故云優尊者，此爲神，神不食，故云盛之，引之直取，證有巾覆之同。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一四魏王肅《毛詩王氏注》卷一 商頌

亦有和羹。

鉶羹有菜，鹽豉其中，菜爲其形象，可食，因以鉶爲名。《初學記》卷三十六〇《太平御覽》卷八百六十一

嵇含《南方草木狀》卷上 甘藷，蔗薯蕷之類，或曰芋之類，根葉亦如芋，實如拳，有大如甌者。皮紫而肉白，蒸鬻食之，味如薯蕷，性不甚冷。舊珠崖之地，海中之人，皆不業耕稼，惟掘地種甘藷，秋熟收之，蒸曬切如米粒，倉圖貯之以充糧糗，是名藷糧。北方人至者，或盛具牛豕膾炙，而末以甘藷薦之，若粳粟然。大抵南人二毛者百無一二，惟海中之人壽百餘歲者，由不食五穀而食甘藷故爾。

崔豹《古今注》卷下《草木第六》 薏苡一名治蠡，葉似葛而實大如李，核可啗食也。食，一名薏苡。貍豆，一名貍沙，一名獵沙。葉似葛而實長尺餘，可蒸

郭璞《爾雅注疏》卷九《釋木第一四》 檓，大椒。注：今椒樹叢生實大者名爲檓。音義：檓，況彼反。椒字又作茮，子消反。疏：檓者，大椒之別也。郭云：今椒樹叢生，實大者名爲檓。《詩·唐風》云：椒聊且。陸璣疏云：椒樹如葉莫，有針刺，葉堅而滑澤，蜀人作茗，吳人作茗，皆合煮其葉以爲香。今成皐諸山間有椒，謂之竹葉椒，其樹亦如蜀椒，少毒熱，不中合藥也。可著飲食中，又用蒸雞豚最佳香。東海諸島上亦有椒樹，枝葉皆相似，子長而不圓，甚香，其味似橘皮。島上獐虎食其椒葉，其肉自然作椒橘香。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷七四晉郭義恭《廣志》卷下 甘藷似芋，剥去皮肉白，南方以當米穀，賓客亦設之，出交趾。《藝文類聚》卷八十七。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷七四晉郭義恭《廣志》卷下 薇葉似薍，可蒸食。《太平御覽》卷九百九十七。

陶宗儀《說郛》卷六一下顧微《廣州記》 薤菜生水中，可以爲菹也。

張玄之《吳興山墟名》 菹中山菹，淹藏菜也，昔吳王於山中種蔬，爲軍人冬食之備。談志

宗懍《荆楚歲時記》 正月七日爲人日，以七種菜爲羹。

宗懍《荆楚歲時記》 仲冬之月，采擷霜蕪菁葵等雜菜乾之，並爲鹹菹。有作其和者，並作金釵色。今南人作鹹菹，以糯米熬搗爲末，并研胡麻汁和

釀之，石窄令熟。菹既甜脆，汁亦酸美。其莖爲金釵股，醒酒所宜也。

曾慥《類説》卷六《荆楚歲時記》 七種菜。人日，採七種菜作羹。

顔子推《顔氏家訓》卷上《風操篇第六》 吴郡陸襄父閑被刑，襄終身布衣蔬飯，雖薑菜有切割，皆不忍食。居家唯以掐摘供厨。

杜臺卿《玉燭寶典》卷一一《十一月仲冬第十一》 《荆楚記》云：家家並爲鹹菹，有得其和者作金釵色。菹之供饌，自古有之，周官有昌本菁菹、茆菹、芥菹、深蒲菹、苔菹、筍菹等。《春秋傳》：周公閱未聘，饗有昌歜。注云：昌歜，昌本之菹。《吕氏春秋》：文王好食昌菹。孔子蹙頻而食之。高誘注云：昌本，菹也，今以經冬，故滇加鹹味。雷時稍暖懼壞，故棄所餘。

曾慥《類説》卷一四《啓顔録》 羹筍爲笋。

漢人適吴，吴人設笋，問何物。曰：竹也，歸，羹其簣不熟。曰：吴人輾轆，欺我如此。

羊踏破菜園。

有人常食蔬茹，忽食羊肉，夢五藏神曰：羊踏破菜園。

曾慥《類説》卷四九《盧氏雜説》 爛蒸葫蘆

鄭餘慶召親朋呼，左右曰：諭厨家爛蒸去毛，莫拘折項。諸人以謂必蒸鵝鴨。良久就食，每人前粟米飯一盂，爛蒸葫蘆一枚。公食甚美，諸人强進而罷。

盧世南《北堂書鈔》卷一四六《酒食部・菹三八》 菹，藏菜也。《聲類》阻於寒温之間，不得爛也。王舉七菹《周禮》云：醢人掌共五齊七菹。祠祭用菹，《荀氏春秋》芹菹《周禮》醢人職云：加豆之實，芹菹兔醢，深蒲醢，箔菹雁醢，筍菹魚醢。補蒻菹《益州記》云：蒻之莖，蜀人于冬月取以春碎，炙之水，淋一宿爲菹。鹹菹《荀氏春秋》云：孟冬，祭用鹹菹。魚菹司馬相如有《魚菹賦》饋食葵菹《周禮》醢人職云：饋食之豆，其實葵菹蠃醢。補聘饗昌歜《左傳》云：僖三十年冬，王使周公閱來聘，饗有昌歜，白黑形鹽。辭曰：國君文足昭也，武可畏也，則有備物之饗，以象其德。薦五味，羞嘉穀，鹽虎形，以獻其功。吾何以堪之。補文王嗜昌菹《吕氏春秋》。惠王食寒菹賈誼《新書》云：楚惠王食寒菹，而得蛭，因遂吞之，腹有疾而不能食。令尹入問曰：王安得此疾。王曰：我食寒菹而得蛭，念讀之而不行，其罪乎，是法廢而威不立也。非所聞也，讀而行其誅，則庖宰監食者法皆當死，心又弗忍也。故吾恐蛭之見也，遂吞之。令尹避席再拜而賀曰：臣聞皇天無親，惟德是輔。王有仁德，天之所奉也，病不爲傷。補

顔師古《匡謬正俗》卷八《素食》 素食。《喪服傳記》云：既虞飯，疏食水飲。既練，食菜果，飯素食。鄭康成注云：素猶故也，謂復平生時食也。按：素食謂但食菜果糗餌之屬，無酒肉也。禮家變節，漸爲降殺，始喪三日不食，卒哭之内，朝夕各一溢米爲粥而已。既虞疏食水飲。疏食謂麤疏之飯，單率之菜食不復粥，又非止一溢也。既練，遍食菜果酸醎，但無酒肉之屬。既除喪，始食乾肉飲酒，然後乃復平生時食耳。

顔師古《匡謬正俗》卷八《苦菜》 苦菜。《本草》云：苦菜味苦，名荼草，一名游東，生益州川谷及山陵旁，陵冬不凋死。陶公宏景注云：疑此即今茗。茗一名茶，又令人不眠，今陵冬不凋，而嫌其止生益州。益州乃有苦菜耳。《桐君藥録》云：苦菜三月生扶疎，六月華從葉出，八月實落根後生，冬不枯。今茗極似此。按：此苦菜，即詩人所稱誰謂荼苦。荼音塗，其狀全似苦蘆而細，葉斷有白汁，味極苦，陵冬不凋。桐君所説正得體狀。近來諸人無識之者。今吴蜀之俗，謂苦菜者，即《爾雅》所謂蕛黄蓼爾。陶公雖知俗呼苦蕛爲苦菜，而不識其苦菜之形，以其一名荼，乃將作茗，巧説滋蔓，秖增煩惑。且《本草》説其主療疾病，功力甚多。茗草豈有此效乎。

顔師古《匡謬正俗》卷八《羹臛》 羹臛。王叔師注《楚辭・招魂》云：有菜曰羹，無菜曰臛。案：《禮》云：羹之有菜者用梜，其無菜者不用梜。又蘋藻二物，即是鉶羹之菜，安在其無菜乎。羹之與臛，亮者以異齊，調和不同，非係於菜也。今之膳者，空菜不廢爲臛，純肉亦得名羹，皆取於舊名耳。

徐堅《初學記》卷四《歲時部下・人曰第二》 《荆楚歲時記》曰：正月七日爲人日，董勛《問禮俗》曰正月一日爲雞，二日爲狗，三日爲猪，四日爲羊，五日爲牛，六日爲馬，七日爲人。以七種菜爲羹。剪綵爲人，或鏤金箔爲人，以貼屏風，亦戴之頭鬢。董勛《問禮俗》云人入新年，形容改從新。

白居易《白孔六帖》卷四《元日七》 五辛盤。《風土記》：正月元日，食五辛。練形。注云：辛菜所以助發五藏也。莊子曰：春月，飲酒茹葱，以通五藏。

白居易《白孔六帖》卷一六《菜二五》 白。《詩》曰：季秋務蓄菜。《月令》。旨蓄。我有旨蓄，可以禦冬。野人獻芹。屈到嗜芰。踐葵。魯漆室女曰：昔有客繫馬園中，馬逸踐予葵，使予終歲不飽葵。祭韭。秋韭。冬菁。葑菲。《詩》云：采葑采菲，無以下體。注：葑菲。蔓菁，與蔔之類也。其蔌維何維筍及蒲蔌菜也。烹葵及菽。七月。其甘如薺。釋菜合舞。釋菜禮先師菜蘋繁之屬。葱渫處末。渫，蒸也，處醃醬之末。爲釀之蓼。釀謂雜切。蔬食。《語》。茹葷，莊子云：顔回不茹葷三月。切葱若

薤。《禮》。有畦。《殖貨志》云菜如有畦。百本薤。龔遂爲渤海太守，教人種百本薤，五十本葱，一畦韭。冬生菜。見上注。嚼薤留白。庾亮嚼薤留白，云可以種。陶侃歎曰：非唯風流，兼有爲政之實。綠葵含露。白薤負霜。董茶如飴。《詩》。菘必寸斷後漢陸續字智伯，初下獄，知母自餉食，曰母所作奠，其菘必寸斷。韭曰豐本。祭宗廟之禮。擇菘薤。禮爲君子擇菘薤，必絶其本末。注爲有萎乾也。灌園。嵇康與呂安灌園於山陽。碧海之琅菜。《漢武內傳》西王母曰：仙之上藥，有碧海之琅菜。孔鬱蔬。蘇良嗣尚方監，裴匪躬案。諸苑建言，鬱果蔬儲利佐公上。良嗣曰：公儀休一諸侯相拔葵去織，未聞天子資果蔬與人争利。遂止。渾提葱。西域泥婆羅，貞觀二十一年遣使入獻波稜酢菜、渾提葱。佛土菜。《西域傳》貞觀二十一年，有健達王獻佛土菜，莖五葉，赤華紫浡。末祿。蔬有果菘葛藍軍達菱薤。掇蔬本以供御。渾賊帝狩奉天，朱泚兵薄城，人心危惴，或夜縋出掇蔬本以供御。敷杯。唐盧懷慎日晏設食菜數杯。諸葛菜。《劉公嘉話》云：諸葛所止，令兵士獨種蔓菁菜，取其纔出，甲可生啖，葉軟可煮食，比諸菜屬，其利不亦博乎。三蜀江陵之人今呼蔓菁爲諸葛菜是也。山谷多薺。高力士逐於巫山，山谷多薺，而人不之食，因爲詩寄意。兩京作斤賣，五溪無人採。東夏雖有殊，氣味終不改。出《明皇雜録》。顛陵。菜之菠薐者，本西國中有，僧自彼將其子來，國名顛陵，語訛爲菠薐。出《嘉話録》。澗蔬煮蓊芹。韓愈陪杜御史遊詩。柔蔬傲霜而秀折。劉禹錫《楚望賦》。曲江拾菜二月二日曲江拾菜，土民遊極盛。出李綽《秦中歲時記》。苦苣刺如針，馬齒葉亦繁。杜甫《園官送菜》，苦苣刺如針，馬齒葉亦繁。青青嘉蔬色，埋没在中園。孟娘菜。江淮有孟娘菜，並益肉食。《酉陽雜俎》。携兒挑菜。《叩頭録》曰：郭元神空貧無食，春月携兒挑菜野蔬。一日有餘，三日不出。暮苣有蒲。採江之菜兮，暮苣有蒲。《笠澤叢書》。清晨蒙菜把，常荷地主恩。杜甫《園官送菜》詩。葵昏。又如馬齒盛，氣擁葵茌昏。同上詩。野蔬。逢莠獨不樵，野蔬暗泉石。菁耳況療風，童兒且時摘。杜甫《驅豎子摘菁耳詩》。登床半生熟，下箸還小益。放筆亭午際，洗剥相蒙罨。登床半生熟，下箸還小益。加點瓜薤間，依俙橘奴跡。同上詩。園蔬抱金甲，無以供採掇。同上。鴨脚葵。白居易園蔬鴨脚葵。野茹。紫花菁，《赴忠州》詩。同上。膳蔬雲蕞以委囷。歐陽詹《德勝頌》，《文粹》。

楊曄《膳夫經手録》 薏苡味甘香微寒，所在有之，宜山田。苗如粟於結切。珠，子形似粟米，大如小豆，煮食之甚美。

楊曄《膳夫經手録》 芋頭有別種，野生俗呼爲天河生。斫而粘，書策無以加也。又以方切，流水浸三日，時復曝浥乾，以麵坌食之，可爲休糧藥。

楊曄《膳夫經手録》 蘿蔔，貧窶之家，與鹽飯偕行，號爲三白。

楊曄《膳夫經手録》 苜蓿勃公英，皆可爲生菜。

佚名《玉泉子》 鄭餘慶清儉有重德，一日忽召諸朋朝官數人會食。衆皆朝僚以故相重望，皆凌晨詣之。至日高，餘慶方出，閒話移時，諸人皆枵然。餘慶呼左右曰：處分厨家，爛蒸去毛，勿拗折項。諸人相顧以爲必蒸鵝鴨之類。遂巡舁擡盤出醬醋，亦極香新。良久就食，人前下粟米飯一碗，蒸葫蘆一枚。相國食美，諸人强進而罷。

段公路《北户録》卷二《食目》 韶州菜有蕪菁，郡人採之爲葅，脆而且甘，不失北中味也。《方言》蕪菁，蔓菁也，陳楚之郊，謂之蔓菁，關之西謂之蕪菁，趙魏之間謂之大芥。郭璞注：蕪音蜂，江東音菘，又云紫華者，謂之蘆菔。《證俗》音曰葑。蘆菔、蕪菁屬紫花。又根俗呼爲菴口也。愚按：顧啟期《婁地記》曰：薛山者，昔有薛伯道居此山，不知何時人。好稼植，緣海散蕪菁子，今海邊尚有此菜，云伯道所種。又按：司馬相如《凡將篇》謂爲門菁，當門《證俗音》冥。《小學篇》曰：芬闕菁會最。又云：以子江南種，變爲菘。菘子黑，蕪菁子紫赤也。又據《南朝食奠》，中有芥子醬，蘆菔根、葙菘之類，是江南爲菘驗也。《證俗音》云：小學章作闕。

段公路《北户録》卷二《睡菜》 睡菜五六月生於田塘中，葉類茨菰，根如藕梢，其性冷。土人採根爲鹹葙食之，或云好睡。郭子横云：五味草初生，味甘，花時酢，食之不使人睡，亦名却睡草。

邱光庭《兼明書》卷三《苦菜》 《月令》孟夏苦菜秀。孔穎達曰：菜似馬薤而花白，其味極苦。明曰：按《夏小正》四月王萯秀。《月令》用小正爲本，改王萯爲苦菜耳。今驗四月秀者，野人呼爲苦蕒。去聲春初取，煮去苦味，和米粉作餅食之。四月中，莖如蓬艾，花如牛蒡花。四月秋氣生，故苦蕒秀，則一歲物成自苦蕒也。始月令所書，皆應時之物，其言苦菜，即苦蕒也。穎達所見別是一物，不可引以解此。

田同之《西圃叢辨》卷三《苜蓿盤》 宋林洪《山家清供》云：唐開元中，東宫官僚清澹薛令之爲左庶子，以詩自悼曰：朝日上團團，照見先生盤。盤中何所有，苜蓿上闌干。飯溢匙難滑，羹稀筋易寬。以此謀朝夕，何由保歲寒。上幸東宫，因題其榜，有若嫌松桂寒，曷隨桑榆暖之句。令之惶恐，謝病歸。以此觀之，苜蓿盤的是東宫詹事等官故事，今人以其清澹誤加於學博士等，不惟非是亦且僭越可笑。同上

陶宗儀《説郛》卷六下　丘光庭《兼明書》卷三《禮記・苦菜》 《月令》：孟

夏苦菜秀。孔穎達曰：菜似馬薤而花白，其味極苦。明曰：按《夏小正》四月王瓜秀。《月令》用小正爲本，改王瓜爲苦菜也。《詩・豳風》：四月秀葽。鄭康成疑葽爲王瓜，今驗。四月秀者，野人呼爲苦葽。去聲春初取，煮去苦味，和米粉作餅食之。四月中莖如蓬艾，花如牛蒡花。四月秋氣生，故苦葽秀。則一歲物成，自苦葽始。《月令》所書皆應時之物。其言苦菜即苦葽也，顯達所見別是一物，不可引以解此。

曾慥《類説》卷四三《北夢瑣言》 淡菜非雅物。孫光憲詩云：曉厨烹淡菜，春杼織橦花。牛翰林曰：吾子安知淡菜非雅物也。

陶穀《清異録》卷上《鍊鶴一羹醉猫三餅》 居士李巍求道雪竇山中，畦蔬自供，有問巍曰：日進何味？答曰：以鍊鶴一羹，蓋爲鍊得身形似鶴形也。醉猫三餅。巍以蒔蘿薄荷搗飯爲餅。問者語所親者以清饑，道者旦暮必以菜解。

元應《一切經音義》卷三《勝天王般若經》 食芋于附反。《聲類》：大葉著根之菜，見之驚人，故曰芋。大者謂之蹲鴟，甚可蒸食也。

李昉《太平廣記》卷四一一《水韮》 出《酉陽雜俎》 水韮生于水湄，狀如韮而葉細長，可食。

李昉《太平廣記》卷四一一《芥苴》 廣州人以巨菜爲鹹菹，埋地中有三十年者，貴尚親賓，以相餉遺。出《嶺南異物志》

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《蔬膳》 霜薤。菜名。露葵。曹植《七啟》曰芳蓯清脾。秋黄之葅。枚乘《七發》曰秋時葅黄也。白露之茄。露下葵謂茄菜之稱。蘭英之素食。《王莽傳》：水羊也，素食解在注。其蔽酒。酌以滌口。注酒中清蘭葉，取其香。素食。《王莽傳》：水羊也，素食解在注。其蔽維何，維筍及蒲。《大雅》韓奕曰：顯父餞之清酒百壺，其肴維何，炰鱉鮮魚。注：蔽，菜食也。其肴，蒲筍也。太湖之菁。《史記》上林賦注云《吕氏春秋》曰。丈王嗜菖蒲葅，孔子蹙觸而食之三年，然後其味。《圖書會粹》第四云，調雖若滋亦由。一覽夫察沈研始精。松花飯。《文苑英華》二十四百四季友酬李，十六朝飲，杖懸酤酒錢，著食囊有。飯松粟。劉長卿寄蕭判官之不爾歸劍山雲門。

張師正《倦游雜録・韓贄好啗瓜蘆》 韓龍圖贄，山東人，鄉里食味，好以醬漬瓜啗之，謂之瓜蘆。韓爲河北都漕，廨宇在大名府中，諸軍營多鬻此物，韓嘗曰：「某營者最佳，某營者次之。」趙閱道笑曰：「歐陽永叔嘗撰《花譜》，蔡君謨亦著《荔枝譜》，今須請韓龍圖撰《瓜蘆譜》矣。」《説郛》卷十四

陶宗儀《説郛》卷三十三上張師正《倦游雜録》 韓龍圖贄山東人，鄉里食味，好以醬漬瓜啗之，謂之瓜蘆。韓爲河北都漕，廨宇在大名府中，諸軍營多鬻此物，韓嘗曰：「某營者最佳，某營者次之。」趙閱道笑曰：「歐陽永叔嘗撰《花譜》，蔡君謨亦著《荔枝譜》，今須請韓龍圖撰《瓜蘆譜》矣。」《説郛》卷十四

唐愼微《證類本草》卷二七《菜部上品》 甘藍【略】作菹，經宿漬，色黃，和鹽食之，去心下結伏氣。《食醫心鏡》：甘藍，菜作鏖菹，煮食並得。

蘇軾《東坡全集》卷三三《菜羹賦并叙》 東坡先生卜居南山之下，服食器用，稱家之有，無水陸之味，貧不能致煮蔓菁蘆菔苦薺而食之。其法不用醯醬而有自然之味，蓋易而可常享，乃爲之賦辭曰：

嗟余生之褊迫如脫兎，其何因。殷詩腸之轉雷，聊禦餓而食陳，無芻豢以適口，荷鄰蔬之見分。汲幽泉以操灌，博露葉與瓊根。爨鉶錡以膏油，泫融液而流津。適湯濛如松風，投糝豆而諧匀。覆陶甌之穹崇，罷攪觸之煩勤。屏醯醬之厚味，却椒桂之芳辛。水耗初而釜治，火增壯而力均。滃嘈雜而廉清，信淨美而甘分。登盤盂而薦之，具匕筯而晨飧，助生肥於玉池，與五鼎其齊珍。鄙易牙之效技，超傅說而榮勳。沮彭尸之爽惑，調竈鬼之嫌嗔。嗟丘嫂其自隘，陋樂羊而匪人。先生心平而氣和，故雖老而體胖，忘口腹之爲累，似不殺而成仁。竊比余於誰歟，葛天氏之遺民。

蘇軾《東坡全集》卷一八《椶筍并叙》 椶筍狀如魚，剖之得魚子，味如苦筍而加甘芳，蜀人以饌佛僧，甚貴之，而南方不知也。筍生膚毳中，蓋花之方孕者，正二月間可剥取，過此苦澀不可食矣。取之無害於木，而宜於飲食。法當蒸熟，所施畧與筍同，蜜煮酢浸，可致千里外，今以餉殊長老。

贈君木魚三百尾，中有鵝黃子魚子。夜叉剖癭欲分甘，鑱龍藏頭敢言美。願隨蔬果得自用，勿使山林空老死。問君何事食木魚，烹不能鳴固其理。

朱彧《萍洲可談》卷二 東坡在黃州，手作菜羹，號爲「東坡羹」，自敍其制度，好事者珍奇之。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 藕實就蓬中乾者，爲石蓮子，取其肉，於砂盆中乾擦去浮上赤色，留青心爲末，少入龍腦，爲湯點，寧心志清神。然亦有粉紅千葉白千葉者，皆不實，如此是有四等也。其根惟白蓮爲佳，今禁中又生碧蓮，亦一瑞也。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 芝今世俗謂之菱角，所在有煑熟取，人食之代糧，不益脾。又有水菱亦芰也，但大而脆，可生食。和合治療，未聞其用。有人食生芰多則利及難化，是亦性冷。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 烏芋，今人謂之荸薺，皮厚色黑，肉硬白者，謂之猪荸薺。皮薄澤色淡紫肉軟者，謂之羊荸薺，正二月人採食之。此二等藥罕用，荒歲人多採以充糧。

阮閱《詩話總龜》後集卷二七《詠物門》 和耳。子美「豉化蓴絲熟」，又「鼓添蓴菜紫」。聖俞送人秀州，剩將鹽豉煑紫蓴。魯直鹽豉欲催蓴菜熟。同上

黃朝英《靖康緗素雜記》卷三《蓴羹》 晉陸機詣王武子，武子前有羊酪，指示陸曰：「卿吳中何以敵此？」陸曰：「千里蓴羹，末下一作未下鹽豉。」所載此而已。及覩《世説》，又曰：「千里蓴羹，但未下鹽豉耳。」或以謂「千里」、「末下」皆地名，是未嘗讀《世説》而妄爲之説也。或以謂千里者，言其地之廣，是益不思之甚也。如以千里爲地之廣，則當云蓴羹不必鹽豉，乃當云羹也。或以謂蓴羹不必鹽豉，乃得其真味，故云未下鹽豉。是又不然。蓋洛中去吳，有千里之遠，吳中蓴羹，自可敵羊酪，但以其地遠未可猝致耳，故云但未下鹽豉耳。意謂蓴羹得鹽豉尤美也。此言近之矣，今詢吳人信然。又沈文季謂崔祖思曰：「千里蓴羹，豈關魯、衛。」齊高帝曰：「蓴羹故應還。」蓋沈文季吳人也。子美詩曰：「我戀岷下芋，君思千里蓴。」張鉅山詩曰：「一出修道門，重嘗末下蓴。」二公以千里、末下爲地名。今詳陸答語，「千里蓴羹，末下鹽豉」，蓋舉二地所産之物，以敵羊酪。今以地有千里之遠，但未下鹽豉：何支離也。

王讜《唐語林》卷二《文學》 諸葛亮所止，令兵士獨種蔓菁者，何也？曰：取其甲，注啖，一也。葉舒者，煮食，二也。久居則隨以滋長，三也。棄去不惜，四也。回則易尋而採之，五也。冬有根可厭食，六也。比諸蔬屬，其利博哉。三蜀之人，今呼蔓菁爲諸葛菜，江陵亦然。

陶宗儀《説郛》卷二七下劉跂《暇日記》 北人樹上曬乾菜，冬春食之，詩所謂棲苴，言如鳥棲然。

江少虞《事實類苑》卷六三《蓬莪茂》 嶺南青薑根下如合捧，其旁附而生者，狀如薑，往往如大芋，南人取其中者乾之，名蓬莪术，北人則呼爲蓬莪茂。字書亦無茂字，名之爲术，乃是有人病淺痢者，取青薑磨酒煑服之多愈，蓋蓬莪术和氣耳。

趙令畤《侯鯖録》卷四《羹臛》 王逸注《楚詞》云：「有菜曰羹，無菜曰臛。」

趙令畤《侯鯖録》卷四《蘘荷》 細切曰鏖，全物曰葅。今中國皆言鏖，江南皆言葅。

朱弁《曲洧舊聞》卷四《具茨山産蕨》 具茨山亦産蕨。採藥者云，其根即黑

狗脊也。按：《本草圖經》，黑狗脊有一種，乃蕨也。而其下不云是蕨，蓋苗已老，修書者遺其説耳。具茨人雖採蕨爲蔬茹，然不知其名，但呼爲小兒拳。予遊龍福寺，見於道傍。自爾歲遺人採焉。山下人知其爲蕨，稍有珍之者。

朱弁《曲洧舊聞》卷四《五加皮》　藥有五加皮，其樹身、幹皆有刺，葉如楸，俗呼之刺楸。春採芽可食，味甜而微苦，或謂之苦中甜云。食之，極益人。予在東里，山中人歲常以此餉，因移植後圃。蓋無可玩者，特爲其芽可食耳。

朱弁《曲洧舊聞》卷九《熙寧末荒歉杭州水產蔬可充飢》　熙寧末，浙西荒歉，杭州境内産物如珠，可炊可飯，水産蔬如菌，可以爲菹，民賴以充飢，蓋前此不聞也。

洪皓《松漠紀聞》卷二　女真多白芍藥花，【略】無生薑，至燕方有之，每兩價至千二百，金人珍甚，不肯妄設，遇大賓至，縷切數絲實楪中，以爲異品，不以雜之飲食中也。

曾慥《類説》卷二九《雞跖集》　蕈蕠。《雜俎》曰：蕈根羹之絶美，江東謂之蕈蕠也。觀出苦筍，而味反甜。歸宗寺造鹹薤，而味反淡。蓋山中佳物也。山中人語云：「簡寂觀前甜苦筍，歸宗寺裏淡鹹薤。」蓋紀實耳。張芸叟《簡寂觀》詩云：「偃松拂盡煎茶石，苦筍撐開禮斗壇。」《歸宗寺》詩云：「淡薤苦筍千人供，青磬華香一谷傳。」亦所以紀事也。

吴曾《能改齋漫録》卷一五《千里蕈羹未下鹽豉》　黄朝英《緗素雜記》云：「陸機云：『千里蕈羹，未下鹽豉。』史所載止此而已。或以爲千里、未下皆地名，是未嘗讀世説而妄爲之論也。《世説》云：『千里蕈羹，但未下鹽豉耳。』蓋洛中去吴有千里之遠，吴中蕈羹，自可敵羊酪。第以其地遠，未可卒致，故云但未下鹽豉耳。意謂蕈羹得鹽豉尤美也。」以上皆黄説。予謂黄引《世説》，以攻未下爲地名之論，甚當。但推尋句意未盡，何者？或人以未下爲地名，正以史削去「但」一字而已。使其不削「但」一字，或人之疑亦無從而起矣。予以黄論未詳明，故推而明之。

鄭樵《通志》卷七六《昆蟲草木略第二・木類》　榆曰零榆，曰白枌，曰白榆，曰刺榆也。

鄭樵《通志》卷七六《昆蟲草木略第二・木類》　榆即大榆也，生莢如錢，古人採其初生者作糜羹，食之令人多睡。故嵇康謂榆令人瞑也。今不復食者，惟用作醬，取陳者良。其皮至粘滑，可如榆，瀹而爲蔬，滑美勝於白榆。《爾雅》云：樞，荎。《唐風》云：山有樞。即其類有十數種。榆即大榆也，生莢如錢，古人採其初生者作糜羹，食之令人多睡。故嵇康謂榆令人瞑也。今不復食者，惟用作醬，取陳者良。其皮至粘滑，可膠瓦石，北人用膠磴觜。儉歲農人食之以當糧。有一種刺榆，有鍼刺如枳，其葉

羅願《爾雅翼》卷三《釋草・卷耳》　卷耳，菜名也，幽冀謂之襘菜，雒下謂之胡枲，江東呼爲常枲。葉青白色似胡荽，白華細莖，可煮爲茹，滑而少味。又謂之常思菜，傖人皆食之。又以其葉覆麴作黄衣。崔寔《四民月令》曰：伏後二十日爲麴，至七月七日乾之，覆以胡枲，故古人采之。

羅願《爾雅翼》卷三《釋草・茉莔》　茉莔，婦人所采，今車前草是也。大葉長穗生道邊，喜在牛跡中生，故曰車前，又名當道也。幽州人謂之牛舌草，江東呼蝦蟆衣。可煮作茹。

羅願《爾雅翼》卷四《釋草・葵》　葵爲百菜之主，味尤甘滑。魯漆室之女，葵爲馬踐，知憂及國，公儀休相魯，食於舍而茹葵，愠而拔之，不欲奪園夫之利。葵有赤莖、白莖，復有大小之異，又有鴨脚葵。葵子雖經歲不浥，微炒令燁炸，散著濕地遍踏之，朝種暮生，遠不過宿。早種者十月末，地將凍，散子勢之。正月

末亦可，五月初更種之。以春者既老，秋菜未生，種此相接。六月一日種白莖秋葵，白莖者宜乾。九月作葵菹、乾葵。蓋葵一歲凡得三茬。《士虞禮》：夏秋用生葵，冬春用乾葖，皆滑物。道家之法，十日一食葵菜，所以調和五臟。

羅願《爾雅翼》卷四《釋草・蕵》 蕵蕵，蒿也。《說文》曰：蕵可以烹魚。其葉似艾，白色，長數寸，高丈餘，好生水邊及澤中。正月根牙生旁莖正白，生食之，香而脆美，又可蒸爲茹，江東用羹魚，漢廣之。《詩》曰：翹翹錯薪。言刈其蕵，夫翹翹錯薪，不敢斥采也。言秣其駒而已。刈楚猶薪之微者也。蕵則菜耳，此言無思犯禮之甚也。【略】

蕵今古以爲珍菜，《大招》曰：吳酸蒿蕵，不沾薄只。王逸曰：蒿，蘩草也，蕵，香草也。蒿一作茞，茞菜也。言吳人善爲羹，其菜若蕵，味無沾薄，言其調也。又曰：沾，多汁也，薄，無味也。言吳人工調鹹酸，愉蒿蕵以爲鹽，其味不醷不薄，適其美也。蓋蕵多生於吳。郭氏亦云：江東用羹魚，則吳人尤能調和之。如後世千里蓴羹，未下鹽豉之比。《淮南子》曰：煎熬焚炙，調齊和之，適以窮其白莖，以苦酒浸之，脆美，可案酒。《本草》別本注云：荇菜生水中，葉似蓴，莖澁，根極長，江南人多食。

羅願《爾雅翼》卷五《釋草・荇》 荇，接余，其葉苻。陸璣云：白莖，葉紫，赤色，正圓，徑寸餘，浮在水上，根在水底，與水深淺等，大如釵股，上青下白。鷰云：莕與荇葉相似，葉大如手赤圓。有肥者著手中，滑不得停。莖大如匕柄，葉可以生食，又可羹，滑美。江南人謂之蓴菜，或謂之水葵，諸陂澤水中皆有。鄭小同亦云：江南名之蓴菜，生陂澤水中。但今蓴小於荇。陸璣所說蓴則大於荇。今蓴菜自三月至八月，莖細如釵股，黃赤色，短長隨水深淺，名爲絲蓴。九月十月漸麤硬，十一月，萌在泥中麤短，名瑰蓴，味苦體澁，取以爲羹，猶勝雜菜，宜雜鮒鯉爲羹，又宜老人。又今吳人呼蓴菜鱸魚，蓋魚之美者，復因水菜以羊之。兩物相宜，獨爲珍味，然以鱔鼈爲之，更足生病。古人云：俗無良醫，枉死者半拙醫療病，不如不療。喻如宰夫以鱔鼈爲蓴羹，食之更足成病，豈充饑之可望乎。《周禮》有莕菹，用此物爲菹。鄭大夫讀莕爲荇。謂荇初生者，故杜音。鄭義並不從。然莕既爲蓴，後鄭及許叔重皆云鳧葵，而蜀本《圖經》稱蓴葉似鳧葵，則有異同。《本草》有蓴又有鳧葵者，蓋本草以荇爲鳧葵也。干寶又解莕云：今之鼈蹏草，堪爲菹，江東有之。何承天云：此菜出東海，堪爲菹醬，益不可用。

羅願《爾雅翼》卷五《釋草・葱》 葱本白而末青，青色尤美。《爾雅》曰：青謂之葱。考古者佩玉有葱珩，以玉色如葱色得名。馬之青驪稱驄，亦取義於葱，而望氣者，言鬱鬱葱葱，言條暢也。古作膾，春用葱脂，亦用葱菹，軒辟雞宛脾，皆切葱薤實諸，醯以柔之。物之用葱者多，故禮爲君子擇葱薤，則絕其本末。至進食之禮，葱渫處末。渫，烝葱也。在豆處醯醬之左，言末者殊加也。【略】

羅願《爾雅翼》卷五《釋草・薤》 薤似韭而無實，亦不甚葷。古禮脂用葱，膏用薤，脂，羊牛麋鹿之屬。膏，犬豕之屬。蓋物各有所宜。今薤與牛肉同食，令人作瘕瘕是也。少儀曰：爲君子擇葱薤，則絕其本末，爲其本末有萎乾者也。麋鹿魚爲菹，麕爲辟，雞野豕爲軒，兎爲宛脾，切葱若薤實之，醯以柔之。言此四物其作之狀，以醋與葷菜淹之，悉皆濡孰殺肉及腥氣。蓋雖葷物，乃能去腥，故古人不棄而用之。【略】夫物英華之美者，莫如芝，故蓮曰水芝，芋曰土芝，蜜曰衆口芝，薤曰菜芝。蓋昔之記，務光翦薤，以入清泠之淵。今有薤葉篆傳者，以爲務光所作。潘岳賦曰：饘負霜。

羅願《爾雅翼》卷五《釋草・荇》 荇，杜子春讀爲幸。《說文》作力久切，以洋宮詩讀之思樂泮水，薄采其茆。魯侯戾，止在泮飲酒。《說文》音爲叶。陸璣云：茆與荇葉相似，葉大如手赤圓。有肥者著手中，滑不得停。莖大如匕柄，葉可以生食，又可羹，滑美。江南人謂之蓴菜，或謂之水葵，諸陂澤水中皆有。鄭小同亦云：江南名之蓴菜，生陂澤水中。但今蓴小於荇。陸璣所說蓴則大於荇。今蓴菜自三月至八月，莖細如釵股，黃赤色，短長隨水深淺，名爲絲蓴。九月十月漸麤硬，十一月，萌在泥中麤短，名瑰蓴，味苦體澁，取以爲羹，猶勝雜菜，宜雜鮒鯉爲羹，又宜老人。又今吳人呼蓴菜鱸魚，蓋魚之美者，復因水菜以羊之。兩物相宜，獨爲珍味，然以鱔鼈爲之，更足生病。古人云：俗無良醫，枉死者半拙醫療病，不如不療。喻如宰夫以鱔鼈爲蓴羹，食之更足成病，豈充饑之可望乎。《周禮》有莕菹，用此物爲菹。鄭大夫讀莕爲荇。謂荇初生者，故杜音。鄭義並不從。然莕既爲蓴，後鄭及許叔重皆云鳧葵，而蜀本《圖經》稱蓴葉似鳧葵，則有異同。《本草》有蓴又有鳧葵者，蓋本草以荇爲鳧葵也。干寶又解莕云：今之鼈蹏草，堪爲菹，江東有之。何承天云：此菜出東海，堪爲菹醬，益不

羅願《爾雅翼》卷五《釋草・芹》 水芹，二月三月作英時，可作菹及熟爓食之。葉似苦蘵，花白色而無實，根赤白色。《周禮》醢人加豆之實，用水草則有芹菹。深蒲，其朝事之豆，則有昌本菟菹。《禮記》曰：常豆之菹，水草之和氣也，其醢陸産之品也，加豆陸産也。其醢水物也，水草之和氣，則芹菟深蒲昌本之屬，然亦或在加豆耳。【略】采菽之詩，刺幽王於諸侯之至，不能錫命以禮。故首章采菽者，大豆之葉，可以爲臛，乃牛俎之鉶羹。次章采樆泉中之芹，蓋微物矣。

羅願《爾雅翼》卷六《釋草・蘋》 苹，萍其大者蘋，葉正四方，中拆如十字，根生水底，葉敷水上，不若小浮萍之無根而漂浮也。故《韓詩》曰：沈者曰蘋，浮者曰藻。藻音瓢，即小萍也。蘋亦不沈，但比萍則有根，不浮游爾。五月有花白色，故謂之白蘋。《吕氏春秋》曰：菜之美者，崑崙之蘋萍焉。陸璣《詩義疏》曰：可糝蒸爲茹。又苦酒淹以就酒。采蘋之詩大夫妻所以承，先祖共祭祀，故采蘋於南澗之濱。又采藻菜於行潦而享之。鄭箋曰：問蘋藻者，於魚湆之中，是鉶羹之羞。古者婦人將嫁，三月教以四德，教成之祭，牲用魚，羞之以蘋藻。蘋藻水物與魚相宜，如會膳食者。魚則宜菰皆水物，所以明婦順也，亦蘋之言，賓藻之言。澡柔順潔清，取以爲戒。

羅願《爾雅翼》卷六《釋草・蘧蔬》 出隧蘧蔬。郭氏曰：蘧蔬似土菌，生菰草中，甜滑，今江東啖之。菰，蔣草也，江南呼爲茭草，根久盤厚，則夏月生菌。菌即謂之菰菜，利五臟。雜鯉爲羹。《吕氏春秋》曰：菜之美者，越駱之菌。則古者重之久矣。《荆楚歲時記》：九月九日事中，稱菰菜地菌之流，作羹甚美，鱸魚作膾白如玉，一時之珍。張季鷹在洛忽思吴中鱸魚菰菜，請假而反，斯之謂也此明，亦用菰菜羹鱸羹。今説者或云翰所思是蓴菜，恐不然爾。《説文》曰：菰，蔣也，蔣即謂此菌，然非詩所謂蒋菲者。陳藏器乃云菰蒋上如菌。蒋是菰根，歲久浮水上者。今菰首亦佳蔬可食，別見菰中。

羅願《爾雅翼》卷六《釋草・芋》 芋，《説文》曰：大葉實根駭人，故謂之芋。徐鍇曰：芋猶吁吁驚辭，故曰駭人。又曰：齊謂芋爲莒。【略】卓王孫有云：吾聞岷山之下沃野，下有蹲鴟，至死不饑。詳其始意，本謂壤土肥美，粒米狼戾，鴟鳶下啄，因蹲伏不去耳。而前世相承，謂蹲鴟爲芋，言蜀川出者，形圓而大，狀若蹲鴟，云芋或訛作羊。故南朝有謝人饋羊者，以蹲鴟爲言，顔之推記之以訓子孫。唐開元中，蕭嵩奏請注《文選》，東宫衛佐馮光進解蹲鴟，云今之芋子即是着毛蘿蔔。嵩聞大笑。又芋之大者，前漢謂之芋魁，《後漢書》謂之芋之號。昔漢桓帝永興中，令災傷郡國皆種蔓菁，以助民食。【略】

渠、渠魁，皆言大也。《廣志》又言有君芋、車轂芋等凡四種，大如瓶，葉如繖蓋，緋色紫莖長丈餘，易熟長味，芋之最善者也。有百果芋畝收百斛，又有百子芋，凡爲十四種。而《本草》唐本注有青芋、紫芋、白芋等凡六種。青芋毒多，須灰汁易水煮熟乃堪食。紫芋正爾蒸煮食之，白芋等兼肉作羹大佳。野芋大毒，不堪噉也。

羅願《爾雅翼》卷六《釋草・蒟》 《蜀都賦》曰：其園則蒟蒻、茱萸。劉淵林曰：蒟，蒟醬也，緣木而生，其子如桑椹，熟時正青，長二三寸，以蜜藏而食之，辛香温調五藏。又解蒻云：蒻，草也，根名蒻頭，大者如斗，其肌正白，以灰汁煮則凝成，可以苦酒淹食之。蜀人珍焉，則是蒟與蒻爲二物，而《本草》蒻頭味辛，擣碎，以灰汁煮成餅，五味調和爲茹食。生吴蜀，一名蒟蒻，是蒟蒻爲一物耳。今人相沿，亦呼蒟蒻。

羅願《爾雅翼》卷六《釋草・薑》 《説文》曰：薑禦溼之菜也。【略】古者諸侯燕食所加三十一物，有牛鹿田豕爵鶉鵪蜩范菱椹棗栗之屬，而終於薑桂。而孔子亦不徹薑食，言齊雖禁葷物，薑辛而不臭，故不徹去之，非特齊也。喪有疾飲酒食肉，必有草木之滋焉，以爲薑桂之謂也。《南都賦》曰：蘇蔈紫薑，拂徹羶腥。蓋去羶腥之最。紫薑者，紫色之薑。而《上林賦》又有茈薑，張揖則以茈薑爲子薑。云《魏志》倭國有薑，不知爲滋味，而梁代裴子野言，從來不食薑，或譏之云：孔稱不徹，裴乃不嘗。又何異也。《吕氏春秋》和之美者，陽樸之薑，招搖之桂，越駱之菌。吴孫權使介象買蜀薑作鱠。管子曰：五位之土，羣藥安生。薑與桔梗，小辛大蒙。

《荊楚歲時記》：十一月採經霜蕪菁葵等雜菜，乾之爲鹹菹，有得其和者，並爲金釵色。菹既甜脆，汁亦酸美，呼其莖爲金釵股，醒酒所宜也。《急就章》曰：老菁蘘荷冬日藏。《詩》曰：我有旨蓄，亦以御冬。蓋此之謂也。荊州包匭菁茅。孔氏曰：菁以爲菹。《呂氏春秋》亦曰：菜之美者，具區之菁。則菁之見貴舊矣。

羅願《爾雅翼》卷六《釋草・董》 薑，苦堇。釋曰：可食之菜也。郭云：今堇菜葉如柳，子如米，汋食之滑者。《本草》唐本注云：此菜野生，非人所種，俗謂之堇菜。葉似薤，花紫色。《本草》云：堇汁味甘，說者以爲堇苦而言甘者。古人語倒猶甘草，謂之大苦也。觀緜之詩，言沮漆之間，土地肥美，則曰周原膴膴，堇荼如飴。堇荼皆苦菜也，地既饒美，其所生菜雖有性苦者，皆甘如飴，則此地將可居矣。是堇得地味亦甘也。《內則》曰：棗栗飴蜜以甘之，堇荁粉榆免薨，滫瀡以滑之，脂膏以膏之。言養老者懼其腸澼，故用此物調和飲食。荁亦堇類，冬用堇，夏用荁。《廣雅》曰：夏荁秋堇，滑如粉是也。

羅願《爾雅翼》卷六《釋草・藥》 藥，菜之微者也。故韓子曰：堯之王天下也，糲粱之食，藜藿之羹。莊子曰：孔子窮於陳蔡間，七日不火食，藜羹不糝。糝，米糝也，言其絕糧，雖藜羹中不辦有糝。又曾子以蒸藜不熟出其妻。季路食藜藿之實，而爲親負米於百里之外。物雖微矣，聖賢多食之。《山海經》曰：秦山有草焉名曰藜，如荻可以爲菹。郭璞曰：爲治也。《毛詩》北山有萊。義疏曰：萊，藜也，莖葉皆似王芻。今兗州蒸以爲茹，謂之萊。案：藜乃蒿蓬類。故《月令》則藜莠蓬蒿並興。

羅願《爾雅翼》卷六《釋草・蘿》 拜蔣蘿。釋曰：亦似藜，而葉大者名拜，一名蔣蘿。《莊子》云：藜蘿，柱宇是也。《左傳》云：蓬蒿藜蘿。按：《爾雅》有灰蘿，子炊爲飯香滑，葉心有白粉似藜，心赤莖大，堪爲杖，亦殺蟲，人食爲藥，不如白蘿也。按：今灰蘿絕似苜蓿，但苜蓿苗葉紅可愛，而灰蘿則苗葉上微白如灰色，爲異耳。

羅願《爾雅翼》卷七《釋草・芣》 芣者，今之地黃，古以爲菜，鉶羹用之。《禮記》曰：鉶毛牛藿羊芣豕薇。考蓋物各有所宜，古者祭祀賓客，有大羹鉶羹。大羹者，太古之羹，鑊中煑肉汁，不調以鹽菜及五味，盛之於登。鉶羹者，謂陪鼎腳膮臐用藿芣薇，調以五味，盛於鉶器。蓋鉶羹以所盛器爲名，盛於豆則名庶羞爾，皆天官亨人供之三牲，所以用此者，猶婦教成之祭牲用魚，芼之以蘋藻，各有所宜，亦牛羊山陸之物，藿芣，山陸之菜。豕近水，薇垂水，魚及蘋藻生水中，以類求之。今《禮記》羊芣作苦，則苦菜爾。

羅願《爾雅翼》卷七《釋草・蒠》 蒠莖豬，郭氏以爲五味，今五味子是也。皮肉甘酸，核中辛苦，都有鹹味，味既具矣。故其字從味，且能兼養五藏也。《典術》曰：五味者，五行之精，仙人羨門子服之。而《本草》直云：味酸者，木以酸爲主，又所出不同，亦各偏勝。如出高麗者多肉而酸甘，出青冀者過酸，出建平者味苦不害，其兼有五味也。

羅願《爾雅翼》卷七《釋草・蔓》 薔虞蔓。郭氏云：即蔓之生水澤者也。蔓類甚多，有紫蔓、赤蔓、青蔓、馬蔓、水蔓、香蔓、木蔓等，紫赤二蔓，葉小狹而厚。青香二蔓葉相似，馬水二蔓葉俱濶大，上有黑點。諸蔓花皆紅白，子赤黑。木蔓一名天蔓，蔓生葉如柘，花黃白，子皮青滑。其最大者名龍已，見別章中。蔓者妨稼之草，故《詩》曰：以薅荼蓼。荼蓼朽止，黍稷茂止，然於調和有用。故《內則》云：膾秋用蔓，鶉羹、雞羹，鴈醷之蔓。醷謂切雜之也。

羅願《爾雅翼》卷七《釋草・芥》 芥似菘而有毛，味極辛辣，其類甚多，似菘者名青芥，有紫芥，莖葉皆紫，作鱐食之最美。有白芥子麤大，色白如粱米。舊周興嗣次千文云菜重芥薑左傳季郈之雞鬬季氏介其雞謂以芥播其羽大抵南土多芥。《嶺表錄異》曰：廣州地熱，種麥則苗而不實，北人將蔓菁子就彼種者，出土即變爲芥。《嶺南異物志》曰：南土芥高者五六尺，子如雞卵。廣州人以巨芥爲鹹菹，埋地中有三十年者，貴尚親賓，以相餉遺。

羅願《爾雅翼》卷八《釋草・芙蕖》 荷，芙蕖，其莖茄，其葉蕸，其本蔤，其華菡萏，其實蓮，其根藕，其中的，的中薏。李巡曰：芙蕖，其總名也，別名芙蓉。郭璞曰：蔤莖下白蒻，在泥中者，今江東人呼荷華爲芙蓉，北方人便以藕爲荷，亦以蓮爲荷。蜀人以藕爲茄，或用其母爲華名，或用根子爲母葉號，此皆名相錯，習俗傳誤，失其正體者也。《毛詩義疏》曰：芙蕖莖爲荷，其葉未發爲菡萏，已發爲芙蕖，其實蓮，青皮裹白子爲的，的中有青。長三分如鉤爲薏。語曰：苦如薏者也。的五月中生，生嗽脆，至秋表皮黑。的成可食可磨以爲飯，輕身益氣，令人强健，又可爲糜。

羅願《爾雅翼》卷一一《釋木・椒》 椒實多而香，故唐詩以椒聊喻曲沃之蕃衍盛大，聊語助也。陳詩貽我握椒。《周頌》有椒其馨。《離騷》云：雜申椒與菌

桂，懷椒精而要之。《九歌》云：奠桂酒兮椒漿，播芳椒兮成堂。【略】云荆楚之俗，正月一日，長幼悉正衣冠以次拜賀，進椒酒。崔寔《月令》云：過臘一日，謂之小歲，拜賀君親，進椒酒從小起。成公綏《椒花銘》云：肇惟歲首月正元日。是知小歲則用之。漢朝元正則行之，後世率以正月一日，以盤進椒，飲酒則撮實酒中，號椒盤焉。【略】《蜀都賦》丹椒。《爾雅》以櫬爲大椒，謂叢生實大者。又曰：椒櫬醜棘棘英。子聚生成房貌，今江東亦呼棘。云樹有針刺葉堅而滑澤。每葉中亦有刺。蜀人作茗，吴人作茗，皆煮其葉以爲香。又東海諸島上有椒，子長而不圓，其味如橘皮。島上麋鹿食此葉者，其肉自然作椒橘香。范子計然曰：蜀椒出武都，赤色者善，秦椒出天水隴西，細者善。

羅願《爾雅翼》卷一二《釋木・桂》 桂，江南木，百藥之長。屈原《遠遊》曰：嘉南州之炎德兮，麗桂樹之冬榮。【略】【略】《尸子》乃云：春華秋英曰桂。《吴都賦》云：丹桂灌叢。古者薑桂爲燕食，庶羞和之。美者招搖之桂，切桂置酒中，謂之桂酒。列仙有桂父服桂葉以顧腦和之《吕氏春秋》云：桂枝之下無雜木，良不誣。今臨安人目之曰豆菜，連菜，云蜀人以爲漫頭，號巢菜，以東坡詩求之，良不誣。今臨安人目之曰豆菜，連云：彼美君家菜，鋪田緑茸茸。豆莢圓且小，槐芽細而豐。漢東人以豌豆苗爲角子實，則知豌豆苗莢即巢菜也。

梁克家《淳熙三山志》卷四一《物産・菜蔬》 水蓍。音芹，生池澤中，可爲生菜，亦可作菹。有兩種，荻芹取根白色，赤芹取莖葉。

梁克家《淳熙三山志》卷四一《物産・菜蔬》 葱。有數種，入藥用山葱，胡葱，食品用陳葱、漢葱，凡葱皆能殺魚肉毒。冬瓜，即白瓜也，生苗蔓下，大者如斗而更長，皮厚而有毛，初生青緑，經霜生粉，乃取藏蓄彌年可作菜果。

紫蘇。葉下紫而甚香，夏採莖葉，秋採實，一名荏。

薄荷。葉尖，冬不死，夏秋採莖葉暴乾。

梁克家《淳熙三山志》卷四一《物産・菜蔬》 海藻。葉大生深海底。《爾雅疏》：藻，水草也，楊州人以當穀食。《埤雅》云：善療瘤癭。

紫菜。附石生海上，生青，取乾則紫，其莖纖而希，其味尤珍，出福清者佳。

鹿角菜。生海中，亦能解麵熱。

梁克家《淳熙三山志》卷四一《物産・菜蔬》 芋。陶隱居云：蜀川生者形圓而大，狀如蹲鴟，謂之芋魁。閩中出者形長而大，細者如卵，生芋魁傍，食之尤美，州北下洋尤多。

范成大《吴郡志》卷二九《土物上》 茭葉葵，晉張翰所思者。按：菰即茭也，菰首吴謂之茭白，甘美可羹，而葉殊不可啜。疑葉衍或誤。今人作鱸羹乃necessarily以蓴，尤有風味。

史浩《兩鈔摘腴》 越中有蕺草，葉似蕎麥，地肥亦能蔓生，莖紫赤色，多生山谷陰處。《吴越春秋》云：越王嗜蕺，嘗采此山，故名。《本草》云：關中謂之菹葉。《齊民要術》亦有蕺菹法，然生擷之，微有臭氣，凶年民厭根食之。諺曰：豐年惡爾臭，荒年賴爾救。今所謂魚腥草是，爐火家謂之天蕎麥，能爛五石作泥。

蜀蔬有兩巢菜，大巢豌豆之不實者，小巢生稻中，東坡所賦元修菜也。吴中絶多名，漂摇草一名野蠶豆，俗以油煠粉餌，綴之米糝，名蓼花，取其近似也。放翁詩云：新煠餳枝綴紅糝。煠綴二字頗新。

趙彦衛《雲麓漫抄》卷五 東坡云：菜之美者，有吾鄉之巢，故人巢元修嗜之，余亦嗜之。元修云：使孔北海見，當復云吾家菜耶，因謂之元修菜。東坡詩云：彼美君家菜，鋪田緑茸茸。豆莢圓且小，槐芽細而豐。漢東人以豌豆苗爲菜，云蜀人以爲漫頭，號巢菜，以東坡詩求之，良不誣。今臨安人目之曰豆菜，連角子實，則知豌豆苗莢即巢菜也。

周煇《清波别志》卷二 趙州瓜鼈自昔著名，瓜以小爲貴，味甘且脆。漢使至，用定盆貯于各位門，任取以食。煇北征亦得品嘗，仍攜數枚歸。家僕李太者夙俾治醬，因得漬瓜法。北客賞其逼真。既老辭去，仗以自給。紹興辛巳，駕幸江上，經從無錫，小黄門入市偶售以奉玉食。後屢宣索，亦嘗呼唤至北内御厨主者，遣詢鄉里。初謂爲河北人，既知非河北人，乃厚勞遣回不爾，其留隸役歟。

談鑰《嘉泰吴興志》卷一八《食用故事》 水菜，舊編云：合溪蘆菔極脆美，水亦甘潔，土人就以水滌漬入鹽爲水菜，甚有名，堪置以饋送。

蒸嘗菜，《統記》云：土人以蘋爲蒸嘗菜。

談鑰《嘉泰吴興志》卷二〇《物産》 芡。《本草》謂之雞頭，一名芡。陶隱居曰：以花似雞冠，故名雞頭。陳士良云：有幹根，名芰菜，可作蔬菜食之。今土人多種，葉如盤，貼水多刺，實大如雞頭，破之得數十子，顆顆勻圓。用沙淅去滑膩，内之黄者肉嫩，青者肉硬，惟半青黄者謂之合熟，甘滑有佳味。又言：芡性暖，謂之水硫黄，以其花日中開也。菱花夜開晝合，故性寒。芰菜土人呼爲雞冠菜，以充蔬，亦可煮爲羹。

芹。《吴興記》云：烏程温山出御芹。《本草》注芹有三種，荻芹根白色，赤芹莖葉青紫，堪作菹。今鄉土種惟白芹，冬至後作俎，甚甘美，春後不食。俗云入春生蟲子。

瓜。《舊編》云烏程甜瓜有名。《本草》瓜有數種，有白東瓜，胡瓜，有胡瓜，有越瓜。甜瓜有青白二種，胡瓜北人呼爲黄瓜，越瓜生白小者，糟藏之，今鄉土皆有之。越瓜郡俗呼生

瓜，謂可生食也。

蕒。今添，統記云：長興縣西湖出佳蕒，嘗供德清沈顗兵荒，采蕒芹根供食。今水鄉亦種，夏初來賣，軟滑宜羹，夏中輒麤澁不可食，不如吳中者。至秋初亦軟美，此張翰所以思也。

蘿蔔。《舊編》云：合豁者最佳，歲嘗入貢，蘇東坡所謂消梨、繳者鹽水漬之，可以致遠。性便黃土，故山鄉尤宜種。《本草》作菜菔，《爾雅》曰荎蘆菔，皆音蔔。注云：紫花菘，又云濕菘。

菰白。今添。《本草》菰根一名茭白。今水鄉亦多種，色白者美，帶黑點者不佳。

蔓青。舊編云雖非土產，近亦有之。

萵苣。《本草》有萵苣，又云有紫色者，又有白苣，又云吳人無白苣，嘗植野苣供廚饌，今鄉土無句苣。

苦蕒。《本草》有家苦蕒，又有野者。今鄉土有之，僧道菴寺尤多種，可頻采，食耐久。故諺云：三月食苦。又有生菜，杜工部所謂春盤生菜細者是也。

談鑰《嘉泰吳興志》卷一八《食用故事》 水菜，舊編云：合溪蘆菔極脆美，水亦甘潔，土人就以水滌，漬入鹽，爲水菜，甚有名，壘置以饋送。

蒸嘗菜，《統記》云：土人以蘋爲蒸嘗菜。

朱熹《詩經集傳》卷八《七月》 六月食鬱及薁，音郁。七月亨音烹。葵及菽，音叔。八月剝棗，音走。十月穫稻，叶徒苟反。爲此春酒，以介眉壽。叶殖西反。七月食瓜，叶音孤。八月斷壺，九月叔苴，音疽。采荼音徒。薪樗，敕書反。食音嗣。我農夫。賦也，鬱棣屬薁櫻。薁也葵菜，名菴耳也。剝，擊也。穫稻以釀酒也。介，助也。介眉壽者，頌禱之辭也。壺，瓠也，食瓜斷壺，亦去圃爲場之漸也。叔，拾也。苴，麻子也。荼，苦菜也。樗，惡木也。○自此至卒章，皆言農圃飲食、祭祀、燕樂，以終首章後段之意。而此章果酒嘉蔬，以供老疾，奉賓祭瓜。瓠、苴、荼以爲常食，少長之義，豐儉之節然也。○九月築場圃，音布。十月納禾稼，叶古護反。黍稷重平聲。穋音六，叶六直反。禾麻菽麥。

洪邁《容齋續筆》卷二《苦蕒菜》 吳歸命侯天紀三年八月，有鬼目菜生工人黃耇家，有買菜生工人吳平家，高四尺，厚三分，如枇杷形，上廣尺八寸，下莖廣五寸，兩邊生葉綠色。東觀案圖，名鬼目作芝草，買菜作平慮草，以耇爲侍芝郎，平爲平慮郎，皆銀印青綬。《唐五行志》，中宗景龍二年，岐州鄠縣民王上賓家，有苦蕒菜，高三尺餘，上廣尺餘，厚二分。說者以爲草妖。予案買菜即苦蕒，今俗呼爲苦篤者是也。天紀、景龍之事甚相類，歸命次年亡國，中宗後二年遇害，雖事非此致，亦可謂妖矣。平慮草不知何狀。楊雄《甘泉賦》「并閭」注，如淳曰：「并閭，其葉隨時政，政平則平，政不平則傾也。」顏師古曰：「如氏所說，自是平慮耳。」然則亦異草也。鬼目見《爾雅》，郭璞云：「今江東有鬼目草，莖似葛，葉員而毛，如耳璫也，赤色叢生。」《廣志》曰：「鬼目樹，大者如木子，小者如鴨子，七月、八月熟，色黃，味酸，以方草木狀》曰：「鬼目樹，大者如木子，小者如鴨子，七月、八月熟，色黃，味酸，以蜜煮之，滋味柔嘉，交趾諸郡有之。」《交州記》曰：「高大如木瓜而小，傾邪不周正。」《本草》曰：「鬼目，一名東方宿，一名連蟲陸，名羊蹄。」

洪邁《容齋三筆》卷三《兔葵燕麥》 劉禹錫《再游玄都觀詩序》云：「唯兔葵燕麥，動搖春風耳。」今人多引用之。予讀《北史邢邵傳》載邵一書云：「國子雖有學官之名，而無教授之實，何異兔絲燕麥，南箕北斗哉！」然則此語由來久矣。《爾雅》曰：「顛似葵而葉小，狀如藜；雀麥即燕麥，有毛。」《廣志》曰：「田中菟絲，何嘗可絡。道邊燕麥，何嘗可穫。」皆見於《太平御覽》。《上林賦》：「蔵析苞荔。」張揖注曰：「析，似燕麥，音斯。」葉庭珪《海録碎事》云：「兔葵，苗如龍芮，花白莖紫。燕麥草似麥，亦曰雀麥。」但未詳出於何書。

洪邁《容齋三筆》卷六《蕨萁養人》 自古凶年饑歲，民無以食。往往隨所值以爲命。如范蠡謂吳人就蒲嬴於東海之濱；蘇子卿掘野鼠所去中實，及齧雪與旃毛并咽之；王莽教民煮木爲酪；南方人饑餓，晏入野澤掘鳧茈；鄧禹軍士食藻菜；建安中，咸陽人拔取酸棗、藜藿以給食；晉郗鑒在鄒山，兗州百姓掘野鼠、蟄燕；幽州人以桑椹爲糧，魏道武亦以供軍；岷、蜀食芋。如此而已。吾州外邑嶸崿山在樂平、德興境，李羅萬斛山在浮梁、樂平、鄱陽境，皆綿亘百餘里，山出蕨萁。乾道辛卯、紹熙癸丑歲旱，村民無食，爭往取其根。率以此章果酒嘉蔬，以供老疾，奉賓祭瓜。瓠、苴、荼以爲常食，少長之義，豐儉之節然也。○九月築場圃，音布。十月納禾稼，叶古護反。黍稷重平聲。穋音六，叶六直反。禾麻菽麥。古人不知用之，傳記亦不載，豈他邦不產此乎？

陸游《老學庵續筆記》卷一 梅宛陵詩，好用「案酒」，俗言「下酒」也，出陸璣《草木疏》：「荇，挼余也。白莖，葉紫赤色，正圓，徑寸餘，浮水上，根在水底，與之深淺。莖大如釵股，上青下白。煮其白莖，以苦酒浸之，脆美可案酒。」今北方

多言「案酒」。

陳仁玉《菌譜・稠膏蕈》 邑西北孟谿山，窅邃深莫測，秋中山氣重，霏雨零露，浸釀，山膏木腴，蓓爲菌花，戢戢多生山絶頂高樹杪，初如藻珠圓瑩，類輕酥滴乳，淺黄白色，味尤甘勝。已乃傘張大幾掌，味頓渝矣。春時亦間生，不能多。合蕈他邦猶或有之，此菌獨此邑此山所産，稠膏得名，土人謂稠木膏液所生耳。故尤可貴。釀法，當徐下鼎，瀋伺滭沸漉起，謹勿匕撓，撓則涎腥不可食。性參和衆味而特全於酒，烹齊既調，温厚滑甘，雉尾蕈不足道也。或欲致遠，則複湯蒸熟，貯之瓶罌，然其味去出山遠矣。

施宿《會稽志》卷一七《草部》 荇，《爾雅》曰：菩接余，亦或謂之鳧葵，故會稽人亦謂之荇菜，叢生水中，莖如釵股，葉在莖端，隨水淺深。陸機《爾雅疏》云：接余上青下白。釀其白莖以苦酒浸之，脆美可案酒。

施宿《會稽志》卷一七《草部》 芹，《詩》曰：薄沸檻泉。言采其芹水菜也，一名水英。《爾雅》謂之楚葵。《列子》以爲客有獻芹者，鄉豪取而嘗之，蜇於口，慘於腹也。芹實嘉蔬，今和荠或以醯醬和之，爲菹絶妙。列禦寇之言殆出北方未嘗食芹者爾越城白馬山産芹最美。

蓴字一作純。泮宫曰：思樂泮水，薄采其茆。茆即蓴也，久食大宜人，合鮒魚食之佳，尤宜老人。葉如荇菜而紫，莖大如箸，柔滑可羹。《齊民要術》云：蓴性易生，水深則莖肥而葉少小，淺則葉多而莖瘦。陸士衡云：吴中有千里蓴羹，但未下鹽豉爾。然蕭山湘湖之蓴特珍，柔滑而腴。方春小舟采蓴者滿湖中。山陰故多蓴，然莫及湘湖者，或云温病起者勿食，犯之輒死。

陶宗儀《説郛》卷二三上曾三異《同話録》 蓴羹

千里蓴羹，未下鹽豉，世多以淡煮蓴羹，未用鹽與豉相調。知非也，蓋末字誤書爲未。末下乃地名，此二處産此二物耳，其地今屬江干。

祝穆《古今事文類聚》前集卷六《天時部・食生菜》 東晉李鄂，立春日命以蘆服、芹芽爲菜盤相饋貺。《拾遺》唐立春日，春餅生菜號春盤。《四時寶鏡》齊《月令》：立春日食生菜，取迎新之意。安定郡王立春作五辛盤，以黄柑釀酒謂洞庭春色。《夢華録》

祝穆《方輿勝覽》卷四《安吉州》 金鏊玉膾蘇子瞻嘗云：吴興庖人斫松江鱸鱠，絲滑，鱸鱠雪花肥。

李志常《長春真人西遊記》卷上 【略】重九日，至回紇昌八剌城。其王畏午兒與鎮海有舊，率衆部族及回紇僧皆遠迎。既入，齋于臺上，洎其夫人勸葡萄酒，且獻西瓜。其重及秤，甘瓜如枕許。其香味蓋中國未有也。

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一五《節序門・立春》 薦春菜。東晉李鄂立春日命以蘆服芹芽爲菜盤相餽貺。《拾遺》：唐立春日，春餅生菜號春盤。《四時寶鑑》、《齊民月令》：立春日食生菜，取迎新之意。安定郡王立春作五辛盤，以黄柑釀酒謂洞庭春色。《夢華録》

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・蔬》 吾蜀冬蔬。蔓菁宿根已生芙，韭芽戴土拳如蕨。爛蒸香齊白魚肥，碎點青蒿涼餅滑。宿酒初消春睡起，細履幽畦撥芳辣。茵陳甘菊不負渠，鮮緑堆盤纖手抹。北方苦寒今未已，雪底波菱如鐵甲。豈知吾蜀富冬蔬，霜葉露芽柔更茁。久拋松菌猪細事，苦竹江豚那忍説。明年投劾徑須歸，莫待齒搖并髮脱。坡

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・蔬》 韭萍是擣。石崇爲客作豆粥，咄嗟便辦，每冬得韭萍壹。王愷密問其帳下，云豆至難熟，豫作熟味，客來但作白粥，投之韭萍壹，是擣韭根，雜以豆苗耳。《晉書》

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・芥》 格物總論。芥多種，有青芥、黄芥、紫芥、白芥，白芥似菘而有毛，味辣，好作菹，甚快且辣。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・芹》 格物總論。芹，楚葵也，字亦作靳，生水中，有兩種，荻芹取根白色，赤芹取莖葉，堪作菹。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・菘》 格物總論。菘有二，有春菘，有秋菘，與蔓菁相似，菜中有菘最爲常食，性和利人，有以子之北地種之，即化爲蕪菁，蕪菁之南地種之亦然，疑若一種也。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六〇《蔬門・蘘》 格物總論。蘘，蕨也，多，比是今人可食者，葉可作菹羹亦佳，《詩》所謂其甘如薺是也，食之利五臟云。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六〇《蔬門・葑》 格物總論。薺類亦根如紫草，莖有青紫色，末如小兒拳。春二三月採，山中人作茹食之。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六〇《蔬門・萵苣》 格物總論。苣數種，有苦苣，有白苣，又有紫苣，皆可食。葉有白毛爲白苣，即野苣也，又名鵝苣。今人家常食者白苣，江外嶺南吴人無白苣，營植野苣以供厨饌，生食之所謂萵苣也。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六〇《蔬門・蒿》 格物總論。蒿多種，一名萋蒿，一名同蒿，一名邪蒿，邪蒿根葉似青蒿，細軟味辛温，作羹食良，宜與胡荽同食，同蒿不及也。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六〇《蔬門・胡荽》 格物總論。胡荽根苗葉皆細，可同邪蒿食及作羹良，并人呼爲香荽，冬蔬也。今有一種名石胡荽，亦名鶏不食草，止堪入藥用，非此。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六一《蔬門・芋附蒟》 格物總論。芋數種，叢生，有君子芋，大如斗魁，又有青邊芋，淡善芋，大如瓶，葉如蓋，緗色，紫莖，春二月畦而種之，秋末冬初，可掘取而食也。蒸不及煨爲妙。諸之類亦多，與芋同時採之。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六一《蔬門・筍附猫筍、苦筍、筍脯》 格物總論。筍，竹牙也，數種，各以時而生，而其滋味亦各有不同者，然皆以鮮而嫩者爲佳，日乾甚耐久藏，野人致滋味煮成豉，以備蔬食，尤妙者也。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六一《蔬門・甘菊》 格物總論。甘菊莖紫氣香而味甘，可作羹，春月採之爲佳，亦有花甚小，重陽可採以泛酒。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二四《蔬部・蔬菜》 紀要

孔子雖蔬食菜羹瓜祭。《論語》雖蔬食菜羹，未嘗不飽。《孟子》孔子窮于陳蔡之間，顔回擇菜。《莊子》後漢宣秉常蔬食瓦器。《漢書》後漢崔瑗愛士好賓客，盛修肴膳，殫極滋味，不問餘産，居常食菜羹而已。《漢書》范宣挑菜傷指，大泣曰：身體髮膚不敢毀傷故也。《藝文類聚》吴隱之爲廣州清操愈勵，常食不過蔬菜乾魚而已。《本傳》朱宇種蔬三十品，時雨之後，按行園圃，曰天茁此徒，助予鼎俎。《豫章記》梁武帝大官常膳惟以菜蔬。《本紀》齊江泌性仁孝，食菜不食心以其生意，惟食老葉而已。《本傳》盧懷慎爲吏部尚書，卧病既久，宋璟從愿嘗相與訪焉。懷慎臥於敝簀，門無簾箔常器，重壤及從愿見之甚喜，命設食，有蒸豆兩甌，菜數葅而已。《太平廣記》劉崇龜以清儉自居，常召同列食苦薏。《北夢瑣言》菜品中蕪菁菘芥之類，遇旱其標多結成花，或如蓮花，或作龍蛇之形，此常性無足怪者。熙寧中，李賓客及之知潤州，園中菜花悉成荷花，各有一佛坐于花中，形如雕刻，莫知其數，暴乾之，其相依然。或云李君之家奉佛甚謹，故有此異。《筆談》汪信民常言人常咬得菜根，則百事可做，胡康侯聞之，擊節歎賞。《開見録》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二四《蔬部・薑》 紀要

楚惠王食寒葅，而得蛭遂吞之。新序石崇爲客作豆粥，咄嗟便辦，每食得韭萍虀。王愷密問其帳下，云豆至難熟，豫作熟味，客來但作白粥投之。韭萍虀是

擣韭根，雜以麥苗耳。《晉書》太宗皇帝命蘇易簡講文中子，有楊素遺子食經，羹菜含糗之説。上因問食品何物最珍，對曰：物無定味，適口者珍。臣止知蔥汁爲美，臣憶一夕寒甚，擁爐痛飲，夜半吻燥，中庭月明，殘雪中得一蔥盂，連咀數根，臣此時自謂上界仙厨，鸞脯鳳胎，殆恐不及。屢欲作冰壺先生傳，紀其事，因循未果也。上笑而然之。僧文瑩《玉壺清話》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二四《蔬部・元修菜》 紀要

菜之美者有吾鄉之菓，故人元修嗜之，余亦嗜之。元修云：使孔北海見當復云，吾家菜耶，因謂之元修菜。余去鄉十有五年，思而不可得。見元修適自蜀來，見余於黄，乃作是詩，使歸致其子種之東坡之下。坡詩序蜀蔬有兩菓，大菓豌豆之不實者，小菓生稻畦中，東坡所謂元修菜是也。吴中絶多，名漂摇草，一名野蠶豆，但人不知取食耳。予小舟過梅市得之，始以作羹，風味宛如在醴泉蓋頤時也。放翁詩序

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二五《蔬部・芋》 碎録

芋，上芝。《本草》齊人呼爲莒。《説文》有君子芋，大如斗魁，又有青邊芋味淡，芋大如瓶葉如蓋，緗色紫莖。《廣志》

紀要

蜀卓氏曰：吾聞岷山之下沃野有蹲鴟，至死不饑。顔師古：蹲鴟，芋也。前漢《食貨志》汝南有鴻隙陂，郡以爲饒，翟方進爲相奏罷之。王莽時旱，郡中追怨，作童謡曰：壞陂誰，翟子威，飯我豆食羹芋魁。言不生稻粱，惟生豆芋。《本傳》徐無鬼見魏武侯，侯曰：先生居山林食芋栗，厭葱韭以寡，去聲寡人久矣。《莊子》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二五《蔬部・葱》 碎録

葱凡四種，入藥用山葱、胡葱，食只用凍葱、漢葱。《本草》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二六《蔬部・木耳》 碎録

采采卷耳不盈頃筐。詩秋甲子雨，禾頭生耳。《朝野僉載》又有石耳。《爾雅》木耳一名苓耳，白花細莖，蔓生，可煮爲茹。《本草》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二六《蔬部・薺》 碎録

緑薺草可食。《本草》葉可作菹羹。《詩》云：誰謂荼苦，其甘如薺是也。《本草》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二七《蔬部・萵苣》 萵苣即野苣也，可以供厨

饌，人種爲菜生食之。《本草》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二七《蔬部・芹》 碎録

芹水菜也。詩注芹亦作靳，生水中。《本草》芹有兩種，荻芹取根白色，赤芹取莖葉，可作菹。《本草》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二七《蔬部・蓴菜》 碎録

蓴生水中，葉似鳧葵，春夏細長肥滑，三月至八月爲絲蓴，九月至十一月爲蓴，四月蓴生莖，而葉舒長名絲蓴。《齊民要術》

朱葉名雉蓴，第一肥美。《本草》諸菜之中，蓴爲第一，四月蓴生莖，而葉繁者。《本草》

豬蓴，又曰龜蓴，又有石蓴絲蓴者。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二七《蔬部・豆腐》 紀要

世傳豆腐本淮南王術。朱文公《詩注》

吴自牧《夢粱録》卷一八《物産・菜之品》 諺云：「東菜西水，南柴北米。」

杭之日用是也。苔心矮菜、矮黄、大白頭、小白頭、夏菘。黄芽，冬至取巨菜，覆以草，即久而去腐叶，以黄白纖瑩者，故名之。芥菜、生菜、菠薐菜、萵苣、苦蕒、葱、薤、韭、大蒜、小蒜、紫茄、水茄、梢瓜、黄瓜、葫蘆、冬瓜、瓠子、芋、山藥、牛蒡、茭白、蕨菜、蘿蔔、甘露子、水芹、蘆笋、鷄頭菜、藕條菜、薑、薑芽、新薑、老薑。菌，多生山谷，名「黄耳蕈」，東坡詩云：「老楮忽生黄耳蕈，故人兼致白芽薑。」蓋大者淨白，名「玉蕈」，黄者名「茅蕈」，赤者名「竹菇」，若食須薑煮。

司農司《農桑輯要》卷五《瓜菜》 菠薐一名赤根。

《博聞録》：菠菜過月朔乃生，須二十七八間種之，月初即生。新添菠薐，作畦下種，如蘿蔔法。春正月、二月皆可種，逐旋食用。食不盡者，滾湯内掠熟曬乾，遇園枯時，温水浸軟，調食甚良。秋社後二十日種者，可於窖内收藏，冬季常食青菜。

萵苣

新添萵苣，作畦下種，如前法。但可生芽，先用水浸種一日，于濕地上鋪襯，置子於上，以盆椀合之，候芽微出則種。春正月二月種之，可爲常食。秋社前一二日種者，霜降後可爲醃菜。如欲出種，正月、二月種之，九十日收。

同萵

新添同萵，作畦下種，亦如前法。春二月種，可爲常食。秋社前十日種，可爲秋菜。如欲出種，春菜食不盡者，可爲子。

人莧

新添人莧，作畦下種，亦如前法。但五月種之，園枯則食。如欲出種，留食不盡者，八月收子。

藍菜

《務本新書》二月畦種苗高，剥葉食之，剥而復生，刀割則不長。加火煠之，以水淘浸，或炒爨，或拌食，或包酸餡，或捲餅生食，頗有辛味。五月園枯，此菜獨茂，故又曰主園菜。食至冬月，以草覆其根，四月終結子，可收作末。此芥末。根又生葉，又食一年，陝西多食此菜。若中人之家，但能自種三兩畦藍菜，并一二畦韭，周歲之中，甚省菜錢。

司農司《農桑輯要》卷六《藥草》 苜蓿，【略】凡苜蓿春食，作乾菜，至益人。

陶宗儀《説郛》卷六〇下潛夫《南宋市肆記》 菜蔬

薑油多，薤花茄兒，辣瓜兒，倭菜，藕鮓，冬瓜鮮，笋鮓，茭白鮓，皮醬，糟瓊枝，蓴菜笋，糟黄芽，糟瓜薑，淡鹽薑，鮓菜，醋薑，脂麻辣菜，拌生菜，諸般糟淹，鹽芥。

潘自牧《記纂淵海》卷九二《果實部・蓮實》 傳記：蓮荷實曰菡萏《説文》其實蓮其中菡萏中意。《爾雅》菡萏五月中生，生噉脆，至秋表皮黑。菡成可食，或可磨以爲飯。輕身益氣，令人强健。詩疏

潘自牧《記纂淵海》卷九二《果實部・菱》 史魚弘爲湘東王鎮西司馬，述職西上道中乏食，緑路采菱作菱飯給所部。《梁書》

潘自牧《記纂淵海》卷九二《果實部・芡》 經加籩之，實菱芡棗脯。《周禮》

潘自牧《記纂淵海》卷九六《竹部・筍》 本朝東坡曾邀劉器之同參玉版和尚，至廉泉寺燒筍而食之，器之覺筍味勝，問何名也，東坡曰名玉版也。

陳達叟《疏食譜》 啜菽。菽，豆也，今豆腐條切淡煮，蘸以五味。禮不云乎，啜菽飲水。素以絢兮，瀏其清矣。

陳達叟《疏食譜》 羹菜。凡畦蔬根葉花實，皆可羹也。先聖齊如，菜羹瓜祭。移以奉賓，乃敬之至。

陳達叟《疏食譜》 薦韭。春薦韭，一名鍾乳草。四之日蚤，嘲風祭韭。我思古人，如蘭其臭。

陳達叟《疏食譜》 玉延。山藥也，炊熟片切，漬以生蜜。山有靈藥，録于仙方。削數片玉，漬百花香。

陳達叟《疏食譜》 銀薑。黄薑，白水，薑椒和之。泠泠水白，剪剪銀黄。齑鹽

風味，牙齒宮商。

陳達叟《疏食譜》 玉版。筍也，可羹可茹。春風抽筍，冬雪挑鞭。淇奧公族，孤竹君孫。

陳達叟《疏食譜》 雪藕。蓮根也，生熟皆可齒嚼。中虛七竅，不染一塵。豈但爽口，自可觀心。

陳達叟《疏食譜》 玉酥。蘆菔也，作玉糝羹。雪浮玉糝，月浸瑤池。咬得菜根，百事可爲。

周密《武林舊事》卷六《菜蔬》 姜油多，薤花茄兒，辣瓜兒，倭菜，藕鮓，冬瓜鮓，筍鮓，茭白鮓，皮醬，糟瓊枝，蓴菜筍，糟黃芽，糟瓜薑，淡鹽薑，鮓菜，醋姜，脂麻辣菜，拌生菜，諸般糟淹，鹽芥。

周密《癸辛雜識前集・葵》 今成都麪店中呼蘿蔔爲葵子，雖曰市井語，然亦有謂。按《爾雅》曰：「葵，蘆菔也。」郭璞以葩爲菔，俗呼雹葵，先北反。或作菊，釋曰：「紫花松也，一名葵，蓋其性能消食、解麪毒。」《談苑》云：江東居民歲課藝，初年種芋三十畝，計省米三十斛；次年種蘿菔三十畝，計益米三十斛，可見其能消食。昔有波蘿門僧東來，見人食麪，駭云：「此有大熱，何以食之！」及見蘿菔，曰：「賴有此耳。」《洞微志》載齊州人有《病狂歌》曰：「五靈菜蓋晚玲瓏，天府由來汝府中。惆悵此情言不盡，一丸蘿菔火吾宮。」後遇道士作法治之，云：「此犯天麥毒，按醫經蘆菔治麪毒。」即以藥并蘿菔食之，遂愈，以其能解麪毒故耳。

張志純《南園漫録》卷九《雞叟》 雞叟，菌類也，唯永昌所産爲美且多，雲南亦有，頗粗。永昌以東至永平縣界尤多，但鎮守索之動百觔，夷人製之鹵莽，故通不可食。此物惟六月大雷後斯出於山中，或在松下，或在林間，不定也。出一日采者朶小而嫩，五六日即爛矣。采得洗取土晾，以鹽炙烘乾，少有炲即不堪食。采後過夜，則香味俱盡，所以爲難雞，以其形言叟飛而歛足，貌雞，作蛾全誤。叟作堶，以爲菌亦通。

李日華《六研齋二筆》卷二 劉孟希云：永興湘湖蓴菜，三月採盡，至秋則無人採矣。不知孟希特見永興之蓴耳，春蓴如亂髮不足采，秋蓴長丈許，中止一二尺，生水甚滑，一二尺外皆棄物耳。春蓴嫩不堪作羹。季鷹秋風之思，正在此一二尺間也。

脱因、俞希魯《至順鎮江志》卷三《歲時・立春日》 釘春盤。摭遺：東晉李鄂立春日，命蘆菔芹芽爲菜盤相餽貺，江淮人多效之。《四時寶鏡》：唐立春日，春餅生菜，號春盤。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《藏菜白菜附》 藏菜出郡城，肥白而長，名箭幹菜。冬月醃藏，以備歲，故名。《吳邑志》

白菜有二種，根大而莖短，名蓮花白，根圓而長，名箭幹白。《建昌府志》

白菜其形類菘，莖闊而短，正月中下子，謂之看燈菜。七八月下子分種，至冬而盛，謂之冬旺菜。別種莖似箭幹，曰箭幹菜，並鹽藏備歲。冬初分種，至春生薹，揀食，旁復生苗作花，夏初取其子壓油，謂之油菜。冬月畦圃間塌地而生，曰盤科菜，烹羌尤佳。《松江府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《生菜》 生菜有二種，葉多者謂之盤生，脆嫩可食故名。《鎮江府志》生菜叢生如葵，細切加熟油生食，因名。《松江府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《塌科菜》 按：《松江府志》即白菜。

塌科菜，冬月烹茸最佳。《姑蘇志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《芥菜》 芥菜似菘而有毛，其子如粟粒。三月間薹長尺餘，幹大如指，亦可醃藏。又一種名黃農芥，矮小味極佳。《姑蘇志》

將陳芥菜子陶淨研之，入醋共研，用麻布絞乾，濾去相，置壺中，冷水浸久之，取出澆粉，并浸藏菜，勝蒜菜。多人亦矣。《姑蘇志》

芥辣自古用之，記見芥醬，必知獻魚膾是也。《菲雪録》

芥菜季春則長薹心，長尺餘，大如指，吳人皆醃藏餅甕中，夏秋方食。又有黃農芥矮小而味極辛辣。《蘇州府志》

【略】夫芥之爲物，心多而耐久，味辣而性温。可搗取汁以供庖饌，尤烈烈可愛，是以鮮沉酣，消煩滯，亦蔬茹中之芥然者。是宜受辛於薤曰而見娟於盤飧也，可不種哉。《王氏農書》

芥菜葉似烏菘而有毛，味辛辣。冬種，至春三月生薹，亦可鹽藏。其子極細，研爲膏，螫舌芳辛，即古人所謂芥醬。又一種矮小曰黃農芥，味尤香美。《松江府志》

蜀芥，芸薹取葉者，皆七月半種，地欲糞熟。蜀芥一畝用子一升，芸薹一畝用子四升，種法與蕪菁同。既生亦不鋤之。十月取蕪菁訖時，收蜀芥中爲鹹淡二菹，亦任爲乾菜。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《芥藍》 此菜亦芥屬，其翠如藍，故名芥藍。

按月割之，旁復叢生。食先用滾湯瀹過，旋以冷水澆之，乃取鼓汁香油好酒并鹽抄和之，其味甚豐。或取其莖并葉淹之，亦香脆可食。蜀中有萬年青與此極相類，但此一年一種，萬年青累歲不易科，味稍若耳。《興化府志》

芥藍葉藍而厚，青碧色，亦菜之美者，臺心尤佳。《八閩通志》

藍菜，《務本新書》云：二月畦種，苗高，剥葉食之，剥而復生，刀割則不長。加火煮之，以水淘浸，或抄爆，或拌食，或包餕餡，或捲餅，生食頗有辛味。五月園枯，此菜獨茂，故曰主園菜。至冬月，以草覆其根，四月中結子，可收作末，此芥末。根又生葉，可食一年。陝西多食此菜。《王氏農書》

芥藍葉厚如蒼蓮，色穠翠如藍，味極腴美。出此地者，根大如芋，可入醬食。閩中食六有之。近歲閩人携其子藝之，學圃遂傳郡中顧清。《松江府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《甜菜即蒼蓮》 蒼蓮作畦下種如蘿蔔法，春二月種之，夏四月移栽。園枯則食，如欲出子，留食不盡者，地凍時出於煖曦收藏，來年春透可栽。收種或作蔬，或作羹，或作菜乾，無不可也。《王氏農書》

蒼蓮葉微厚而滑，味甜可美，又名甜菜。《建昌府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《臭菜》 臭菜味酢而滑，【略】葉厚而長，有毛刺，可爲羹。始生又可生食。《食物本草》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《白花菜》 白花菜，味甘氣臭，性寒，生食苦，淹以爲菹。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《菠菜》 霜雪十月内，以水沃之，以備冬食，又宜以香油炒食尤美。春月出臺，嫩而又佳，至春暮莖葉老時，用沸湯揉過曬乾，以備園枯時，食用甚佳，實四時可用之菜也。《王氏農書》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷二《雍菜》 瓮菜莖蔓生，中虚，葉如蒼耳，南京有之。洗浄，用油水綽過，作菹，香甘滑脆可口，亦可糟食，菜中之佳品也。【略】《齊民要術》《廣州記》云：雍菜生水中，可以爲菹也。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《枸杞》 枸杞秋宜採葉，冬宜採莖。實枸杞當用梗皮，地骨當用根皮，枸杞子當用紅實者。味苦性寒無毒，取葉和肉作羹，食之尤佳。

枸杞其莖、其實、其根皆入藥用，其葉可爲菜茹。掘取根而畦種之，澆水加糞如種他菜法。俟其苗葉盛時，採取之，用湯瀹過，薄洒以鹽，曝之半乾，即納甕中，封蓋如法。每食取以添羹，於人最爲有益而勝他菜。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《蕨菜》 蕨菜生山谷間，人作茹食之。【略】蕨粉，根搗洗澄清，逕成粉，可以充飢。性冷，不可久食。《日用本草》

蕨菜，葉初長如拳可食，根可粉，甘滑而性冷。廣昌縣尤多。《建昌府志》

蕨根舂以爲粉，謂之山粉。《温州志》

蕨菜出曲阜，三月初生無葉，時居人採之爲菹，即毛詩傳所謂鱉也。《山東通志》

《爾雅》云：蕨，鼈也，初生可茹，其根可以爲粉。《八閩》

蕨，《爾雅》蕨，鼈。疏云：江西謂之鼈。今按蕨芽爲鱉，可爲菜茹。其根未抽葉時，可治爲粉。【略】《興化府志》

蕨粉，郡民於七八月間，多取其根搗爛，用水濾過，澄之經宿成粉，可作糕，食度飢歲，久有敗賣他郡者。同上

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《浮藤》 浮藤菜，廣人種之成畦，與菜同賣。莆地多野生者，葉圓而厚，藤相糾纏，子紫黑色。取葉作羹甚滑，俗呼蝳菜，謂羹蝳，其味相宜也。《興化府志》

藤菜，宋蘇軾詩：豐湖有藤菜，可以敵蓴羹。《一統志・惠州》

豐湖有臙脂藤，生滑美，大類蓴。故坡詩有豐湖有蓴菜，可以敵蓴羹。《雪錄》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《紫菜》 紫菜，閩南四美，此其一也。此菜海氣蒸石而生，色紫，故以紫菜名。其生黏帶石上，潮來浸之浮散峯巒，然潮退則膠粘子石，其嫩者就石上搓取之，今貨賣成索者是也。其長者則摘取之，今貨賣解散者是也。凡賣不爲僞，則色紫味香，其或澆米潘及水以取重者，則色香俱減矣。其食法，用油鹽乾炒，或用油鹽葱酒抄和，以生菜葉包裹火煨之，或以糝羹，或生置炭火上乾炙之，其味尤香。《本草》謂凡海菜皆療瘤癭結氣等疾，故海旁人無此患。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《石花菜》 石花生海石上，布葉如蜈蚣脚。此物性寒，六月肉成凍，或以作生，以油醋和，食之甚脆。其色與赤菜同，染家曬白之與赤菜同用。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《虎栖菜》 生海石上，穗長二三尺許，葉如闌蓙，微黑色。煮熟暴乾藏之，用姜醋抄和而食，或用油抄食，但頗澁耳。《興化府

志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《羊栖菜》 生海石上，長四五寸，微黑色。食法同虎栖菜。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《苔垢菜》 紫菜取盡後，就上復生苔衣，狀類浮垢，故曰苔垢。刮取，和油醋生食之，或作羹甚滑。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《礪菜》 此菜生海邊沙地上，長半寸許成族，色緑，爬取洗淨，煠食之，有礪味。用姜醋及油作生食亦可。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《苔菜》 有乾有濕，隨人調製，皆可食。《漳州府志》

苔菜生海島，最能去毒。《温府州志》

緑色如亂絲狀，生海石上可食。《八閩通志》

此海苔也，生於新安里前流者佳極了，諸港次之。有乾苔，俗呼苔葱，用油鹽炒食之，與豕肉相宜。有濕苔，用醋食之，極浮滑，蒲人以此充菜茹。但有疥者食則叢瘡。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《柚鼓》 生海邊泥泊上，葉蒼蒨如黛，歲飢和米煮粥可食。《漳州府志》

生海邊泥泊上，葉似箭竹葉而兩相對，苗青根黄，無花實。秋採根，於長流水洗過，日曝爲乾蓋。漢州乾蓋法，以水淹蓋三日，去皮，又置流水中六日，更刮去皮，然後鹽炒食之，極浮滑，蒲人以此充菜茹。但有疥者食則叢瘡。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷四《蔥》 水晶蔥宜薑醋浸，蒜宜糖醋浸，可食。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷四《蔥》 古作膾，春用蔥脂，亦用蔥葅，軒辟鷄宛脾，皆切蔥薤，實諸醢以柔之物之，用蔥者多，故禮爲君子。

蔥大者爲蔫蔥，小者爲湯蔥，皆可調羹，亦有曰胡蔥者，蓋野産也。《九江府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷四《馬蘭菜》 馬蘭亦生得化湖澤中，香美可茹，亦可乾用。《九江府志》

馬蘭味辛温，生水澤，採爲菜茹。根治嘔血，擂汁飲之，立止。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《薤菜》 薤菜味辛，生山谷泉石間，根菜皆可食，根尤佳。《邵州府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《睡菜》 睡菜，五六月生田塘中，葉類茨菰，根亦名却睡草。《北户録》

薤菜生山谷泉石間，味辛，根葉皆可食，而根尤佳。《邵州府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷三《睡菜》 睡菜，五六月生田塘中，葉類茨菰，根如藕梢，土人採根爲鹽菹。或云食之好睡。郭子横云：五味草，食之不使人睡，即今大蒜，每頭六七瓣，收條中子種者，一年爲獨蒜，再種之則皆六七瓣矣。小曰蒜，葉似細葱而澁。頭小如薤，即今山蒜。【略】或結葉亦佳，嫩薹亦可爲蔬。又一種澤蒜，可以香食，吴人調鼎率多用此根鮮菹，更勝葱韮。此物易滋蔓隨斷隨合，熟時採子漫散種之。按：諸菜之葷者，惟宜採鮮食之，經日則不美。惟蒜雖久而味不變，可以資生，可以致遠。施之臭腐，則化爲神奇，用之鼎俎，則可代醯醬，旅途尤爲有功。《王氏農書》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷五《蘿蔔》 蘆菔，南方所通美者，生熟皆可食，醃藏腊豉，以助時饌，凶年亦可濟饑。功用甚廣，不可具述，其可不知所種或。《王氏農書》

蘿蔔，《本草》謂之萊菔，其根有圓如盃盤者，有長如臂指者。生嚼之味辛，醃而食之味香，曝而脯之，其香殊甚。莆中菜脯，此是一風味也。又有紅蘿蔔及番蘿蔔，色黃可點茶。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷五《蔓菁》 六月種蔓菁，耕地要熟，一畝用子三升，勻撒種。葉可以採食。至十月取根，一畝可出數擔。早收者根細如植。饑年一頃，可活百人。其葉可作乾菜。子可打油，然燈甚明。同芝蘇煉熟，與清油無異。《農桑撮要》

蔓菁一名蕪菁，《爾雅》曰葑。《說文》蕪菁也，即《詩》採葑採菲之葑也。河東太原所出者根極大，他皆大及，又出吐穀中，故北地多種。此葉似菘而根不同，四時仍有，春食苗，夏食心，謂之薹子，秋可爲菹，冬根宜蒸食，菜中之最益者。常食通中益氣令人肥健其子九蒸九曝，可擣爲粉塗帛者資之。亦可爲油，陝西惟食此油，燃燈甚明，能變蒜髮。《王氏農書》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷五《蔓菁》 蕪菁，《荊楚歲時記》十一月採。經雜菜乾之爲鹹菹。有得其和者並爲金釵色，菹既甜脆，汁亦酸美。呼薹爲金釵股，醒酒所宜也。《急就章》曰：老菁蓑荷冬日藏。《詩》曰：我有旨蓄，亦以御冬。蓋此之謂也。

蕪菁即蔓菁也，蘿蔔即下菜服，音萄今俗呼蘿蔔是也。此二菜北土種之尤多。蕪菁四時仍嚙，春食苗，夏食心，亦謂之薹子，秋食莖，冬食根。河朔猶多種，亦可以備饑歲，菜中之最有益者惟此耳。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷五《甘藷》 甘藷，蓋薯芋之類，或曰芋之類，根葉亦如芋，實如拳，有大如瓦者，皮紫而肉白，蒸熟食之，味如薯蕷。性不甚冷。舊珠崖之地，海中之人，皆不業耕稼，惟掘地種甘藷。秋熟收之蒸曬，切如米粒，食圖貯之，以充糧糗，是名藷糧。北方人至者，或盛具牛豕膾炙而末以甘藷薦之若粳。宗然大抵南人二毛者，百無一二，惟海中之人壽百餘歲者，由不食五穀而食甘藷故耳。《南方草木狀》

《南方草木狀》曰：甘藷二月種至十月乃成，邳大如鵝邳，小者如鴨卵。掘食蒸食，其味甚甜。經久，得風乃淡泊。出交阯、武平、九真、興古也。《異物志》曰：甘藷似芋，亦有巨魁，剝去皮，肌肉正白如脂肪，南人專食以當米穀，蒸炙皆香美，賓客酒食亦施設，有如果實也。《齊民要術》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷五《芋》 芋一名土芝，齊人曰莒，蜀呼爲蹲鴟，在可食。葉有白毛爲白莒，紫色爲紫莒，苦味爲苦莒，即野莒也，又名褊莒。今人家常食者，白莒也。江外嶺南，吳人無白莒，但種野莒以供厨饌生食之，所謂蒿莒也。《農桑輯要》云：蒿莒作畦下種如菠薐法，但得生芽，先用水種浸一日，於濕地上布覆，置子於上，以盆椀合之，候芽漸出則種。春二月、正月種之可爲常食，秋社前一二日種者，霜降後可爲醃菜。如欲出種，正月二月種之，九十日收。其莖嫩如指大，高可踰尺。去皮蔬食，又可糟藏，謂之蒿笋。生食又謂之生菜，

四時不可闕者。《王氏農書》

鎮江等處，多去皮醃藏點茶，白而脆，過者多買以歸餽客。味苦冷微毒，可常食。

萵苣葉心抽薹，名爲萵苣，可糟食之。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷五《白苣》 白苣味苦寒，【略】葉心抽薹，名萵笋，或醃或糟，曝乾之甚佳。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷五《蕈》 蕈即菌也，多生松陰濕地。生春日有香蕈，惟深山至陰之處在在有之。其法：用乾心木、橄欖木，名曰蕈榾，先就深山下斫倒仆地，用斧班駁剝木皮上，候陰濕經二年，始間出，至第三年，蕈乃偏出。每經立春後，地氣發泄，雷雨震動，則交出木上。始採取，以竹篾穿掛焙乾。至秋冬之交，再用工偏木敲擊，其蕈間出，名曰蕈。惟經雨則出多，所製亦如春法，但不若春蕈之厚耳大。率厚而小者香，味俱勝。又有一種逕當請向日處間出小蕈，就木上自乾，名曰日蕈。此蕈尤佳，但不可多得。今春蕈用日曬乾，同謂之日蕈，香味亦佳。《菽園雜記》

【略】採趁生，煲食香美，曝乾則爲乾香蕈。今深山窮谷之民，以此代耕，殆天苗此品，以遺其利也。《王氏農書》

竹蕈生叢篠中，柔白如菌，人食之，先以灰煲其汁如血。去汁再煲，味殊佳。宋陳仁玉《菌譜》云：生竹根味極甘，當與筍通譜，而菌爲北阮矣。九華志

蕈亦有數種，惟茅山玉蕈爲勝。《鎮江府志》

有菌甚鮮美，作羹其味未有逾於此者。雷過即生須疾將，稍遲非腐則老，故呼爲雷菌。亦有曝乾作腊雖佳，不如鮮烹者遠甚。予謂即滇南之雞棕，燕窠之屬，但此物不多產耳。《日詢手鏡》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷六《蓴》 蓴菜，二月至八月名絲蓴，味甜體軟，霜降後名瑰蓴，味苦體澁，取以爲羹，味甘寒，無毒，雜鯉魚作羹，下氣止嘔。《雜俎》曰：蓴根美之絕美，江東謂之蓴龜。《雞跖集》

蓴菜出華亭谷及松江，味甘滑，宜芼羹。葉似鳧葵，四月生，名雉尾蓴，最肥美。自此葉舒長足，莖細如釵股，短長隨水淺深，名絲蓴，五六月用之。

士洵按《世說新語》機對曰：有千里蓴羹，但未下鹽豉耳。故楊君謙《吳邑志》於蓴條下云：蓴惟宜淡煲，不得下鹽豉。此以未爲末，蓋不考之，誤若千里自是地名。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷六《荇》 荇菜生湖陂中，葉紫赤，員徑寸餘，浮水面，莖如釵股，上青下白，詩所謂參差荇菜是也，可醃爲菹。《食物本草》

荇菜似蓴，所結子爛煲之，味甘如蜜，名荇酥，士大夫不之知，遂爲野人漁父所食。《姑蘇志》

予外家王氏在陳湖，歲時餽此。云生湖中，取而蒸之，以爲屎菓，味甜軟可口，極有風味。其莖細如鬚，故號荇鬚。《姑蘇志》又名荇酥，得非以其味之近于酥歟。允齊

荇菜似蓴，所結子味甘，名荇酥。野人以採粉作糕，曰荇酥糕，美如飴蜜，而士大夫不甚知也。《松江府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷六《菰》 茭白即張翰所思菰也，一名蒲白。歲久葉中生薹如小兒臂，故名茭芋，或云茭之根頭爲首也。味甘脆，可生啖，煮以苦酒如食笋。今人用以爲菹，或以爲鮓，尤佳。許景迂有詩云：翠葉森森劒有稜，柔條鬆甚比輕冰。江湖若借秋風便，好與蓴鱸伴季鷹。今東蕩者爲勝。《蘇州府志》

茭白即菰也，八九月間生水中，味美可啖。各縣有之，惟吳縣梅灣村一種四月生，名呂公茭，茭中生米可作飯，即菰米飯也。然今未有作飯者。《姑蘇志》

茭白即菰也，生水中，八九月中心生薹如小兒臂，甘美可啖，一名茭手，亦作首，以根爲首也。一種中心抽苗，生米可作飯，即菰米飯也。其苗可以作帚。許景迂詩：翠葉森森劒有稜，柔條鬆甚比冰輕。江湖若借秋風便，好與蓴鱸伴季鷹。《松江府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷六《芹》 水芹生池澤中，有兩種，荻芹根之白者可葅，赤芹莖葉並堪作葅。《八閩通志》

《廣雅》云：蔣也，其米謂之雕胡。《廣志》曰：菰可食，以作席溫于蒲，生南方。《食經》云：藏菰法，好擇之，以蟹眼湯煲之，鹽薄洒，乾着燥器中，蜜塗稍用。《齊民要術》

《爾雅》曰：芹，楚葵。註：今水中芹菜。疏案：《本草》水芹，一名水英。陶註云：二月三月作英時，可作葅及瀹食之。又有渣芹，可爲生菜，亦可生噉。別本註云：芹有兩種，荻芹取根白色，赤芹取莖葉，並堪作葅及生菜是也。

水芹二月三月作英時，可作葅及熟瀹食之。一名水英。又曰芹有兩種，秋芹芹，《爾雅》曰楚葵也，《本草》曰水靳，音芹。

取根色白，赤芹取莖葉並堪作菹，及生菜味甘。杜子美詩所謂香芹碧澗羹是也。又有一種馬芹，《爾雅》曰茭。牛蘄註曰：似芹，可食菜也，而葉細銳，一名馬芹。與水芹蓋同類，而異出耳。

水蘄即芹菜也，一名水英，味甘性寒無毒。置酒醬中香美，芹菜，《本草》作靳。《爾雅》云芹，楚葵。疏云一名水英，可作菹及羹食之。有兩種，荻芹取莖，白色。赤芹取莖葉，赤色。生在高田者宜食之，生在水中者不宜食。孟詵云：有蟲在葉下，視之不見，食之爲患。《興化府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷六《苦賈》

可蒸爲茹。《九江府志》

苦賈俗呼黃麥菜。《建昌府志》

《詩・小雅》薄言采芑。傳：芑菜也。疏：正義曰陸機疏云芑菜似苦菜也，莖青白色，摘其葉白汁出，肥可生食，亦可蒸爲茹。青州人謂之芑，西河雁門芑尤美，胡人戀之不少塞是也。《詩經疏註》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷六《萇蒿同蒿附》

蓬蒿，春時摘苗食之。《蘇州府志》

蓬蒿生水邊，二三月中摘嫩苗醃之，用篩焙乾青色，和白芝麻點茶，甚有風味。允齊

同蒿者葉綠而細，莖稍白，味甘脆，春二月種，可爲常食，秋社前十日種，可爲秋菜。如欲出種春菜食不盡者，可爲子。俱是畦種。其葉又可湯泡以配茶茗，實菜中之有異味者。《王氏農書》

萇蒿味甘辛，生水澤中，葉似艾，青白色，長數寸，食之香脆而美。葉可爲茹。一種莪蒿亦美菜，一種邪蒿作羹臛佳。《食物本草》

蓬，蓬蒿也。《說文》曰：蓬可以烹魚。其葉似艾，白色，長數寸，高丈餘，好生水邊及澤中。正月根芽生旁，莖正白，生食之香而脆美，又可蒸爲茹。蓬，今古以爲殽菜。《大招》云：吳酸蒿蓬，不沾薄只。王逸曰：蒿，繁草也。蓬，香草也。蒿一作茏，茏菜也，言吳人善爲美。其菜若蓬，味無沾薄，言其調也。又曰：沾多汁也。薄，無味也。蓬多生于吳，郭氏亦云江東用羹魚，則吳人尤能調和之，如後世千里蓴羹，未下鹽豉之比。《爾雅翼》

蓬蒿即蒿之始生者，香美可茹，熟而淹之烘以火，可久蓄。出德化官湖。《九江府志》

賈銘《飲食須知》卷三《菜類》 馬蘭味辛性微温，醃藏作茹甚良。

草決明，味甘性涼，春採爲蔬，花子皆堪點茶。

薺菜，味甘性温，取其莖作挑燈杖可辟蚊蛾謂之護生，草其子名葶藶，味甘性平。飢歲采之，水調成塊，煮粥甚粘滑。

鹿藿，味甘性平，即野菉豆，生熟皆可食。其子可煮食，或磨麪作餅蒸。

灰滌菜，味甘性平，殺刺毛蟲蜘蛛咬毒。其子可磨粉炊飯。

香椿苗，味甘辛，性平，多食昏神，薰十二經脈。同豬肉熱麪食多，令人中滿。

五茄芽，味甘辛性温。

枸杞苗，味甘苦，性寒，解麪毒。與乳酪相反。

甘菊苗，味甘微苦，性涼，生熟可食。真菊延齡，野菊食之，傷胃瀉人。

菉豆芽菜，味甘性涼，但受鬱抑之氣所生，多食發瘡動氣。

竹筍，味甘性微寒，諸筍皆發冷血及氣，多食難化困脾。【略】桃竹筍味苦，有小毒，南人謂之黃筍，灰汁煮之可食，不爾戟人喉。酸筍出粵南，用沸湯泡去苦水，投冷井水中浸二三日取出，縷如絲繩，醋煮可食。凡煮筍，少入薄荷食鹽，則味不敗。或以灰湯煮過再煮乃佳。

盛如梓《庶齋老學叢談》卷下 巢菜有大巢小巢，大巢即豌豆之不實者，小巢生稻畦中，東坡所賦元修菜是也。其中名漂搖草，一名野蠶豆，人不知取食耳。放翁詩曰：此行忽以慕津路，自候風爐煮小巢。

王磐《墨書類編故事》卷二二《爛蒸葫蘆》

餧。呼左右曰：爛蒸去毛，莫拘折項。諸人相顧，以爲必蒸鵝鴨。良久就餐，每人前下粟米飯一椀，蒸葫蘆一枚。餘慶餐美，諸人强進而罷。東坡汁字韻詩却作盧懷謹，豈其偶忘之耶。《太平廣記》

葉子奇《草木子》卷三《雜制篇》 豆腐始於漢，淮南王劉安之術也。

朱權《原始秘書》卷九《飲饌食門》 豆腐。淮南王得仙術，始造豆腐。

朱權《原始秘書》卷九《飲饌食門》 食五辛。《風土記》云，元日食五辛煉形。注云：辛菜所以助發五臟。五辛即大蒜、小蒜、韮菜、蕓薹、胡荽是也。自秦漢

黃潤玉《寧波府簡要志》卷三《土產》 海苔，生象山海塗，人采之爲茹。

陸容《菽園雜記》卷六 菘菜，北方種之，初年半爲蕪菁，二年菘種都絕。蕪菁，南方種之亦然，蓋菘之不生北土，猶橘之變於淮北也。此説見《蘇州志》。

按：菘菜即白菜，今京師每秋末比屋醃藏，以禦冬。其名箭幹者，不亞蘇州所產。【略】

陸容《菽園雜記》卷一二 蘇東坡有云：紫李黃瓜村落香黃瓜，今四五月淹爲菹者是也。《月令》四月王瓜生苦菜秀。王瓜非今作菹之瓜，其實小而有毛，《本草》名萹蒲，京師人呼爲赤包兒，謂之瓜者，以其根相似耳。今人以其與苦菜並稱遂疑，即今黃瓜而反以黃字爲訛。

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷八《菜部・甘藷》 甘藷無毒

甘藷主補虛乏，益氣力，健脾胃，強腎陰，功同薯蕷。《本草綱目》地李時珍曰：按陳祈暢《異物志》云甘藷出交廣南方。苗按《稽含草木狀》云甘藷，薯蕷之類，或云芋類也，根葉亦如芋根，大如拳，甑蒸煮食之，味同薯蕷，性不甚冷，珠厓之不業耕者，惟種此，蒸切曬收以充糧糗，名諸糧。海中之人多壽，亦由不食五穀而食甘藷故也。時以二月種十月收之，用根質其根似芋，亦有巨魁大者如鵝卵，小者如雞鴨卵，剝去紫皮，肌肉正白如肌，南人用當米穀果食，蒸炙皆香美。初時甚甜，經久得風，稍淡也。味甘。性平。

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷八《菜部・酸筍》 酸筍無毒

酸筍主作湯食，止渴解酲利膈。《本草綱目》地李時珍曰：酸筍出粵南。顧玠《海槎録》云：筍大如臂，摘至用。沸湯泡去苦水，投冷井水中浸二三日，取出縷如絲繩，醋煮可食，好事者携入中州，成罕物云。味酸。性涼。

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷八《蔬菜部・南瓜》 南瓜無毒

南瓜主補中益氣。《本草綱目》。【略】

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷八《水菜部・苦瓜》 苦瓜無毒

苦瓜主除邪熱，解勞乏，清心明目。生生編子主益氣壯陽。《本草綱目》地李時珍曰：苦瓜原出南番，今閩廣皆種之。苗周憲王曰：苦以味名瓜，及荔枝、葡萄皆以實及莖葉相似得名。地甘。名錦荔枝，癩葡萄。李時珍曰：苦瓜有毛澁，葉似野葡萄，而花又開黃花，實大如雞子，有皺紋似荔枝。李時珍曰：苗引蔓，莖葉卷鬚，並如葡萄而小，結瓜長者四五寸，皮上疹瘟如癩及荔枝殼狀。熟則黃色自裂，內有紅瓤裹子，瓤味甘可食，其子形扁如瓜子，亦有疹瘟。南人以青皮煮肉，及鹽醬充蔬食，惟去皮穰滷食，味如山藥，同豬肉煮食更良，亦可蜜煎。色或綠或黃或紅。按：王禎《農書》云：浙中一種陰瓜，宜陰地種之，秋熟色黃如金，皮膚稍厚，可藏至春，食之如新，疑此即南瓜也。味甘。性温。禁多食發腳氣黃疸，不可同羊肉食，令人氣壅。

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷八《水菜部・苦瓜》 苦瓜無毒

苦瓜主除邪熱，解勞乏，清心明目。生生編子主益氣壯陽。《本草綱目》味苦苦瓜原出南番，今閩廣皆種之。苗周憲王曰：錦荔枝即癩葡萄，蔓延草木，莖長七八尺，莖有毛澁，葉似野葡萄，而花又開黃花，實大如雞子，有皺紋似荔枝。李時珍曰：苗引蔓，莖葉卷鬚，並如葡萄而小，結瓜長者四五寸，皮上疹瘟如癩及荔枝殼狀。熟則黃色自裂，內有紅瓤裹子，瓤味甘可食，其子形扁如瓜子，亦有疹瘟。南人以青皮煮肉，及鹽醬充蔬食，惟去皮穰滷食，味如山藥，同豬肉煮食更良，亦可蜜煎。色或綠或黃或紅。按：王禎《農書》云：浙中一種陰瓜，宜陰地種之，秋熟色黃如金，皮膚稍厚，可藏至春，食之如新，疑此即南瓜也。味甘。性温。禁多食發腳氣黃疸，不可同羊肉食，令人氣壅。

劉文泰等《本草品彙精要續集》卷八《芝栭部・石耳》 石耳無毒

石耳主久食益色，至老不改，令人不饑，大小便少。吴瑞明目益精《本草綱目》名靈芝地吴瑞曰：石耳生天台、四明、河南、宣州、黄山、巴西邊徼諸山石厓上，遠望如烟。李時珍曰：廬山亦多，狀如地耳。山僧采曝餽遠，洗去沙土，作茹勝於木耳，佳品也。味甘性平。詹潟血脱肛，石耳五兩，炒白枯礬一兩，蜜佗僧半兩爲末，蒸餅丸梧桐子大，每米飲下二十丸。

王鏊《姑蘇志》卷一四《土産》 江豆，赤黑色，四月種，六月熟，可爲糕，又名沿江十八粒。刀豆，以形名，堪入醬爲蔬，相傳醬瓿中有髮，入刀豆則化爲水。

王鏊《姑蘇志》卷一四《土産》 醬瓜，如香瓜而色青，可入醬爲菹醢之用。一種出嘉定清浦者，特堅脆。

王鏊《姑蘇志》卷一四《土産》 菜之屬十三，菘菜。其性凌寒不凋有松之操故字從松唐人所謂潤葉吴菘是也藏菜出郡城，肥白而長，名箭幹菜。冬月醃藏以備歲，故名。烏菘菜。春末最盛，根盤尺餘，葉幹蠟潤，可曝爲乾。塌科菜冬月烹羹最佳。羊角菜。形如羊角。油菜。冬種，春初生薹可食。至四月，取其子壓油。芥菜。似菘而有毛，其子如粟粒。三月間薹長尺餘，幹大如指，亦可鹽藏。又一種名黄農芥，矮小，味極佳。

王鏊《姑蘇志》卷一四《土産》 瓜之屬六，【略】醬瓜如香瓜而色青，可入醬，爲菹醢之用。一種出嘉定清浦者，特堅脆。

王鏊《姑蘇志》卷一四《土産》 溪荳之屬四：蕑菜，出吴江，味甘滑。四月生葉

似鳧葵，莖如釵股，短長隨水淺深，名爲絲蓴。即張翰所思者，楊萬里：鮫人直下白龍潭，割得龍公滑碧鬚。晚起相傳蓴珠闕，夜來却失水晶簾。一杯淡煮宜醒酒，千里何須更下鹽。可是士衡殺風景，御將鱸膾比清纖。高啓：紫絲浮半滑，波上裊秋風，憶共香菰飯，吴江葉艇中。韓奕：采蓴春浦作羹嘗，玉滑絲柔帶露香。莫笑張翰未知味，秋風起後卻思鄉。茭白，即菰也，八九月間生水中，味美可啖。中心生薹如小兒臂，名茭手，或名茭首，以根爲首也。然今未各縣有之，惟吴縣梅灣村一種，四月生，名吕公茭。茭中生米，可作飯，即菰米飯也。有作飯者。許景迂：翠葉森森劒有稜，柔條縹縹比輕冰。江湖若借秋風便，好與蓴鱸伴季鷹。苽菜，似蓴，所結子爛煮之，味甘如蜜餳苽酥，士大夫不之知，遂爲野人漁父所食。芹，生春澤中，潔白有節，其氣芬芳。高啓：飯煮憶青泥，羹炊思碧澗。無路獻君門，對案成三歎。

田藝衡《留青日札》卷二六《雕胡米》 雕菰，《禮記》注：雕胡。枚乘作安胡之飯，《周官》魚宜菰。一名蔣。心中有黑點者名烏鬱，俗名灰茭，自有一種米茭。杜詩：波飄菰米沉雲黑。飯茭也。故曰：謖黍蓬者野茭也。不能結實，惟堪薦藉，故曰薦，即今之茭白也。《通志》茭，首茭，草之首。有一種可食，一名茭白，一名菰首、一名須。《爾雅》云：須葑、蓯葑，菰根也，本作蘧。陸璣曰：蕪菁，郭璞曰菘菜，陸佃曰蔓菁。《方言》謂之蕪，大芥。皆非菰類也。

田藝衡《留青日札》卷二六《菱飯芋羹》 菱，今吴人四角曰菱，兩角曰芰，即沙角彎菱。《史記》作蔆。應劭曰：菱，芡也。非是芡，雞頭也，司馬相如作薆。《周禮》籩人：菱，芰也。疏云：即菱角。亦誤，籩實菜也，名薢茩，一名蕨攫芋，一名土芝，蜀名蹲鴟，紫白二種。君子芋大如斗魁，善芋大如瓶，有水旱二種。吾鄉以菱芋爲兩熟，一物不熟，亦稱一荒，菱亦可名水芝也。

田藝衡《留青日札》卷三三《瞑菜瞑木》 綽菜夏生于池沼，葉類茨菰，根如藕條，南海人食之，云令人思睡，呼爲瞑菜。榆一名零榆，二月采皮，取白暴乾，八月采實，可以救荒。又莢仁作糜羹，令人多睡。又作醬佳。故嵇叔夜云：榆令人瞑。《爾雅》榆白，枌也。漢有枌榆、社白榆，有刺。詩山有樞是也。

田藝衡《留青日札》卷三四《光風草》 苜蓿，《漢志》作目宿。《爾雅》作荄蓿，或作萱蓿。草名。或曰菜。出大宛國，漢使得之種離宮，一名光風草，今之老猶可食。問食，《南史》云：周顒獨處山舍，王儉問曰：鄉山中何食。曰：赤米、白鹽、緑葵、紫蓼。太子問英何者勝。顒曰：春初早韭，秋末晚菘。芋魁，本傳云：翟方進葵罷鴻隙陂，郡中追怨，童謡曰：壞陂誰翟子威。飯我豆，食爽芋魁。注以芋根爲羹。踏園，《啓顔録》云：有人常食蔬茹，忽食羊肉，夢五臟神

鍚饋蔬菔鮓。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類・菜》

曰：羊踏破菜園。馬蹄，唐詩云：晚菘細切肥牛肚，新筍初嘗嫩馬蹄。土酥，杜詩云：長安冬葅酸且緣，金城土酥浄如練。土酥即今之蔴菔也。魏夫人帖云，膾土酥如練。

何孟春《餘冬序録》卷五〇 山薑花、莖、葉與薑無異，根不堪食，葉間吐花作穗如麥粒。軟，紅色。稭含草木疏，煎服之，治冷疾。出九真交趾。按此物吾郴有之，鄉人醋浸作菜茹。

徐獻忠《吳興掌故集》卷一三《物産類》 山藥本名薯蕷，以山土所宜，故名山藥。種忌大糞濟寧州以牛馬乾糞種之，然黑土不如黄沙土平地種者無益子以供早旦下食，兼作東坡玉滲羹，及作酒方在《本草》。

白頭菜極肥大而短，即杭之黄矮菜。子在四明一種名雪裏蕻，言其抽薹早也，脆而佳。吳中箭幹菜極宜醃藏。

湖中諸佳蔬易辦而美，惟茄不如松江之肥大，其餘皆可以養老省擊鮮也。敬直老人曰，老人有性喜茄素不忍害物者，菽水之奉在佳蔬藥菜，料理如法，殊益於人。杞菊苣朮等苗，嫩時采食之，或煮或齏，或炒或羹。悉用土蘇鹽豉，加鹽下醯甚良。蔓菁作齏甚妙，不斷五辛者，春秋嫩韭，四時采薹甚益，菉豆紫蘇胡麻俱能下氣。

湖人不甚食薺，薺和肝氣明目，夜則血歸於肝，肝氣和則血脈流通，津液暢潤。東坡與徐十三薺羹書，以爲天然之珍，雖不甘於五味，而有味外之美。天生此物，以爲幽人山居之禄。

湖中多蓴鎋，孟希云：永興湘湖蓴菜，三月盡采賣，至秋則無人采矣。孟希此語止一方之見耳。春蓴如亂髮成本，此則猶常菜不足異。秋蓴長丈許，中止一二尺生冰甚滑，一二尺外皆棄物。且春蓴嫩不可作羹，秋風之思在此一二尺間耳，以菜體計之宜，永興之不知采也。

蔓菁根能濟飢若蘘蕷，止主消食。蔓菁薹苗可作菜，子可作油，諸葛種之，蜀中有自也。

徐獻忠《吳興掌故集》卷一三《物産類》 深山梅谿以上皆荒山，筍然地遠不能及時遠致，作筍齏賣之，極輭滑，可供盤飧，名酸筍。

嘗見山僧作筍粥，幽尚可愛。○山僧煮筍用大塊，云薄則味脱，大塊久煮令輭，其味自全。

吴僧贊寧《筍譜》：天目山筍五月生，盡六月，其筍色黄，今人以天目筍脯見饋，其色緑少有黄者。又聞不但早取且有煮法，旋湯使急轉下筍，再不犯器即緑矣。

贊寧《寄問天目舊友山中所出伊僧報詩》云：山中人事違，天眼中修定。我本無根株，只將筍爲命。

筍亦有毒，須用薑或茱萸醬制之。一説滑利大腸，而益於肺，謂之刮腸筐。一云竹實少陽之氣而剋脾土。

徐獻忠《吳興掌故集》卷一三《物産類》 予見湖中被荒時，教之采蕨其苗，曰蕨其春初可作菜，其根深者至三四尺，每根二斤，擣取粉水澄細者，可充一夫一日之食。自九月至二月可采，至三月穿芽則根虚，不可食，可救半年荒也。元人黄君瑞歌云：信哉鄉民蕨作糧，三月懷飢聚頭哭，蕨根有粉聊鉏鑱。觀此，則三月以後不可食矣。蕨性極寒，損胃氣，須雜米粉食之，否則病黄。

胡震亨《讀書雜録》卷上 豆腐惟見朱晦菴集有絶句詩，註云：世傳豆腐爲淮南王術而已。此外有陸務觀詩：拭盤堆連展。洗鼏煮黎祁。註云：淮人名麥餌爲連展，蜀人名豆腐爲黎祁。此以鄉語戲入詩，便又成豆腐故實矣。陸山庖詩又云：新春穲稏滑如珠，旋壓黎祁軟勝酥。用之不一。

陸楫《古今説海》卷一三《説選十三，北户録·睡菜》 睡菜五六月生田塘中，葉類茨菰，根如藕梢。土人採根爲鹽菹，或云食之好睡。郭子横云：五味草食之不使人睡，亦名却睡草。

田汝成《熙朝樂事》 立春之儀，附郭兩縣輪年递辦。【略】舉酒則縷切粉皮，雜以七種生菜供奉筵間，蓋古人辛盤之遺意焉耳。

汪宗姬《儒函數類》卷三九《二〇類》 二十品，《蔬食譜》客問《食譜》，余口授二十品，菽羹，菜粉，薤韭，裹麵，畫瓜，斷壺，蕈芽，菊苗，銀薑，玉笋，雪藕，土酥，炊栗，煨芋，采杞，菜粉，甘蔗，紫芝，白粲。

顧岕《海槎餘録》 酸笋大如臂，摘至用沸湯泡出苦水，投冷井水中浸二三日，取出縷如絲，醋煮可食。好事者携入中州成罕物，京師動戚家會酸笋湯，即此品也。

郎瑛《七修類藁》卷四六《羊溝鷄宗》 雲南土産地菌，誌書本菌子也，而《方言》謂之鷄宗，以其同鷄烹食至美之故。予問之，土人云，生處蟻聚叢之，蓋以味

香甜也。予意當作蟻從，非鷄宗明矣。

李攀龍《新刻詩學事類》卷一九《饋謝門・謝惠菜》

春蔬。（山谷詩）云：春蔬照映庾即貧，遺騎持罷採茹葷。料得齋厨厭滋味，野蔌存掌煑留裙。

祝彥《祝氏事偶》卷九《食韭》

齊庾杲之遷尚書駕部郎，食惟有韭菹、滫韭、生韭、雜菜。任昉嘗戲之曰：誰謂庾郎貧，食鮭常有二十七種。南史

北魏李崇富傾天下而食，常無肉，止有韭茹、韭菹。家客李元祐語人云：李令公一食十八種。北史

王三聘《事物考》卷七《飲食》　豆腐。《草木子》曰：豆腐始于漢淮南王劉安，方士之術也。

陳全之《蓬窗類紀》卷一　長松明，乃古松下根，味極苦，清香可愛無毒。服之益人，兼解諸蟲毒。釋普明病風，眉髮俱隨，採服此。不旬日髮復生，顏貌如故。今并州士人，多以長松、人參、甘艸、乾山藥，爲湯殊佳。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二　酸角

臨安酸角狀如猪牙皂角，浸水和羹，酸美過於中原法醋。《大明一統賦》：酸角菜名。

慎懋官《華夷草木鳥獸珍玩考》卷四《蘘荷》　蘘荷，蕁苴也，根旁生笋，可以爲菹及治蟲毒。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　菘菜

菜中有菘最爲常食，性和利人，無餘逆忤，令人多食。如似小冷，而又耐霜雪，其子可作油傳頭長髮，塗刀劒令不銹。音秀

甕菜

莖空性寒，蔓生畦中或水中。《遯齋閑覽》云，此菜來自東夷古倫國，以甕盛之。譯不通，但言甕菜。《本草》云能解野葛毒。張司空云，魏武帝噉野葛至一尺。應是先食此菜也。

雞侯菜

雞侯菜生嶺南，顧廣州記曰，雞侯菜似艾，二月生，宜雞羹，故名之。

醍醐菜

雷公云，凡使勿用諸件草形似牛皮蔓指之有乳汁出香甜。入頂採得，用苦竹刀細切，入砂盆中研如膏，用生稀絹裹按取汁出，暖飲。

千金菜

高國使者來瀼，陋人求得菜種，酬之甚厚，故因名千金菜，今萵苣也。

金毛菜

石髮，吳越亦有之，然以新羅者爲上，彼國呼爲金毛菜。

優殿

《南方草木狀》曰，合浦有菜名優殿，以豆醬汁茹食之，甚香美可食。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　芥菹

廣州人以巨菜爲鹹菹，埋地中有三十年者，貴尚親賓以相餉遺。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　紫蘇

救饑採葉燋食，煑飲亦可。子研汁煑粥，食之皆好。菜可生食，與魚作羹味佳。《游南嶽記》：貫道泉傍有奇草，葉如紫鳳之形。問之曰：山紫蘇也。與世所產迥別。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　抱芋羹

百越人好食蝦蟆，凡有筵會斯爲上味。先于釜中置水，次下小芋烹之，候湯沸如魚眼，即下其蛙，乃一一捧芋而熟，如此呼爲抱芋羹。

慎懋官《華夷草木鳥獸珍玩考》卷五　葱本白末青，能和五味，故古稱爲菜伯。

慎懋官《華夷草木鳥獸珍玩考》卷五　園荽

園荽即胡荽，世傳有布種口誦褻則滋茂，故士大夫以穢談爲撒園荽。

慎懋官《華夷草木鳥獸珍玩考》卷五　《字説》：薑，彊我者也，於毒邪臭腥寒熱，皆足以禦之。今文省作薑。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五　苜蓿

漢離宮所植，其上常有兩葉丹紅，結穗如穄，率實一斗者舂之爲米五升。亦有秈有穤，秈者唯以作飯，須熱食之，稍冷則堅凝。穤者可搏以爲餌，土人謂之灰粟。見《徽州府志》

徐常吉《新纂事詞類奇》卷一九《飲食類》　韓愈云：羣鮮沸池羹。杜甫云：羹煮秋蓴滑。又云：香聞錦帶羹。又云：香芹碧澗羹。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・蠶菹豉類》　蠶。音賁。綽菜入米潘或麪湯作。少昊制。生菜蠶。貯沺入生菜作。鹽蠶。鹽和菜作。橙蠶。瓜蠶。萍蠶。韭根雜

豆苗作。鰕魚湯鹽。菊苗鹽。肉瓜鹽。銀鹽。黃鹽白水椒和。翰林鹽。盧植在翰林，擇時菜五六種，細破作鹽。將食，入煉酥鹽花，冬春加熟笋絲，夏秋加生藕絲，味極清。異名：百歲羹。冰壺先生。黃鹽。○菹。音沮，淹生菜。軒轅作。蒲菹，葵菹，芹菹，筍菹，桃菹，金裝韭，青菹，茆菹，韭菹，梅菹，茶菹，芥菹，瓜菹，寒菹。菜乍。瓠蓄。切瓠爲脯，冬用。茄脯。淹乾作。笋脯。蘆蔑鮓。

穆希文《說原》卷九《附原飲食說》 蒜味辛，能消食，張騫得之西域者。菘，菜名，四時長青，如松之操，故名。此種北土難生，初年半爲蕪青，二年菘，種都絕蔓青。蕪青之屬，一名蘆菔，根大而白，生亦可食，能下氣。諸葛取其有六利，可生啖也，葉可煮而食也，久居味長也，根甘脆可充飢也，消食化氣也，多食無厭也，根名蘿蔔。

陶珽《說郛續》卷四〇王世懋《瓜蔬疏》 甜瓜以香而小者爲第一，作黃綠二色，豈即邵平所種五色子母瓜耶。今涼州塞外作乾條遺遠人，味極甘，當是此種。若南瓜雖有奇狀殊色，僅堪煮食，酷無意味，而更與羊食忌，是可廢。【略】

瓜之不堪生噉，而堪醬食者曰菜瓜，圓者如甜瓜，長者如王瓜，皆一類也。以甜醬漬之，爲蔬中佳味。

王世懋《學圃雜疏·瓠疏》 瓠之一名鷄頭，果中之美味，而最補益人，然獨杭州多而嘉。京師產者形如刺蝟。而有粳糯，糯而大者，味勝杭產。吾地俱不宜，然勤種之，鮮摘亦勝。

茭白以秋生，吳中一種春生，曰呂公茭，以非時爲美。初出時，煮食甜軟。

王世懋《學圃雜疏·蔬疏》 萵苣絕盛於京口，鹹食脆美，即旋摘烹之亦佳。

菠菜北名赤根，菜之凡品，然可與荳腐並烹，故園中不廢。若君蓮菜俗名甜菜者，菜斯爲下矣。

王世懋《學圃雜疏·蔬疏》 香芋、落花生產嘉定，落花生尤甘；皆易生物，可種也。甘露子如耳環，醬食之，脆美，亦別方之產，吾地可種。

莧有紅白二種，素食者便之，肉食者忌與鼈共食。一種野生及馬齒莧，俱堪食。

百草中可食者最多，薺菜、枸杞苗、五加芽，艸中之美味。菊苗亦佳，大抵摘野蔬入饌，尤覺聰。

王世懋《學圃雜疏·蔬疏》 芡一名鷄頭，果中之美味，而最補益人，然獨杭州多而嘉。京師產者形如刺蝟。而有粳糯，糯而大者，味勝杭產。吾地俱不宜，然勤種之，鮮摘亦勝。

茭白以秋生，吳中一種春生，曰呂公茭，以非時爲美。初出時，煮食甜軟。據《爾雅翼》曰：菰即菰蔣之類，曰菰首者即今之茭白也。又有黑緌如黑點者，名烏𪇟，今茭中有之。余所種僅秋生者耳。然菰實有米，而今茭白未聞有之，或者野茭乃生米也。

王世懋《學圃雜疏·瓜疏》 瓜之不堪生噉，而堪醬食者曰菜瓜。圓者如甜瓜，長者如王瓜，皆一類也。以甜醬漬之，爲蔬中佳味。

王世懋《學圃雜疏·荳疏》 刀荳可醬食，性能殺蟲，可種也。

張鼎思《琅邪代醉編》卷三六《尊盧鹽豉》 千里尊羹，未下鹽豉，世多以談者，謂尊羹未關鹽與豉相調和非也。蓋未字誤書爲未，未下乃地名，千里亦地名，此二處產此二物耳。其地今屬平江。《岡南因話録》說甚異。

楊淙《群書考索古今事文玉屑》卷二一《飲食門》 王安造腐。豆腐自古無也，後因淮南王安之始造豆腐起。東坡題曰：庖丁自未有，神童也會陰陽水火功。

楊淙《群書考索古今事文玉屑》卷二一《飲食門》 菜，信民咬菜根。汪信民嘗曰：人嘗咬得菜根，則百事可做。胡康侯聞之，擊節嘆賞，菜根淡薄之物而味解也。合歡菜。禹有菜四葉相對，夜開晝合，名合歡菜。種種菜。宋宇種菜三十品，時雨之後，按行園圃，曰，天苗此徒，助吾闢味云。郡守貪菜。後魏裴俠爲郡守，惟食菽麥鹽菜。老菜。江泌不食菜心以有生意，惟食老菜而已。夢菜。（宋）真宗策士，夢殿下菜甚盛，與殿階相齊。及折卷，第一乃菜齊也。諸葛名菜。諸葛孔明令軍士種蔓菁，取其苗可生食，蜀人呼蔓菁爲諸葛菜，即今蘿蔔也。山谷題菜。山谷題畫菜不可使大夫不知此味，不可使天下有此色也。云云。周顒啜菜。周顒字彦倫，隱鍾山清貧。王儉謂曰：卿山中何所食？荅曰：赤米、白鹽、緑蔡、紫蓼。文惠太子問顒菜何味最勝。曰春初早韮，秋末晚菘。仕宋朝爲國子博士，復欲歸，隱。孔稚圭作此山移文朝之。

陳耀文《天中記》卷四六《菜》 菜蔌蔌者，菜茹之總名。《詩》韓奕云：其蔌維何，維筍及蒲。《毛傳》云：蔌菜，殽也。凡菜之可食者，名爲疏也。《爾雅註》【略】

蔬食菜羹。崔瑗愛士好賓客，盛修餚膳，殫極滋味，不間餘產，居常蔬食菜羹而已。《後漢》

崙蹄菜。趙咨使魏，魏人曰：聞江東有崙蹄菜，作若爲食。咨曰：當得倉鯀以作羹。《吳書》【略】

仙蔬。咸寧四年，立芳蔬園於金墉城東，多種異菜。有菜名曰芸薇，類有三種，紫色者最繁，味辛，其根爛熳，春夏葉密，秋藥冬馥。其實若珠，五色，隨時而

盛，一名芸芝，其色紫，爲上蔬，其味辛。色黄爲中蔬，其味甘。色青者爲下。蔬其味鹹，常以三蔬充御膳，其葉可以藉飲食，以供宗廟祭祀，亦止人渴飢。宫人採帶其莖葉，香氣歷日不歇。《拾遺記》

食唯鹽菜。皇甫謐姑子梁柳爲城陽太守，或勸謐餽之。謐曰：柳爲布衣時過吾，吾送迎不出門，食不過鹽菜，貧不以酒肉爲禮也。今而送之，是貴城陽太守，而賤梁柳也，豈中古人之道哉。《晉書》【略】

孟娘菜。江淮有孟娘菜，並益肉食。《酉陽雜俎》

陳耀文《天中記》卷四六《韭》 【略】

陳韭爲羹。成都王圍京邑，城中無菜，採陳韭芥以爲羹。《晉書後略》

壕韭雜麥。石崇爲客作豆粥，咄嗟便辦，每冬得韭菁盤。王愷每以此事爲恨，乃密貨崇帳下，問其所以。答云：豆至難煮，豫作熟。末客來，但作白粥以投之耳。韭菁蟄是擣韭根，雜以麥苗耳。《晉書》【略】

二十七種。庾杲之，字景行，爲世租征虜功曹。清貧自業，食唯有韭菹、薤韭、生韭、雜菜。或戲之曰：誰言庾即貧，食鮭嘗有二十七種。三韭言三九也。上

陳耀文《天中記》卷四六《芥》 菜茹之美。芥似菘而有毛，味極辛辣，其類甚多。似菘者名青芥。有紫芥，莖葉皆紫，作鱠食之最美。有白芥子，麤大色白如梁米，舊云從西戎來，謂之白胡芥。其餘南芥、旋芥、花芥、石芥，皆菜茹之美者。《爾雅翼》

陳耀文《天中記》卷四六《葑》 金釵股，仲冬是月也菜，結蕪菁、葵等雜菜浸之，並爲鹹菹，有得其和者，並作金釵，色今，南人作鹹菹，以糯米烝搗爲末，并研胡蘇汁和釀之。石窖令熟，菹既甜脆，汁亦酸美，呼其莖爲金釵股，醒酒所宜也。《荆楚歲時記》

諸葛菜。潮州界緣山野間，有菜大葉而粗莖，其根若大蘿蔔，土人蒸煮其根葉而食之，可以療飢，名之謂諸葛菜。云武侯南征，用此菜蒔於山中，以濟軍食，亦猶廣都縣山櫪林，謂之諸葛木也。《雲南記》諸葛所止令兵士獨種蔓菁者，取其綄出甲者生啗，一也。葉舒可煮食，二也。久居，隨以滋長，三也。棄去不惜，四也。回則易尋而採之，五也。冬有根，可斷食，六也。比諸蔬屬，其利不亦博乎。三蜀之人，今呼蔓菁爲諸葛菜，江陵亦然。《劉賓客嘉話》

陳耀文《天中記》卷四六《葵》 葵，《本草圖經》云：苗葉作菜茹，更甘美。

菜者，葉圓花白，子若牛李子，生青熟黑，旦堪煮食，不任生噉。孟詵云：其味苦，挼去汁食之。《食醫心鑑》云：龍葵作羹、粥，食之並得。《圖經》云：惟北方有之，北人謂之苦葵，葉圓似排風而無毛。

菟葵。《爾雅》曰：蒉菟葵。郭璞註云：頗似葵而小葉，狀如藜有毛，汋啖之滑。《廣志》云：兔葵淪之可食。《本草》唐本註云：苗如龍芮，葉光澤，花白似梅，莖紫色。煮汁極滑，堪食。劉禹錫所謂動摇春風者也。

露葵、《顔氏家訓》云：蔡朗父諱純，遂呼蓴菜爲露葵。王維詩云：松下清齋折露葵。意謂帶露之葵，不指蓴菜，蓋蓴菜非輞川所有。宋玉《諷賦》云：烹露葵之羹。曹植《七啓》云：霜蓄露葵語，並在蔡朗前。亦不指蓴菜。【略】又有鴨脚，葵也。《齊民要術》別有鴨脚，肫耳。鮑明遠《葵賦》

冬葵，崔寔曰：六月六日可種葵，中伏後，可種冬葵。九月作葵菹、乾葵。家政法曰、正月種葵。上陶隱居云，以種種葵覆養，經冬至春作子，謂之冬葵。《本草》

陳葵。陳葵子微火炒，令爆叱，散着熟地中，遍踏之，朝種暮生，遠不過宿。陳葵子秋種，覆蓋令經冬，不死，至春有子是也。《博物志》

陳耀文《天中記》卷四六《蓴》 採蓴供食。沈顗字處默，逢兵荒與家人并日而食，或有餽其粱肉者，閉門不受，惟採蓴菜供食，以樵採自資。《南齊》

陳耀文《天中記》卷四六《蘘荷》 香脆。《急就章》云：老菁蘘荷冬日藏。顔師古注：蘘荷一名蓴苴，莖葉似薑，其根香而脆，可以爲菹，又辟蠱毒。

陳耀文《天中記》卷四六《蘘荷》 花似美蓉。馬融《廣成頌》、芝蒻、蓳豆、蘘荷、芋渠。章懷注曰：蘘荷苗似薑根，花紅紫似美蓉，可食。其葉似初生甘蕉，根似薑芽，其葉冬枯，其根爲菹，亦可醬中藏。古之爲味者，雜用膾炙，切蘘荷以爲香，是爲珍味。《爾雅翼》

陳耀文《天中記》卷四六《鬼目》 葙葙，根以爲菹，香辛。《廣志》

優殿，合浦有菜名優殿，以豆醬汁茹食之，甚香美可食。《南方草木狀》

雍雍菜，生水中，可以爲菹也。《廣州記》

冬風，東風菜陸生，置肥肉作羹，味如酪，香氣似馬蘭。上【略】

陳耀文《天中記》卷四六《八珍》 豆腐。世傳豆腐本淮南王術。

睡菜，睡菜五六月生田塘中，葉類茨菰，根如藕梢，土人採根爲鹽菹，或云食之好睡。

陳懋學《事言要玄物集》卷一《優殿》

豆醬汁茹，食之甚香美，可食。

陳懋學《事言要玄物集》卷一《東風》

酪，香氣似馬蘭。

陳懋學《事言要玄物集》卷一《紫菜》

《廣州志》：陸生，置肥肉作羹，味如紫菜。吳賦云綸組紫絳是也。注：紫，紫菜也。生海中正青，附石生。取乾之則紫色。臨海常獻之。

陳懋學《事言要玄物集》卷一《睡菜》

《吳郡緣海記》：郡中海邊諸山悉生睡菜，五六月，生田塘中，葉類茨菰，根如藕梢，土人採根爲鹽菹，或云食之好睡。《代醉編》壺居士出隴西，食之少睡。孟浪生四明，能强陽，皆菜類。

李中立《本草原始》卷六《菜部》

冬葵，始生少室山，今處處有之。古人種爲常食，今之種者頗鮮。苗高二三尺，莖及花葉似蜀葵而差小。有紫莖、白莖二種，以白莖爲勝，實大如指頂，皮薄而扁，內子輕虛如榆莢仁。以秋種，覆養經冬至春作子者，謂之冬葵子，古人多用入藥。王禎《農書》云：葵，陽草也，其菜易生，郊野甚多，不拘肥瘠，地皆有之，爲百菜之主，備四時之饌。本豐而耐旱，味甘而無毒，可防荒儉，可以菹腊。其枯柄可以榜族，根子可以療疾，咸無遺棄，誠蔬茹之要品，民生之資益者也。今人不復食之，亦無種者。按：《爾雅翼》云：葵者，揆也。葵葉傾日，不使照其根，乃智以揆之也。古人采葵，必待露解，故一名露葵。其性滑利，今人呼滑菜。

吳之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

荇菜爛煮之，其味如蜜，名曰荇酥。

玉版師

東坡嘗邀劉器之叅玉版和尚。及至廉泉，燒筍而食器之覺味美，問此何名。東坡曰：此僧善説法，令人得禪悦之味，是名玉版師。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 疏食

《周禮》臣妾聚斂疏材。鄭註曰：疏材，百草根實可食者。荀子作疎菜百疎。按：古人蔬食，乃是乏米以蔬食。《東觀漢記》趙孝建武初，穀食尚少，孝夫婦嘗蔬食而以穀陰讓弟禮夫婦飯之禮覺，亦不肯食，遂共蔬食。其所謂蔬食者，非穀食也。《論語》飯蔬食飲水。註：菜食也。《禮記·月令》蔬食。註云：草木之實爲蔬食。疏云：蔬謂菜蔬，經言蔬食者，山林蔬食榛栗之屬，藪澤蔬食菱芡之屬。

玉糝羹　或用山芋

東坡一夕與子由飲，酣甚，搥薤煖炙，不用他料，只研白米爲糝，食之，忽放箸撫几曰：若非天竺酥酡，人間決無此味。

鴨脚羹

葵似今蜀葵，藥短而葉大以傾陽，故性温。其法與羹菜同。《豳風》七月所

烹者是也。採之不傷其根，則又復生。古詩故有採葵莫傷根，傷根葵不生之句。昔公儀休相魯，其妻植葵，見而拔之曰：食君之祿而與民爭利可乎。今之賣餅、貨醬、質錢、市藥，皆食祿者，又不止植葵，小民豈可活哉。白居易詩云：祿米廳牙稻，園蔬鴨脚羹。

沆瀣漿

雪夜，張一齋次客目酣薄書何君時，舉出沆瀣漿一瓢，與客分飲，不覺酒爽。其法：止用甘簟、萊菔，各切作方塊，以水爛煮而已。蓋簟能化酒，及萊菔能化食也。酒後得此，其益可知。《楚辭》有蔗漿，恐只此也。

冰壺珍

太宗問蘇易簡曰，食品珍者，何物爲最。對曰：食無定味，適口者珍，臣止知有薑汁羹。太宗笑問其故，曰臣一夕酷寒，擁爐燒酒，痛飲太醉，擁以重衾，忽醒渴甚，乘月中庭，見殘雪中覆一盞盎，不暇呼童，掬雪盥手，蒲引數缶。臣此時自謂上界仙厨鸞脯鳳腊，殆恐不及。屢欲作冰壺先生傳，記其事，未暇也。太宗笑而然之。後有問其方者，荅曰：用清麵湯浸以菜，並解醉渴，惟一味耳。

山海兜

春採筍蕨之嫩者，以湯瀹之，取魚蝦之鮮者，同切作塊子，用湯炮裹蒸熟，入香油醬料，研胡椒拌和，以粉皮乘覆各合於二盞內蒸熟。今後苑多進此，名蝦魚筍蕨兜。今以所出不同，而得同於俎豆間，亦一良遇也。名山海兜，或即羹，以筍蕨亦佳。許梅屋棄詩云：趁得山家筍蕨春，借厨烹煮自炊薪。倩誰分我盃羹去，寄與中朝食肉人。

木乃尹

回回地面有年老自願捨身濟衆者，乃澡身絶食，日啖蜂蜜而已，數月便溺皆蜜矣。既死，國人殮以石槨，仍以滿蜜浸之，鐫志年月。俟百年啟，視之則已成蜜劑，名曰木乃尹。人有損折肢體者，食少許立效。《博物志補》

王圻《稗史彙編》卷一一九《飲食門・食類下》 山家三脆

嫩筍、小萱、枸杞菜，油炒作羹，加胡椒尤佳。趙竹溪密夫酷嗜此味。或作湯餅以奉親，名三脆麵。常有詩云：筍萱初萌枸菜纖，燃松自煮供親嚴。人間肉食何曾斷，自是山林滋味甜。萱亦名菰。

玉灌肺

真粉、油餅、芝蔴、松子、胡桃、蒔蘿六者爲末，拌和，入甑蒸熟，切作肺樣塊，用辣汁供，今後苑名曰御愛玉灌肺。要之不過一素供耳，然此見九重崇儉之意，居山者豈宜多乎。

石榴粉銀絲羹附

藕截細塊，砂器內擦，稍員，用梅水同胭脂染色，調菉豆粉拌之，入清汁煮，宛如石榴子狀。又用熟筍細絲亦和以粉煮，名銀絲羹。此二法恐相因而成者，故併存之。

牡丹生菜

憲聖清儉不嗜殺，每令後苑進生菜，必採牡丹花片和之，或用微麵裹，煠之以酥，又時收楊花爲鞔鼓褥之。屬姪恭僖每治生菜，必於梅下取落花英蘂以襍之，甚香美。

滿山香

陳習菴《塤學圃詩》曰：只教人種菜，莫悞客看花。可謂重本而知山林味矣。僕春日渡湖，訪薛獨菴，遂留飲供春盤。偶得詩云：教童收拾春盤去，城市如今菜色多。非薄菜也，以其所感而不忍下箸也。薛曰昔人贊菜，有云可使士大夫知此味，不可使斯民有此色。詩與文雖不同，而憂時之意，則無以異。一日煮姜油菜羹，自以爲佳品。偶鄭渭濱師吕至供之，乃曰予有一方爲獻，只用茴香薑椒爲末，貯以葫蘆，候煮菜少沸，乃與熟油、醬同下，急覆之，而滿山已香矣。試之果然，名滿山香。比聞湯將軍孝信嗜羹菜，不用水，只以油炒，候得汁出，和以醬料羹熟，自謂香品過於禁臠。湯，武士也，而不嗜殺，異哉。

考亭蕈

考亭先生每飲後，則以蕈菜供。蕈一出於旴江，分於建陽，一生於嚴灘石上公所供。蓋建陽種集有蕈可考，山谷孫嶠以沙臥蕈食其苗。云：生於臨汀者尤佳。

脆琅玕

萵苣去葉皮，寸切，瀹以沸湯，撈蘆椒，熟油醋拌，漬之，頗甘脆。杜甫種此，二旬不甲拆，且嘆君子晚得微祿，轗軻不進，猶芝蘭困荆杞。以是知詩人非爲口腹之奉，實有感而作也。又名萵筍。

元修菜

東坡有故人巢元修菜詩，每讀豆莢員而小，槐芽細而豐之句，未嘗不冥搜畦壟間，必求其是。時詢諸老圃，亦罕能道者。一日永嘉鄭文于歸，自蜀過梅邊首

叩之，答曰豇豆即鸞豆也，蜀人謂之菓菜，苗葉嫩時，可採以爲茹，擇洗，用真麻油熱炒，下鹽醬煮之。春盡，苗葉老則不可食。坡所謂點酒下鹽豉，縷橙芼姜蓯者，正庖法也。君子耻一物不知，必游歷久遠而後見聞博。讀坡詩二十年，一日得之，喜可知矣。

鶏黄豆生

温陵人前中元數日以水浸黑豆，暴之及芽，以糠皮實盆内，鋪沙植豆，用板壓，及長則覆以桶。曉則曬之，欲其齊而不爲風日損也。中元則陳於祖宗之前，越三日出之，洗焯，漬以油鹽苦酒香料可爲茹，卷以麻餅尤佳。色淺黄，名鶏黄豆生。

當團參北人名鵲豆

白匾豆温無毒，和中下氣，爛炊，其味甘。今取葛天民爛炊白匾豆，便當紫團參之句，因名之。

菌譜

芝菌皆氣茁也，靈華三秀稱瑞尚矣。朝菌晦朔，莊生詘之，至若儔其食品，古則未聞。自商山茹芝，而五臺山天花亦甲群彙。仙居介台，括蒼山入天，仙靈所宫，爰産異菌，林居巖棲者，左右芼之，固黎藿之至腴，尊葵之上瑞，比或以羞王公，登玉食。自有此山即有此菌，未有此遇也。遇不遇無預菌事，緊欲盡菌之性而究其用，第其品，作菌譜。

合蕈

邑西韋羌山高迥秀異寒極雪，收林木堅瘦，春氣微欲動而土鬆芽活，此菌候也。菌質外褐色，肌理玉白，芳鄰韻味發釜鬲，聞百步外。蓋菌多種，例柔美皆無香，獨合蕈香與味稱，雖靈芝、天花無比也，即宜特尊之，以冠諸菌。合蕈始名，舊傳昔嘗進上，摽以台蕈，上見誤讀，因承誤云合。十年來，既充苞貢，山獠得善買，率暴乾以售，罕獲生致邑。孟溪山中亦同時産，惟蕈柄高無香氣，土人以是别於韋羌山焉。

酒煮玉蕈

鮮蕈淨洗，約水煮少熟，乃以好酒煮，或佐以臨漳緑竹笋尤佳。施芸隱樞《玉簫詩》云：幸從腐木出，敢被齒牙私。真是山林味，難教世俗知。香痕浮玉葉，生意滿瓊枝。饕饗何多幸，相酧獨有詩。今後苑多用酥炙，其風味尤不淺也。

稠膏蕈

邑西比孟溪山窅邃深莫測，秋中山氣重，霏甫零露浸釀，山膏木腴，蓓爲菌花戢戢，多生山上絶頂高樹之梢，初如蓯珠員瑩，頗輕酥滴乳，淺黄白色，味尤甘勝。已乃傘張大幾掌，味頃渝矣。春時，亦間生不能多，稠膏得名，土人謂桐木膏液所生耳。合蕈它邦尤或有之，此菌獨此山所産，故尤可貴。煮法，當徐徐下鼎，瀋伺沸漉起，慎勿七撓，撓則涎醒不可食。性參和衆味而獨宜於酒烹。劑既調温厚甘滑，雖蓴絲不足道也。或欲致遠，則復以沸湯蒸熟，貯之瓶罌，然其味不耗。

蔾蔞菜

擄客江西林山房書院，春時多食此菜。嫩莖去葉，湯焯，用油、鹽、苦酒沃之爲茹，或加以肉燥，香脆，良可愛也。後歸京師，春輒思之。偶問李竹埜云，《廣雅》名蔾蔞，生下田中，江西用作魚羹。陸機疏云：葉似艾，白色，可蒸爲茹，即漢廣言刈其蔞之蔞。山谷詩云：蔞蒿數筋玉簪横。及證以詩注果然。李乃怡軒之子，嘗從西山問，宏詞法，多識草木宜矣。

進賢菜蒼餌餈

蒼耳，枲耳也，江東名常枲，幽州名爵耳，形如鼠耳。陸機疏云：葉青白色似胡荽，白花，細莖，蔓生。採嫩葉洗焯，以薑鹽苦酒拌爲茹，可療風疾。詩之卷耳首章云：嗟我懷人，寘彼周行。酒醴，婦人之職，臣下勤勞，君必勞之。因採此而有所感念，及酒醴之用。以此見，古者后妃欲以進賢之道諷其上，因名進賢菜。其子亦可裸米粉爲糗，故古詩有：岩澗水淘蒼耳飯之句。

如齊菜

劉彝學士宴集間，必欲主人設苦蕒。狄武襄公青帥邊時，邊郡難以時置。一日集彝與韓魏公對坐，偶此菜不設，謾罵狄公爲黥卒。狄聲色不動，仍以先生呼之。魏公知狄真將相器也。詩云：誰謂荼苦，劉可謂甘之如薺者。其法：用醯醬獨拌生菜，然作羹則加薑鹽而已。《禮記》：孟夏苦菜秀是也。《本草》：一名荼，安心益氣。隱居作屑飲，可不寐。今交廣多種之。

酥黄獨

雪夜芋正熟，有仇從簡載酒來叩門，就供之。乃曰煮芋有數法，惟有酥黄獨世罕得之。熟芋截片，研榧子、杏仁和醬，拖麵煎之，且自侈爲甚妙。詩云：雪翻夜鉢栽成玉，春化寒酥剪作金。

土芝丹小者土栗黃

芋名土芝，大者裹以濕紙，用煮酒和糟塗其外，以糠皮火煨之，候香熟取出，去皮温食。冷則破血，用鹽則泄精，取其温補，名土芝丹。昔嬾殘師安拗地内，正煨此牛糞火中，有召者卻之曰：尚無情緒收寒涕，那得工夫伴俗人。又山人詩曰：深夜一爐火，渾家團欒坐。煨得芋頭熟，天子不如我。其嗜好可知矣。小者暴乾入瓮，候寒月，用稻草盒熟，香色如栗，名土栗。雅宜山舍擁爐之夜供。趙兩山詩云：煮芋雲生缽，燒茆雪上眉。

翰林薤

右補闕崔後授予翰林薤法。每用時菜五七種，擇去老梗，細長破之，以湯播去其堅，待軟作汁，量淺深慎啓閉，時檢察，待其玉潔而芳香則熟矣。若飲食，先煉雍州酥，次下乾薤及鹽花。冬春用熟筍，夏春用生藕，以刀破，令形與薤同。既熟，攪於薤中，極清美。盧質學士在翰林時爲之。

柳葉韭

杜詩：夜雨剪春韭。世多誤爲剪之於畦，不知剪字極有理。蓋於煠時，必先齊其本，如烹殲，員齊玉筯頭之意。乃以左手持其末，以其本竪湯内，少煎其末，棄其觸也。只煠其本，帶性投於冷水中，出之甚脆，然必以竹刀截之。或云採嫩柳葉少許同煠，尤佳。故曰：柳葉韭。然柳葉恐言其葉之似耳，非同煠也。

鬆玉

文惠太子問周顒曰何菜爲最。顒曰春初早韭，秋末晚菘。然菘有三種，惟白於玉者甚鬆脆，如色稍青者絶無風味。因侈其白者曰鬆玉，亦欲世人知有所取擇也。

苜蓿盤

開元中，東宫官寮清淡，薛令之爲左庶子，以詩自悼曰：朝日上團團，照見先生盤。盤中何所有，苜蓿長闌干。飡澁匙難滑，羹稀筯易寬。以此謝朝夕，何由保歲寒。上幸東宫，因題其旁云：若嫌松桂寒，任逐桑榆煖。令之惶恐，謝病歸。每誦此，未知爲何物。偶同宋雪嵓伯仁訪鄭墅鑰，見所種者，因得其種。葉緑紫色而尖，長或丈餘，採用湯焯、油炒、薑鹽、如意羹茹皆可，風味本不惡，令之何爲厭苦如此。東宫官寮當極一時之選，而唐世諸賢見於篇什，皆爲左遷令之寄興，恐不在此。上人乃諷以去薄矣。

旁林鮮

夏初林笋盛時，掃葉就竹邊取筍尖，去殼煨熟，其味甚鮮，名曰旁林鮮。文與可守臨川，正與家人煨筍午飡。忽得東坡詩云：想見清貧饞太守，渭川千畝在腦中。不覺噴飡滿案。想作此供也，大凡笋貴甘鮮，勝食魚肉。今俗庖多裸以肉，不思才有小人，使壞君子也。若對此君，仍大嚼世間，那有揚州崔東坡之言微矣。

糝金煮玉

筍取鮮嫩者，以加料物，和薄麵，拖油煎，燉如黃金色，甘脆可愛。舊游莫十訪雷如菴，正夫早供以笋切作片，和白米煮粥甚佳。濟顛《笋疏》云：拖油盤内燉黃金，和米鎗中煮白玉。二句兼得之矣。

藍田玉

用瓢一二枚，去皮毛，截作二寸方片，爛蒸以醬食之，不煩燒煉之功，但除一切煩惱妄想，久而自然神清氣爽，故名法製藍田玉。

小驪山

吴越外戚孫承祐奢侈異常，用龍腦煎酥，製小樣驪山，水竹、房室、人物、林木、橋道，纖悉備具，周面方丈許。

忘憂薤

嵇康云：合歡蠲忿，萱草忘憂。崔豹《古今注》則曰丹棘又名鹿葱，春採苗湯瀹，同醬作爲薤，或燥以肉。何處順宰六合時，多食此，母乃以邊事未寧耶。因贊之曰：春日載陽，採萱於堂，天下樂兮，憂乃忘。

王圻《稗史彙編》卷一四九《花木門・蔬類》 千金菜

咼國使者來漢，隋人求得菜種，酧之甚厚，故名千金菜，今咼苣菜也。

胡麻自然汁

美瓷寸斷連汁潔器中，煉置胡麻自然汁，投之更入白鹽，搗姜攪匀，瀡湯淡餅，此乃餘杭壽禪師之法，非事佛者，加煉熟葱韭，益佳。

百歲羹

俗呼薤爲百歲羹，言至貧者，亦可具，雖百歲可嘗享。

龍鬚菜

出閩中，凡百毒悉能解之，引蔓而生，土人號龍鬚菜。

諸葛菜

劉禹錫《嘉話》曰：諸葛所止，令軍士種蔓菁。韋絢云：取其纔出可生啗，一也。葉可煮食，二也。久屯隨以滋長，三也。棄去不可惜，四也。回則易尋而

采，五也。冬則有根可斫食，六也。此蔬其利不亦博乎，蜀人呼爲諸葛菜。

蕺

越中有蕺、葉似蕎麥，地肥亦能蔓生，莖葉紫赤色，多生山谷陰處。《吳越春秋》云：越王嗜蕺，嘗采於此山，故名。《本草》云，閩中謂之菹菜。《齊民要術》亦有蕺菹法，然生擷之有臭氣，凶年，民廝根食之。諺曰豐年惡爾臭，荒年賴爾救。今所謂魚腥草是爐火家謂之，天葵菱能爛玉石作泥。

巢菜

蜀蔬有兩巢，大巢豌豆之不實者，小巢在稻中。東坡所賦元脩菜也。吳中絶多，名標搖華，一名野蠶豆。

蒟醬

蒟醬，蔓茇也，生於蕃國者，大而紫謂之蔓茇。生于番禺者，小而青，謂之蒟。可以調食，故謂醬焉。交趾九真人家多種蔓生。

甘藷

甘藷或曰芋之類，根葉亦如芋，大如拳，有大如甌者。皮紫而肉白，蒸食之，味如薯蕷。性冷，生於朱厓之地，海中之人皆不業耕稼，惟掘地種甘藷，秋熟收之，蒸曬，切如米粒，作飯食之，貯之以充飢，是名藷糧。北方人至者，或盛具牛豕膾炙諸味，以甘藷薦之，若粳粟。然海中之人，壽百餘歲者，由食甘藷故耳。

蕪菁

蕪菁嶺嶠已南俱無之偶有士人因官携種就彼栽之出地則變爲芥亦如橘種江北爲枳實之兼也至曲江有菘彼人謂之春菘

崑味

落蘇本名茄子，煬帝緣飾爲崑崙紫瓜，亦名崑味。

【略】

綽菜

綽菜，夏生于池沼間，葉類茨菰，根如藕條，南海人食之，云令人思睡，呼爲貞菜。

益智子

益智子如筆毫，長七八分，二月花色若蓮，著實五六月熟，味辛，裛五味中芬芳，亦可用鹽曬乾可食。出交趾合浦。建安八年，交州刺史張津嘗以益智子作粽，獻於魏武帝，帝以賜羣臣。

葵

《詩》言烹葵及菽。而唐人云烹葵邀上客。葵之可食久矣，乃今無一烹之者，當過西湖寺，見千葉丹葵爛焉如錦，恨不得作我清供。然聞僧每取而去其膚。食其莖，脆如萵苣，特未之試耳。他日以翠釜烹之，當添一佳味。

安世鳳《燕居功課》卷一八《草茹・寒蔬》 古人食菜留心，曰有生意存焉。良哉，其用心也。顧世人于有情不憚烹割，而況于無情則蔬食，固林居之華禄也。春夏園圃無非可餐，惟深秋霜落，無三冬資口之策，便似飢年。余性又僻非目所蓄食之不甘。少讀浮屠，舍日見其製諸蔬，頗通其法，間悟其未至家食。無事又取諸手植之毛，每擇其極精者，少去其塵垢，用尋常鹽漬之。俟其鹵出，乃淨洗于鹵中，稍風乾，方用製過鹽，精白如霜，甘如飴者，配而入器，一切香辛之料，毛不得入，入則非菜本色本味矣。乃收而閉之，待其味勻而薦之，清如玉冰，味所不論也，第一可下酒，而小户無用其長，處冬春原汁遂成莫逆，寒簷黃襖，三盂而負之，不啻熙熙春臺。始信天下之物，有一種必有一種之本來面目，雜以丹鉛手脚謂妍，反醜人生，寔然不第一菜也。因念古人遺意，毛髮欲悚，忽見市肆所懸，盤几所陳，則此中又泠然清泰，蓋每九月擾擾幾回，亦俗態之未忘者。若春夏收藏筍瓜等品，則復時爾耳彌媿，爲口腹所役矣。

園亭之味，莫如芭蕉商陸脯，最奇又皆可釀而爲鮓。古云商陸有毒，又云白者猶可，紫者尤烈。今製之有法，殊不見其毒，而紫者尤美。豈凡物久與土習其毒，亦漸咸乎。若海陸方丈則固無所事，此也。

王路《花史左編》卷一〇《花之味》 落梅菜

憲聖時，每治生菜，必於梅下取落花以裛之。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・蔬菜》 昔有西戎之蒜，南夷之薑，玄圃之葅，張掖之豉，白露之茹，秋黃之蘇，以爲蔬菜上品。侈說而艷談之，而亦有初笋新薑，晚菘細切，滑憶雕胡之飯，香分錦帶之羹。常菜有三種者，其味或辛、或甘，至可以供御膳。色或丹、或紫，皆可以給人飡。異菜有三種者，其味或辛、或甘，至可以供御膳。宋宇之種菜三十品也，惟欲天苗此徒，以助鼎俎之味。李崇之食菜十八種也，不欲日享原味，以成儉朴之風。諸葛菜者，蜀菜有蔓菁、蘿蔔，而諸葛亮于所止，必以此菜種之，故有諸葛菜之名。元修菜者，蜀蔬有大巢、小巢，而巢元修與坡公同食此菜甘之，故有元修菜之目。漢崔瑗好客，常盛修肴饌，居常則食菜羹而已。其待人何菲蔡搏案設客則菜茹而已。其自奉何廉焦征羌，對客獨自享。大

之守郡也，惟餌白苴、紫茄。裴俠之守郡也，惟食菽麥鹽菜。盧叔彪之食，魏收也但有葵菜粟食。盧懷慎之食，宋璟也但有蒸豆菜羹。周顒之居山也，第食紫蓼緑葵。石崇之設客也，第作蒜虀豆粥而至。乃閔仲叔之與周黨爲友，獨相與啜菽飲水并茹菜而無之矣。

高濂《四時幽賞録・夏時幽賞》 湖心亭採蓴

舊聞蓴生越之湘湖，初夏思蓴，每每往彼採食。今西湖三塔基傍，蓴生既多且美，菱之小者，俗謂野菱，亦生基畔。夏日剖食，鮮甘異常，人少知其味者。余每採蓴剥菱，作野人芹藪此，誠金波玉液，青精碧菽之味，豈與世之羔烹兔炙較椒馨哉。供以水蔌，啜以松醪，咏思蓴之詩，歌採菱之曲，更得鳴鳴牧笛數聲，漁舟歟乃相答，使我狂態陡作，兩腋風生，若彼飽膏腴者，應笑我輩寒淡。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・枸杞》 枸杞，《爾雅》曰杞枸檵。陸機疏云：一名苦杞，春作羹茹微苦，莖似葙子，秋熟正赤，服之可輕身益氣。【略】寇宗奭曰：枸杞當用梗皮，地骨當用根皮，子當用紅實。諺云：去家千里，莫食枸杞。言其補益强盛，無所爲也。和羊肉作羹，和粳米煑粥，入葱豉五味，補虚勞尤勝。南丘多枸杞，村人食之多壽。潤州大井有老枸杞樹，井水益人，名著天下。其性與乳酪相反，凡山中皆有之，老本虬曲可愛，結子紅甚，點點若綴。其葉初萌，取炙點茶甚美。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・五加皮》 五加皮，蜀中名白刺頭。陶隱居云：釀酒主益人。又異名曰金盬。王屋山人曰：何以得常久，何以食蓄金盬母。又曰寧得一把五加，不用金玉滿車。譙周《異物志》曰：文章作酒，能成其味。以金買草，不言其貴。文章草即五加皮也。《本草》曰：五加，五車之星精也。【略】清明時，葉方芽未放，摘之鹽淖熏乾，翠色欲滴，釀酒香洌。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・椒》 《春秋運斗樞》曰：玉衡星散爲椒。《爾雅》曰：檓，大椒也。《本草》曰：椒味辛熱，有毒，主心腹冷氣，除齒痛，壯陽，療陰汗，縮小便，開腠理，通血脉，潤髮明目，殺鬼疰蠱毒及魚蛇毒。久服輕身延年，又能敵穢。【略】五六月摘青椒入鹽梅及醬瓜内最有風味。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・茄》 茄一名落蘇，凡三色，或青或紫或白。紫爲上，青次之，白爲下。又有兩形或尖長如牛角或渾圓如小瓜尖長者鬆嫩渾圓者老而多子早者四五月生花即結實晚者六月始生九月尚盛莖高二三尺隋煬帝名茄子爲崑崙紫瓜。昔蔡遵爲吴興郡守，齋前種白莧紫茄，以爲常饌。【略】茄莧俱茂，作羹或燒煑，充素饌。或醃或醋或醬或糟，或取小者浸芥辣，食俱佳，而糟辣二種尤善。唯吾蘇各邑，得此法糟辣，竝宜晚茄，有剥取茄蒂風乾，歲朝和菜花乾食，名安樂菜。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・蘿蔔胡蘿蔔附》 蘿蔔一名土酥。《委齊百卉志》曰：其葉謂之蕪菁，又名蔓菁。形似菘，可生食，味微辛。劉夢得曰：三蜀之人，呼蔓菁爲諸葛菜。【略】實有二種，種宜春，食於夏，其莖紅者爲蘿白，種宜秋，食於冬。其莖白者爲蔓青。《本草》曰蘿白味辛，甘温無毒，煑食下氣，消穀，去痰癖，止咳嗽，制麵毒。搗汁服，主消渴，治肺癆，能止血、消血。與地黄何首烏同食，令人髮白。【略】起土洗浄，以刀四破之，或鹽或醋或糟，或用鹽汁浸蒸，曬作乾，俱可啖。或酒煑作饌，或肉和作羹，竝亦相宜。胡蘿蔔形如錘柄，有二種，一種出江南，正黄色，上下相等，長可八九寸。一種出江北，赭黄色，上細下粗，長僅四五寸，味甜。《本草》曰味甘平，無毒，主氣利腸胃。種宜潮沙地，六月下子，七月分栽，七月下子，八月分栽，喜糞澆。九十月起土，和羹或切段，或界絲，竝曬乾。或長條線穿挂簷下風乾，食有風味。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・芋》 芋名土芝，一名蹲鴟。芋數種，叢生，有水芋，有旱芋。大者爲魁，小者爲子，荒年可以度饑。【略】《風土記》曰：博士芋蔓生，根如鳧鴨卵。莊子徂公賦芋：杜詩園收芧栗。芧栗，果木也，誤以爲芋，非唯相傳。昔人有擁爐煨芋詩：深夜一爐火，渾家團圞坐。煨得芋頭熟，天子不如我。則此品可當南面王樂，豈獨禦窮哉。【略】吴中所種，最大無過茶甌。粤東西則有大至十斤者，切片火炙亦佳。小芋叢生，大芋身俗呼芋妳。和雞肉煑，及烹素饌，皆堪啖。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・落花生》 落花生，藤蔓，莖葉似扁豆，開花落地，一花就地結一果。【略】秋盡冬初，取之煮食，味甚甘美，人所珍貴。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・紫蘇白蘇附》 紫蘇，莖葉俱紫，嗅之有香。【略】伏天，摘其莖葉，入梅醬，頃刻紅如染血。撈出曬乾拌糖，名梅蘇。凡糖醋蜜梅及瓜薑諸蔬品，竝需之。白蘇，莖葉俱淡緑色。種法與紫者同。其性喜糞，須頻澆。只收子。味淡而鬆脆，作糖纏食佳。別有野蘇，斫取煎湯盥浴，亦有香氣。子細而黑，不可食，亦無用。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・薑》 薑苗高三尺，葉似箭竹葉而長，兩兩相對，苗青根黄而無花實。【略】小雪前後，將種曬乾，掘窖藏之，裹以糠粃，

免致凍損。來春種之，其利益倍。諺云：養羊種韮，子利相當。早採剥白，醋食極鮮。或醬食，可接新老韮。和羹，能解腥氣。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・韭》 韭叢生，葉細而長，近根處白。《周禮・醢人》，其實韭菹。【略】至冬移根，藏地窖中，培以馬糞，氣煖即長，其葉黃嫩，謂之韭黃，又名凍韭，又名韭芽，唯崑山圓明者味絶勝，價亦貴，百里外便艱得，視爲奇品。和醬與生肉，用麪作皮煠熟，名韭餅，味極可口。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・蒜》 蒜即大蒜，因別有一種小蒜，故以名別之。五代宫中呼爲麝香草，花中水僊酷似其形，六朝人亦號水僊爲雅蒜。【略】摘以烹腐，或和羹，俱佳。摘去復生，三月發苗，採可和肉，或醃食，亦爽口。氣臭，惟蒸熟作乾，則臭去味甘。四月起根，五月五日，以醋浸之，經年食乃佳。或搗汁入醋，澆石首魚，或打蒜醋入鹽菜，名蒜菜，味俱辛烈。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・菜》 菜四時皆有，種類特異，總謂之蔬，有疏通之義焉。食之則腸胃宣暢，而無壅滯之患。春曰春菜，又名白菜。【略】秋曰葵菜，又名秋菜。王摩詰詩：東園露葵朝折。《灌園史》曰：葵能衛足，爲百菜長。又云凡掐，必須露解。種於秋，起於冬，則爲冬葵。早冬者，家家户户醃藏過冬，曰藏菜。此有有二種，一名箭幹菜，幹長渾而白葉少。一名梵菜，相傳種出天竺國，故以梵名。幹扁短而青葉多，食有香味，較勝箭幹。性各不同，箭幹宜燥土，梵菜宜潮地。二種俱七月下子，八月分栽，冬前起醃方佳，若經霜則皮脱。鹽菜宜先曬半日，洗浄入鹽，箭幹鹽多，梵菜鹽少。醃過，即以石壓缸内，冬至煎汁上罈。晚冬者曰蹋菜，愈經霜雪，其味愈甜，止宜烹饌。九月下子，十月分栽，春盡收子榨油，以供一歲烹飪燃燈之用者，曰油菜。九月下子，十月分栽，春初發菜心，即生花。未花時，摘心以和羹，或醃或糟俱甘鮮。心可摘二二次，復生長。二月開黄花如鋪錦，騷人韻士都携酒賞之。有摘花淳熟曬乾，夏間作素饌，或拌醬炙肉尤妙。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・芥》 芥多種，有青芥、黄芥、紫芥、白芥，白芥似菘，有毛味劣。【略】北方種者，其根大如蔔味佳。南方即傳其種於土不相宜比之南種，僅能稍勝。八九月下子，九十月栽種，喜濃糞，頻澆。冬盡，宜削草培根。春間取其心作菹，或取全本，入鹽壓乾，其色碧翠。或再和茴香、椒末、蘿蔔片，名蓓蕾菜，俱有風味。其子以水浸，片時用悶醋同置石盆内，久研成漿絞出，名芥辣，澆雞鴈及緜粉切麪素饌肉内，啖之胸口俱爽。子須隔年者佳。或用磨摔，或不入醋，不絞查，並不得法。藏貯甕瓶，可越數日。用韭菜塞口，不致出氣變味。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・蔓》 蔓有數種，赤蔓、白蔓、紫蔓、紅蔓，又有人蔓、糠蔓、鼠蔓，惟人、白二種入藥，餘皆作蔬茹。【略】稍長摘嫩葉煠食，老則無味。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・菠薐菜》 菠薐，外國種，莖微紫，葉圓而長，緑色。本草曰：性冷，微毒，利五臟，通腸胃，解酒毒。北人多食肉麵食，此則平，南人多食魚、鼈、水、米，食此則冷，不可多食。【略】和腐煮，尤香。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・芹》 芹，一名水英。【略】清明前發苗、摘取，入鹽點醋，食佳。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・王瓜》 王瓜蔓生，形長而圓。《禮記》曰：孟夏之月王瓜生。今有青、白二種，白者曰早王瓜，四月即結。青者曰晚王瓜，五六月結。俱宜嫩摘，老則色黄，故又名黄瓜。【略】瓜味淡而脆，生切片，點薑醋，或拌肉食糟醬，皆可。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・生瓜》 生瓜亦蔓生，形似王瓜，稍長大。亦有青、白二種，白者色類扁蒲，青者色類田雞，又名田雞瓜。六月採取，種法亦與王瓜同。半破，鹽浸入醬，爲醬瓜，可作薹。或鹽浸曬乾爲白瓜，點醋食，或生切片曬乾，浸薑醋，或拌糖醋，俱堪啖。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・甜瓜》 甜瓜亦蔓生，形圓扁，六稜，皮有青白二種，味甘，青者較勝。中有汁浸子，飲汁更甘。【略】出者爲最，候其在蔓上熟者味鮮美。今圃人懼偷兒，多預採以草盦熟，則味失矣。種法與王瓜同。小暑後方熟，生時採之亦與生瓜同。用肉稍厚，或鏤空入生瓜片、青椒、薑絲、砂仁，掩蓋投醬内，名八寶瓜，味佳。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・絲瓜》 絲瓜一名天羅絮，一名布瓜，花黄，結瓜深緑色，有紋而長，有長至二三尺者。《本草》曰：性冷，解毒疽瘡及腳癰，燒灰傅之。粥鍋内煑熟，同薑醋食佳，或同雞鴨豬肉炒食。枯者去皮及子，用瓤滌器。性賤易生，不擇土。二月中下子即出，亦搭架引藤，藤上架方用糞水澆。四五月至七八月尚生結。霜降後收子和羹亦香。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・冬瓜》 冬瓜皮上有霜，有大三尺、圓長四五尺者。五六月最盛。切片和羹可啖，唯入鰻鱔，味更相宜。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・瓠》 瓠即葫蘆。《詩經》曰：幡幡瓠葉，采之烹之。《月令》仲冬行秋令，則瓜瓠不成。【略】圓扁者，嫩可作羹，或刻取其絲，隨圓旋轉，相續不斷，曬乾和雞肉煮，更有風味。摘頭者不可食。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・蠶豆豌豆附》 蠶豆殼似蠶，故名。子青白色。早者清明開花，立夏子綻，晚者穀雨開花，芒種子綻。青時採剝，淖熟，食甚佳。然須圃內生者爲鮮，街頭市賣，則經日越宿，食無味。候枯收子，曬乾炒食，亦香。【略】豌豆莢酷似決明，而子圓如菉豆，以小兒喜啖，又名孩豆，吳俗又呼蠶豆爲大豌，豌豆爲小豌。《本草》云：味甘平無毒，主調順榮衛，和中益氣。種法同蠶豆。採食亦同時。炙湯甘鮮香美。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・毛豆》 黃豆、紫羅豆、黑豆、菉豆、赤豆、俱穀類，圃中雞植，故不入史。毛豆殼子俱青，殼有毛，又名青豆。《本草》曰：味甘平無毒，主殺鬼氣，止痛逐水，除胃中熱，下瘀血，解藥毒，生食令人吐嘔。其種早晚不同，自四月至八月，相續不絕，唯以子大而甘爲佳。種二月至四月皆可，鋤地下子，不澆灌自生長，但種豆則地瘦，栽他物不茂。青採和羹，及入水燒熟去殼啖，味俱甘鮮。或剝子加鹽水淖滾，撈起鋪鐵篩內，下燃炭火炙乾，名青豆，點茶或入果盒俱佳。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・豇豆》 豇豆細長如裙帶，又名裙帶豆。莢色有青赤二種，帶莢食。採淖，點薑醋，或油拌，或和雞肉羹，俱佳。秋枯收種。青莢者子黑，赤莢者子紅。亦有黑者煮爛，可作豆砂，爲籠炊餡。有和白米烝飯亦香，可食。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・刀豆》 刀豆莢扁長似刀，青色，子扁細。凡豆俱食子，唯豇豆與刀豆連莢食，而刀豆味全在莢。種子引蔓生。採俱與豇豆同時。同法。摘取醬食味味佳。《本草》不載，或有用以和羹，不如醬者。

周文華《汝南圃史》卷一二《瓜豆部・扁豆》 扁豆蔓生，一名沿籬豆，又名羊眼豆，莢形扁而色青，子有白、紫二種。早者六月開花結豆，晚者七月方生白花白豆，紫花紫豆。白者呼爲白扁豆，其質味香嫩，勝於紫豆。【略】摘豆煮湯，湯與豆味皆香美，此夏秋圃中第一品也。蒸食雖無湯，豆味尤佳。剝豆薰乾，或俟深秋枯採炒食，或收貯至冬春，先以滾水炮去子，入糖霜水，煮熟點茶，俱極可口。

潘之恒《亘史鈔雜記・菌品・附錄》 《呂氏春秋》云：越駱之菌。高註云：越駱，國名。菌，竹筍也。羅云菌不可以言筍，疑即陳譜竹菌，吳中竹菰與《遵生八牋》桑菌、柳菌，俱可食。採以同素品燔食。

蘑菇採取曬乾，生食、作羹，美不可言。素食中之佳品也。蘑菇，瀕河之地有之，土人採食，或曰無杜，蓋遺腐船木所生也。

竹菰比菌更鮮美，熟食無不可者。歐陽詩：菌筍比羔羊。蓋其類也。

地踏菜一名地耳，春夏中生，雨中雨後採。用薑醋熟食。日出即沒而乾枝。俗云鼻涕蚵是也。

木菌，用朽桑木、樟木、楠木截成一尺長段，臘月掃爛葉，擇肥陰地，和木埋於深畦，如種菜法。春月，用米泔水澆灌。不時，菌出。逐日灌以三次，即大如拳。同素菜炒食、作脯，俱美。木上生者，且不傷人。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 雞蹼油盤須千錢，余以爲如王安北見之，不使人厭，出户去，不復使人思。

張存紳《增定雅俗稽言》卷四〇《植物》 馬齒採入沸湯，淪過曬乾，號長命菜，見宋王磐《野菜譜》。

謝肇淛《五雜組》卷一〇《物部二》 燕齊人採椿芽食之以當蔬，亦有點茶者。其初茁時甚珍之，既老則葅而蓄之，南人有食而吐者。然椿有香臭二種，臭者土人以湯瀹而滷之，亦可食也。考之《圖經》，踈而臭者乃樗耳，蓋二木甚相類，但以氣味別之。今人不復識認，槩呼爲椿也。

謝肇淛《五雜組》卷一〇《物部二》 滇中有雞蹤，蓋菌蕈類也，以形似得名。其油如醬，可以點肉，亦閩中烏蛫醬之類也。

滇中有雞蹤，蓋菌蕈類也，以形似得名。其油如醬，可以點肉，亦閩中烏蛫醬之類也。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 燕齊之民，每至饑荒，木實樹皮無不啖者。其有草根爲葅，則爲厚味矣。其平時如柳芽榆莢野蒿馬齒莧之類，皆充口食。園有餘地，不能種蔬，競拔草根醃藏，以爲寒月之用。毛詩所謂我有旨蓄，以禦冬者。想此類耳，彼詎知南方有淩冬彌茂之蔬耶。

謝肇淛《文海披沙》卷四《菜膾名》 菜號諸葛膾，名郎官。江南人作膾，因張翰故名郎官鱠。

倪朱謨《本草彙言》卷九《木部》

香椿殺蚘蟲，解蠱毒，止疳痢之藥也。【略】

椿【略】

前賢孟氏曰：椿芽甘香而美，膳夫入諸蔬菜肉食中，大能省胃氣，然多食亦動風發熱，出瘡疥，昏神氣，發痼疾。

謝肇淛《滇略》卷三《產略》 雞爨，菌屬，以形似名，永平產者最佳。以六七月大雷雨後生沙土中，或在松下林間，鮮者朋蠢，間有毒。出土一日即宜采，過五日即腐。采後過一日即香味俱盡，所以爲珍。土人鹽而脯之，熬液爲油以代醬豉，亦作墟。

董斯張《吳興備志》卷二六《方物徵第二二》 烏戍甜瓜有名，有青白二種，胡瓜北人呼爲黃瓜，越瓜生白小者，糟藏之。《談志》

長興縣西湖出佳蓴，嘗貢德清沈顗兵荒，采蓴芹根供食。今水鄉亦種，夏初采賣，軟滑宜羹，夏中輒蠶蠹不可食，不如吳中者，至秋初亦軟美。今出蘇灣者佳。

蘆菔，合谿出者最佳，歲常入貢。蘇東坡所謂消梨嫩者，鹽水漬之可以致遠。性便黃土，故山鄉尤宜種。並上

董斯張《廣博物志》卷四一《食飲》王儉問周顒卿，山中何所食。曰赤米白鹽，綠葵紫蓼。文惠太子問菜食何味最，曰春初早韭，夏末晚葱。

顧起元《說略》卷二八《卉牋下》 葵之種類不一，有丘葵，《廣雅》曰：蒲丘葵也。有胡葵，《廣志》曰：其花紫赤。有冬葵，陶隱居曰，以秋種葵。《覆養經》：冬至春作子，謂之冬葵。《本草圖經》云：苗葉作菜茹更甘美。【略】有龍葵，《本草》唐本註云：即鬬河間謂之苦菜者，葉圓花白，子若牛李子，生青熟黑，但堪煮食，不任生噉。孟詵云：其味苦，捋去汁食之。《食醫心鏡》云：龍葵作羹粥，食之並得。《圖經》云：惟北方有之，北人謂之苦葵，葉圓似排風而無毛。有菟葵，《爾雅》曰：蒉菟葵。郭璞註云：顏似葵而小，葉狀如藜，有毛，汋啖之滑。《廣志》云：兔葵滷之可食。《本草》唐本註云：苗如龍芮，葉光澤，花白似梅，莖紫色，煮汁極滑，堪食。劉禹錫所謂動搖春風者也。有荊葵一名芘茉。《爾雅》曰：莜，蚍衰是也。郭璞註云：似葵，紫色。陸璣云：似蕪菁，華紫綠色，可食，微苦。有錢葵，葖低。又一種千葉可愛。有鳧葵。《馬融傳》曰：桂荏鳧葵。葉圓似蓴，生水中，一名水葵。有蒲葵可食，葉似葵而大，中作扇。謝安取蒲葵扇中者，捉之是也。有露葵，《顏氏家訓》云：蔡朗父諱純，遂呼蓴菜爲露葵。王維詩云：松下清齋折露葵。意謂帶露之葵，不指蓴菜，蓋蓴菜非輞川所有。宋玉《諷賦》云：烹露葵之羹。語並在蔡朗前，亦不指蓴菜。有楚葵，即水中芹菜。有澤葵，即莓苔。鮑昭《蕪城賦》澤葵依井是也。《齊民要術》又有鴨脚葵、紫莖葵、白莖葵、春葵、秋葵。按：葵類雖多，鮮不堪茹，古人重之。故《豳風》七月烹葵。《周禮》醢人饋食之豆，其實葵菹。《儀禮》贊者一人執葵菹，以授主婦。公儀休食葵而美。魯監門女婁謂馬佚食園葵，歲利亡半。魯漆室女謂馬佚踐園葵，使終歲不厭葵味。崔寔云：六月六日可種葵，中伏後可種冬葵，九月作葵菹、乾葵。潘岳《閒居賦》：菜則綠葵含露齊。周顒答王儉云：綠葵，紫蓼。《荊楚歲時記》云：仲冬，菜經霜，蕪菁葵等雜菜乾之，並爲鹹菹。《齊民要術》有種葵法甚詳。又謂種葵三十畝，勝作十頃穀。又《爾雅翼》云：葵爲百菜之王，味尤甘滑，今人絕不食此，是以亦鮮種之，不知何故。

顧起元《說略》卷二八《卉牋下》 《月令》四月苦菜秀。今人多不識，其的爲何物也。考《神農本草》，一名荼草，一名游冬，凌冬不死。《詩》云誰謂荼苦。又《顏氏家訓》引《易通卦驗玄圖》云：苦菜生於寒秋，經冬歷春乃成，一名游冬。葉似苦苣而細，斷之有白汁，花黃似菊。又按：唐王冰注《素問》引古《月令》，四月吳葵華，而無苦菜秀一句。《本草》吳葵、龍葵，析爲二條，其形與性所說不殊。孫真人《千金方》治手腫亦用吳葵。唐《本草》注吳葵云，即鬬河間謂之苦菜者。亦既曉了矣。乃復分苦菜、龍葵爲二條，何耶。俗作鵝兒菜，又名野苦賈。

《晉書》載陸機造王武子，武子置羊酪指示陸，曰：卿吳中何以敵此。陸曰：千里蓴羹，末下鹽豉。或者謂千里、末下皆地名，蓴豉所出之地。而《世說》載此語，則曰：千里蓴羹，但未下鹽豉耳。此語似非地名。東坡詩曰：每憐蓴菜下鹽豉。又曰：未肯將鹽下蓴菜。坡意正協《世說》。然杜子美詩曰：我思故人在何處，隔此太湖萬頃波。安得扁舟往相就，呼兒具鱠下蓴羹。又以千里、末下爲地名矣。湖人陳和之言：千里，地名，在建康境上，其地所產蓴菜甚佳。計末下亦必地名。《緗素雜記》、《漁隱叢話》皆引《世說》之言，以謂末下當云末下，而《漁隱》謂千里者湖名，且引《酉陽雜俎》酒食類中，有千里之蓴，然末下少見出處。千里蓴言者甚多，如南北史載沈文季謂崔祖思曰：千里蓴羹，非閩魯衛。梁太子啓曰：吳媿千里之蓴，蜀慙七菜之賦。吳筠《食移》曰：千里蓴羹，萬丈名膾。千里之蓴，其見稱如此。今建康千里湖莫知的在何處，而蓴菜亦絕無生者。

張大復《梅花草堂集》卷一《食笋》 凍笋出土中，味醇而滑，肥而不滓。蓋

所謂純氣之守也。入春未十日，而筍理蘇硬，食後猶存齒頰間，豈化之滯也，出胎椎子，便解觸忌乎，書此一笑。

鄭瑄《昨非庵日纂三集》卷九《惜福》　昔人請客東，以具饌二十七味。客曰：適云二十七味，何一菜乎。主曰：三韭非至，則惟煮韭炒韭薑醋韭耳。客曰：適云二十七味，何一菜乎。主曰：三韭非二十七耶。錢穆父嘗請東坡食晶飯，子瞻以爲必精潔之物。至則飯一盂、蘿蔔一碟，白湯一盞。坡笑曰：此三白之爲晶耶，相對閒然，三韭三白，可爲絶對。

朱國禎《湧幢小品》卷二七　爲百蔬之王。綸組也。紫菜也。海中之草也。珊瑚也。琅玕也。海中之木也。

棗杏之屬爲核果。黎奈爲膚果。椰胡桃之屬爲殼果松柏之實爲檜果。木謂之華。草謂之榮。不榮而實。曰秀。榮而不實。曰英。竹萌謂之筍。蘆萌謂之薹。穀稻萌謂之秧。

苔爲澤葵。又名重錢。亦呼爲宣蘚。南人呼爲姤草。倪元鎮庭中。苔滿落葉。以長竿揭而去之。不欲踐傷也。

今人稱茄子爲酪酥。出於宋龍圖閣一書。曰貽子録。或曰，當作落蘇。未知孰是。寇宗奭《本草衍義》曰：白冬瓜一二斗許大，冬月收爲菜，又蜜煎代果，可以禦冬，故曰冬瓜。今皆誤書曰東，蓋因西瓜之對也。又有青色黄色，而形類越瓜者，本名胡瓜。晉永嘉後，五胡亂中原，石勒僭號於襄國。諱胡尤峻，因改爲黄瓜。胡荽爲元荽，胡麻爲芝麻，胡桃爲核桃，江南曰羌桃。

徐光啓《農政全書》卷二六《樹藝・穀部下》　李時珍曰：按服食家有種青蘘法云：秋間取胡麻子種畦中，如生菜之法。候苗出采食，滑美如葵。

徐光啓《農政全書》卷二七《樹藝・蔬部》　[白瓜]即越瓜也；又名冬瓜。以其至冬而熟也。《廣志》謂之蔬蒪。《神仙本草》謂之土芝。

《齊民要術》曰：種越瓜胡瓜法：四月中種之。胡瓜，宜堅柴木令其蔓緣之。收越瓜，欲飽霜。霜不飽，則爛。收胡瓜，候色黄則摘。若待色赤，則皮存而肉消。并如凡瓜，於香醬中藏之，亦佳。玄扈先生曰：甜瓜生者，以羹骨刺頂上，易熟。

種法：傍牆陰地作區，圓二尺，深五寸，以熟糞及土相和。正月晦日種。二月三月亦得。既生，以柴木倚牆，令其緣上。旱則澆之。八月斷其梢，減其實，一本但存六枚。多留則不成也。十月霜足收之。旱收則爛。削去皮子，於芥子醬中（或美豆醬中）藏之佳。

【略】

[茄]《本草》曰：茄，一名落蘇。【略】

《務本新書》曰：茄初開花，斟酌窠數，削去枝葉，再長晚茄。秋深老茄爇軟，水浸去皮，以鹽拌匀，冬月食用，旋添麻油爲上。

徐光啓《農政全書》卷二八《樹藝・蔬部》　[菠菜]菠薐，一名赤根，又名波斯草。【略】

春月出薹，至春暮，莖葉老時，用沸湯掠過，曬乾，以備園枯時食用，甚佳。實四時可用之菜也。

[茼蒿]蓬蒿。形氣同于蓬蒿，故名。王禎曰：同蒿者，葉緑而細，莖稍白，味甘脆。《農桑通訣》曰：茼蒿，春二月種，可爲常食，秋社前十日種，可爲秋菜。如欲出種，春菜食不盡者，可爲子。俱是畦種，其菜又可湯泡，以配茶茗，實菜中之有異味者。

李時珍曰：八九月下種，冬春採食。四月起薹，花淺黄色，如單瓣菊花；結子近百成毬。最易繁茂。

徐光啓《農政全書》卷二八《樹藝・蔬部》　[葵]《廣雅》曰：蕲，邱葵也。《説文》葵，菜也。【略】

六月六日可種葵，中伏後，可種冬葵。九月作葵菹乾葵。【略】宿根在地，春生嫩葉，亦可採食。前金人以韭蓼汁，併雞肉和食，謂之冷羹，最爲上饌。

[蜀葵]《爾雅》曰：菺，戎葵也。郭璞注云：今蜀葵也。《爾雅翼》云：蜀葵，即吴葵。《夏小正》云：四月小滿後五日，吴葵華。陶弘景曰：吴葵即此也。又有黄蜀葵，別是一種，即秋葵也。

種法：春初種子；冬月宿根，亦自生苗。過小滿後，長莖高五六尺。花似木槿而大。

李時珍曰：葉嫩時，亦可茹食；其稭剥皮，可緝布作繩。

[蓑葵]即紫草子。《爾雅》曰：蓑葵，繁露也。其葉最能承露，其子垂垂如綴露，故名。又一名藤菜，一名天葵，一名御菜，一名燕脂菜，一名落葵。落字疑蓑字相傳之訛。

陶弘景曰：落葵，人家多種之，葉可餦鮓食，甚滑。

李時珍曰：落葵，三月種之，嫩苗可食。五月蔓延，其葉肥厚軟滑，可作蔬，和肉食。子紫黑色，採取汁，可染布物，謂之胡燕脂，但久則色易變。

徐光啓《農政全書》卷二八《樹藝・蔬部》［蔓菁］《爾雅》曰：蔜蔜蕠。《說文》曰：蔜，蕪菁也。一名九英菘；一名諸葛菜；一曰蔕蕪，一名蔾，一名芥。《廣志》曰：蕪菁，有紫花者，有白花者。劉禹錫云：諸葛亮所止，令兵士皆種蔓菁者，取其纔出甲可生啖，一也；葉舒，可煮食，二也；久居，則隨以滋長，三也；棄不令惜，四也；回則易尋而採，五也；冬有根可食，六也。《溪蠻叢話》云：苗、僚、瑤、佬所產馬王菜，味澀多刺，即諸葛菜也。相傳馬援所遺，故云。蘇頌曰：南北皆有，北土尤多。河東、太原所出，其根極大。陳藏器《本草》曰：蕪菁，南北之通稱也。今并、汾、河、朔間，燒食其根，呼爲蕪根。塞北種者，名九英菘菁，根大，并將爲軍糧。【略】九月末，生收葉；晚收則黃落。仍留根取子。十月中，犁旋畤，拾取耕出者。若不耕畤，則留者莢不茂，實不繁也。其葉，作菹者，料理如常法；擬作乾菜及釀菹者，後年正月始作耳；須留第一好菜擬之。其菹法列後條。【略】

又曰：十月終，犁出蕪菁根，數曝過；冬月蒸食，甜而有味。春生薹苗，亦菜中上品。

徐光啓《農政全書》卷二八《樹藝・蔬部》［芹］《爾雅》曰：芹，楚葵。芹，古作蘄，一名水英。按生江湖陂澤間者，水芹也；二月生苗，其葉對節生。生平地者，旱芹也。二月生苗，其葉對節生。《音書》：立春日，以芹芽爲菜盤相饋。又有紫芹，出太行王屋，可制汞，不可食。又一種馬芹，《爾雅》曰：「茭，牛蘄，」葉細銳可食，亦芹類也。別有一種黃花者，名毛芹，食之殺人，蛟龍食之亦病。

《齊民要術》曰：芹菜，收根，畦種之。常令足水，尤忌潘泔及鹹水，澆之，則死。性易繁茂，而甜脆勝野生者。

陶隱居曰：二三月芹作英時，可作菹，及熟爚食之。

玄扈先生曰：野芹，須取嫩白爲佳。輕鹽一二日，湯焯過，曬須一日乾，方妙。

［蕘］古「菦」字。《小雅》：「薄言采芑」疏云：苦菜也。青州謂之芑。《說文》蕘作菦。吳人呼爲菦菜，莖青白色；摘其葉，白汁出，脆可生食。亦可蒸爲茹。按：菦有三種：白菦、苦菦、萵菦，皆不可烹煮，故通曰生菜。彭秉曰：萵菜，自萵國來，故名。

《農桑通訣》曰：萵菦，作畦下種，如菠薐法；但得生芽，先用水種浸一日，於濕地上布襯，置子於上，以盆椀合之。候芽漸出，即種。正二月種之，可爲常食，秋社前一二日種者可爲醃菜。其莖，去皮蔬食，又可糟藏，謂之萵筍。

［苜蓿］《爾雅翼》曰：「木粟」，言其米可炊飯也。郭璞作「牧宿」；謂其宿根自生，可飼牧牛馬也。《漢書・西域傳》曰：罽賓有苜蓿、大宛馬。武帝時，得其馬，漢使採苜蓿種歸。陸機與弟書曰：張騫使外國十八年，得苜蓿歸。《西京雜記》曰：樂遊苑，自生玫瑰樹，下多苜蓿。苜蓿一名懷風，時人或謂光風草；風在其間蕭蕭然，日照其花有光采，故名懷風。茂陵人謂之連枝草。李時珍曰：二月生苗，一科數十莖。葉綠色。入夏及秋，開細黃花；結小莢，圓扁旋轉，有刺。內有米如穄米。可爲飯，亦可釀酒。

徐光啓《農政全書》卷二八《樹藝・蔬部》《齊民要術》曰：蓼作菹者，長二寸，則剪，絹袋盛，沈於醬甕中。又長，更剪，常得嫩者。若待秋，子成而落，莖既堅硬，葉又枯燥也。取子者，候實成，速取之。性易凋零，晚則落盡。五月六月中，蓼可爲鹽，以食蒐。

蘇恭曰：莖赤色，水挼食之，勝於蓼子。

【略】

《事類全書》云：香菜，常以洗魚水澆之，則香而茂。溝泥水米泔亦佳。夏秋採葉可作菜食，或切葉以芼諸菜，或於素食麵粉之類，皆可覆食，以助香味也。

俞貞木《種樹書》曰：香菜，與土龍腦，不得用糞澆，澆則不香。只以溝泥水、米泔汁澆之佳。

［甘露子］苗長四五寸許，根如累珠，味甘而脆，故名甘露。

王禎曰：凡種宜於園圃近陰地。春時種之。用麥穅爲糞。地宜沾潤爲佳。至秋乃收。

《務本新書》曰：白地內區種。暑月，以麥穅蓋之。承露滋胤，以是得名。又云：宜肥地熟鋤，取子稀種。其根皆連珠，須耘淨方茂。

又云：甘露子，生熟可食；可用蜜或醬漬之，作豉亦得。

［菌］《爾雅》曰：中馗菌，小者菌。郭璞曰：地蕈也。似蓋。今江東名爲土菌，亦可馗廚，可啖之。王禎曰：菌皆朽株濕氣烝浥而生。中原呼菌爲菌茹，又爲蕈。又一種謂之天花。桑樹上生者，呼爲桑蕈，施之素食最佳。雞南北異名，而其用則一。今江南山中，松下生者，名爲松滑。菌之種不一，名亦如之。野蕈如赤蕨、黃耳，皆可食。然辨之不精，多能毒人，雖甘，無益也。不復具載。玄扈先生曰：北土有羊肚菜，生天淀中，此草根所爲也；南土有天仙菜，此茅根所爲也；有竹茹，竹根所爲也。他如天花、麻菇、鷄堛、猴頭之屬，皆草木根腐壞而成者。又曰：五木耳，亦桑、槐、榆、楊、楮所生。【略】

《農桑通訣》曰：取向陰地，擇其所宜木，楓、楮、栲等樹。伐倒，用斧碎砍成坎，以土覆壓之。經年樹朽，以鍤碎剉，勻布坎內，謂之驚禪。雨雪之餘，天氣烝

暖，則蕈生矣。雖踰年而獲以繼取，及土覆之，時用泔澆灌。越數時，則以槌棒擊樹，其利則甚博。采訖。遺種在內，來歲仍發。復相地之宜，易歲代種。新採，趁生煮食，香美；曝乾則爲乾香蕈。今深山窮谷之民，以此代耕。殆天茁此品，以遺其利也。

張所望《閱耕餘録》卷三《荇酥》 荇菜首見於三百篇，吾鄉陂澤中多有之。《農田餘話》謂熟煮其味如蜜，名曰荇酥，然知之者絶少。陳眉公云：俟秋明水清時，截菊泛泖，膾鱸擣橙，并試前法，同與蓴絲薦酒。

陳繼儒《古今韻史》卷一二《韻物・六月筍》 武夷山中緑竹，六月生筍，就林中生噉之，清芬脆美無比。

陳繼儒《岩棲幽事》 吾鄉荇菜爛煮之，其味如蜜，名曰荇酥。《郡志》不載，遂爲漁人野夫所食。此見于《農田餘話》。俟湫明水清時，截菊泛泖，膾鱸擣橙，并試前法，同與蓴絲薦酒。

陶珽《説郛續》卷二一 陳繼儒《晏碎録》 豆腐，淮南王劉安所作。

包汝楫《南中紀聞》 丙寅五月，余在扶叢鄉，有五猺人，扣門乞見，攜木葸土茶等來餉。余止受木葸，以作羹，味如菜萸，醬頗可用。

鐙續《霏雪録》卷下 元辨章哈爾吉布哈公凝重有廊廟器，善調攝，晨朝唯素食，常蔬三四品。春冬以蘆同豆腐作羹，秋夏冬瓜羹，不御魚肉，午乃進豐饍。

陳正學《灌園草木識》卷三《木之屬》 槐，其葉夜合晝開，一名守宫。嫩葉可茹。

陳正學《灌園草木識》卷五《蔬之屬》 韭，於五月韭肥壯時，取千本，切白寸許，餘不用，洗而涼乾，以炒鹽拌之，置礶内，沃以白麻油一盞，終年羹食。臨用時，着些酸醋佳。

陳正學《灌園草木識》卷五《蔬之屬》 甕菜，取其莖入醬碗中數日，甚脆，不須曬日，曬即靭矣。

諸茂卿《今古鈎玄》卷二〇 廣中有睡菜，五六月生田塘中，葉類茨菇，根如藕梢，土人採爲菹，食之，令人好睡。

周祈《名義考》卷九《物部・雕菰音孤》 米也。初生苗謂之茭白，中心生薹如藕，至秋如小兒臂，可蒸食。其中有黑點者，謂之茭鬱，至後結實，可炊爲飯，乃雕菰米也。《爾雅》謂雕一名蔣，今所食茭苗記》作雕胡。《内則》注作雕胡。枚乘作安胡，《相如傳》作觚盧。《爾雅翼》云江南人呼茭草，刈以飼馬肥，土人謂之葑田，其莖謂之菰。書畴乃芻茭，即此物。又《爾雅》茭，牛嚼。郭璞注：今馬嚼，葉細鋭，似芹可食。《本草》注：茭生水澤中，苗似鬼鍼花，青白色，子黄黑色，似防風子。皆是物也，但其名有異，《爾雅》又兩言之耳。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷一《養生部一・茶制》 茶菜

芝麻水浸，擩去皮，焙燥，揚潔，湯燙。胡荽川頭醃泡。萵苣筍乾宜芝麻。豆腐乾煠軟，宜芝麻、胡荽。芹白醃，宜胡桃仁。竹筍豆豉蔓菁乾宜芝麻。木蓼乾宜芝麻。香椿芽微苦，宜芝麻。乾同。竹筍鮮者帶撐苦，加少鹽。《筍譜》曰：脫殼煠，則失味。鹹乾者，宜芝麻。同蒿苦、宜芝麻。乾同。鷄棕宜胡桃、榛、松仁。龍鬚菜微苦。筆管菜微苦。扁豆苦熟去皮殼。宜芝麻。乾同。豇豆肥稱者兼殼，微苦乾。羊角豆稱者兼殼，苦熟。刀豆老者苦熟，去皮殼。天茄稱者苦。宜用芽蒯同少鹽苦。蒯音附。箭幹菜醃胡桃仁宜。絲瓜刷去皮，同少鹽微苦。金雀藥同少鹽，微苦乾。胡蘿蔔宜胡桃仁，熟菜肉，熟葱白醃，胡荽、芝麻。乳餅熱湯泡，刀切，鹹以淡酒少漬，宜胡荽。

陳詩教《花裏活》卷下 宋僧德修作酴醾粥，採花片用甘草湯焯，候粥熟同煮。又採木香嫩葉就元焯，以鹽油拌爲菜茹。

范泓《典籍便覽》卷四《政事部上》 淮南術。豆腐之作，始于淮南王安。朱晦翁云：早知淮南術，安生獲泉布。

范泓《典籍便覽》卷四《政事部上》 穀蔬之美者有不周之稻，玄山之禾，冀野之粱，陽山之穄，南海之秬，竹根之粟，麻胡之麥，會稽之菰，夢澤之芹，具區之菁，楊撫之苣，招搖之桂，越輅之筍，長澤之卵，緑施之笋。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝·芋》 芋一名土芝，齊人曰莒，蜀呼爲蹲鴟，在在有之，蜀漢爲最。顔師古注：蹲鴟，芋也。葉如荷長而不圓，莖微紫，乾之亦中食。根白，亦有紫者，其大如斗，食之味甘，旁生子甚夥，拔之則連茹而起，宜蒸食，亦中爲美膳，東坡所謂玉糝羹者此也。煮法，宜先用鹽微滲之，則不模糊。《廣志》所載凡十四種，其大如斗魁如簇者，名君子芋。子少而魁大者，爲談善芋。子多而魁亦大者，爲一果芋，畝收百斛。又有車轂、鋸子、青邊、旁巨四種，惟多子。他如緣枝，生而色之黄者，則有雞子芋，蔓生而根如鵝鴨卵者，則有博士芋。餘悉下品，不復具録。凡此諸芋，皆可乾醋，亦可藏至夏食之。【略】

又云有六種，青芋細長毒多，初煮須要灰汁換水煮熟，乃堪食。白芋、真芋、連禪芋、紫芋，毒少，蒸煮食之，又宜冷食，療熱止渴。野芋大毒，不堪食也。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝·芰》 芰一名菱，菱，陵也，世謂之菱角，葉浮水上，花開背日。實有二種，一種四角，一種兩角，又有青紫之殊。秋上子黑，熟時收取，散着池中自生。生食性冷，煮熟爲佳，蒸作粉，蜜和食之尤美。江淮及山東曝其米以爲食，可以當糧，猶以橡爲資也。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝·蕨》 州縣境内多野山産蕨處，荒時百姓入山尋採度命。其苗曰蕨箕，春初可作菜。其根深者至三四人，每根二斤，搗取粉，水澄細者，可充一夫一日之食。自九月至二月可採，至三月穿芽，則根虚不可食，可救半年荒也。元人黄君瑞歌云：信哉鄉民蕨作糧，三月懷饑聚頭哭。蕨箕開葉不可飡，蕨根有粉聊鋤鑺。觀此則三月以後不可食矣。蕨性極寒，損胃氣，須雜米粉食之，否則病黄。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝·山藥》 山藥本名薯蕷，以山土所宜，故名山藥。種忌大糞濟寧州以牛馬乾糞種之然黑土不如黄沙土平地種者無益可以充食療饑，兼作東坡玉糝羹。

包衡《清賞録》卷三 草絢曰：孔明所止獨種蔓菁者，取其出甲便可生啗，葉舒可煮食，久居隨以滋長，棄去不惜，回則易尋而採之，冬有根可斷食。比諸蔬屬，其利爲薄，三蜀之人今呼蔓菁爲諸葛菜。

焦周《焦氏説楛》卷四 翰林鹽法，每用時菜五七種，擇去老莖者，細長破之，入湯。審硬軟，作汁量淺深，慎啓閉，時檢察，待其玉潔而芳香則熟矣。欲食先鍊雍州酥，次下乾薑及鹽花。冬春用熟筍，夏秋用生藕，刀破與薑同。既熟，攪于羹中，極清。盧質在翰林躬爲之。

焦周《焦氏説楛》卷五 小截山蔎爲玉杵羹，黄雀脂膏爲金綿酢。吴淑詩：曉羹沉玉杵，寒酢叠金綿。

焦周《焦氏説楛》卷七 海中之人，不業畊種。惟掘地種甘藷，秋熟收之，蒸曝，切如米粒，倉圖貯之，以充糧糗，是名藷糧。

焦周《焦氏説楛》卷七 菜蔬

薑油多，薤花茄兒，辣瓜兒，倭菜，藕鮓，冬瓜鮓，笋鮓，茭白鮓，皮醬，糟瓊枝，蕈菜笋，糟黄芽，糟瓜薑，淡鹽薑，鮓菜，醋薑，脂麻辣菜，拌生菜，諸般糟淹，鹽芥。

徐炬《新鐫古今事物原始全書》卷一八《饌食》 豆腐 豆腐

謝綽《拾遺》云：荳腐之術，三代前後未聞此物。至漢淮南王安始傳其術于世。朱晦菴《荳腐詩》曰：種荳荳苗稀，力竭心已苦。早知淮南術，安坐獲泉布。坡詩云：煮荳爲乳脂爲酥。

費元禄《鼈采館清課》 菜甲初長過於酥酪，寒雨之夕，呼童摘取，佐酒夜談，嗅其清馥之氣，可滌胸中柴棘，何必純灰三斛也。江東有千里蓴羹，未下塩豉。引以相比，覺差勝耳。

費元祿《鼇采館清課》 山中竹笋，清遠韻勝，宜蔬食奇品，澄羹作脯，皆失真性，惟煨剝最良。余中酒飽食，煩悶燥渴，命小婦煨熟，啖之甘美不可言。烹以松蘿，武夷沃之，宿苦頓解。

李介《天香閣隨筆》卷一 隴西薇蕨徧滿山谷，土人以之代食，且儲以禦飢。賈人轉販江南京師者，皆隴山產。

孫之騄《枝語》卷下《筍》 和之美者，有越駱之菌焉。味之嘉者，有盧棲之筍焉。其爲物也，淡而不厭，清而遠俗，鮮可以烹，乾可以蓄。簡箭晚生，淡苦，早育，含諸苞浮，匾莖實腹，班皮筒節，並載笋録。或嫩如馬蹄，或生如犢角，其脛似雞，其頭似鹿，外恨包藏，中仍節目，聞雷而驚，遇雨而矗，穰穰翻地，掀掀透籠，短長莫較，先後相續，遠去若奔，潛行若伏。群强觸藩，狂劇穿屋，一之日怒芽，二之日如鏃。其族也繁，其苗也速，其環立也，比兒孫其成行也。齊奴僕其採而取也，蒸煮包酢惟人所欲。爰有鬻笋，仲宣瀹笋干木送笋東坡，煨筍山谷，或擬之拋簪，或譬之擘玉。廷秀之經可披，贊寧之譜可讀爾。乃新蒲含紫，初篁苞緑，野夫折盈把，挑來向市鬻。試問價幾何，十錢買一束。觿觿入中厨，晚食以當肉。如叅玉版禪，味美乃心沃。咀吞千畝餘，胸次不輾轆。別得煮簣法，甘葅和菌熟。陋彼北方人，蕪菁敖酪粥。彼自希見筍，歸煮床下竹。

孫之騄《枝語》卷下《雪里蕻》 四明有菜名雪裏蕻者，甕頭旨蓄。當此寒天雪飛，草凍欲死，此菜青青淇尤美焉。吾欲肉食，苦無侏儒之腹，不如且啖雪蕻，與劉伶老叟破甕呼盧，此時窮愁感憤，罵譏笑謔，了不設於胸中，不知門外雪深幾尺也。

孫之騄《枝語》卷下《蓴》 昔王武子食前有羊酪，問陸雲曰：吳中何以敵此。荅曰：千里蓴羹，末下鹽豉。張翰有清材，爲齊王冏東曹椽。一日見秋風起，思吳中菰菜蓴羹鱸魚膾，曰人生貴適志，何能羈官數千里外以要名爵乎，遂命駕歸。世傳蓴菜出松江千里湖中。華亭谷郡志載之甚詳。此步兵所爲寄思秋風者也。又惠州西湖蓴浦，亦出蓴菜，葉似鳧葵，花黄白，實紫色，以鯽魚羹之，能下氣。揔不若吾郡西湖蓴菜爲第一，或曰蕭山櫻桃楊梅蓴菜俱知名，而蓴特著，不知皆湘湖人來此取去。袁中郎云：蓴採自西湖，浸湘湖一宿然後佳，浸他湖便無味。浸處亦無多，方圓僅數十丈許，然則湘蓴洵美不如所出之地尤美也。又按：蓴以春暮生，入夏半月而盡。春夏嫩莖，未葉者曰稚蓴，稚者小也，葉稍舒長者曰絲蓴，莖如絲也。至秋老則名塊蓴，一云豬蓴，言僅可飼豬耳，不堪作羹矣。張翰秋風鱸魚將無非是，或千里湖中別有一種蓴菜耶。但蓴菜味最易變，不能遠去，吾郡之蓴東不踰紹，西不過錢塘，以故世鮮知者。《暖姝由筆》云：蓴菜出吳江金宅寺東南四五里，其地方二三里，莖如燈草，長二三尺，葉比猪草稠大而厚緑，或紫或白或紅，颺水中，上有小衣甚滑，他處無也。

孫之騄《枝語》卷下《絲蕪蕪板蕪蕪》 皆正、二月採之以和羹，夏結角則不堪用。絲蕪莖兮不可纖，板蕪蕪兮路不識。出無朋兮入無室，吾將歸空山兮，草爲衣木爲食。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 三月清明穀雨

置備：【略】醃青菜。

四月立夏小滿

置備：【略】醃芥菜。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 五月芒種夏至

置備：買蒜。醋蒜。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 六月小暑大暑

置備：【略】作瓜茄乾。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 八月白露秋分

置備：【略】醃菱拇。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 九月寒露霜降

置備：【略】糟茄薑。烘青豆。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 十月立冬小雪

置備：【略】作蘿蔔菜乾。

錢爾復《沈氏農書・逐月事宜》 十一月大雪冬至

置備：【略】踏鹽齏菜。

錢爾復《沈氏農書・家常日用》 一、黄霉買梅子三十斤，用鹽醃過，取出曬乾蒸黑貯用。其汁入瓷罐内封固，任其或花或臭不妨。候到九月内，將桂花五升，傾汁拌匀，桂見梅汁，永不變色。至十一月，將黄橙十五觔，細切與桂花同拌，再加熟芝蔴五升，收貯以備一歲之用。凡梅花茉莉甘菊諸花，香而不苦者，皆可入橙點茶，以諸花見橙俱不變耳。

一、六月内，梅豆一收，即合醬黄日曬夜露。隨買頭水菜瓜五十觔，用鹽十五觔揉爛，拌瓜入缸，將石壓定，逼盡瓜汁。取瓜略曬一日，皮皺稍乾，用醬黄二斗五升，將汁拌匀，同瓜入甕，封口置無日處。

一、六月內所合醬黃，大伏內曬成黑醬，每黃一斗入鹽四觔，厚可成團。到九月摘冷露茄風乾，但取入醬不腐。不必太乾皮皺也，每茄一觔，用醬一觔，拌勻入甕，封固貯無日處。

一、九月內買薑，取其最嫩者入糟，次嫩者麻布拭淨，每薑三觔，用香油一盞，熬滾入薑，略翻兩三轉身即起，攤冷，次日拌醬入甕封貯。

一、九月內冷露茄取細小者五觔，用麵酒糟六觔，鹽十七兩，清水一盆，拌勻，連茄入甕封貯。糟薑亦如此法，但用醋拌不用水。

一、四月內買蒜苗百觔，醃過曬乾。再多種絲瓜，採下去粗皮醃過曬乾，一層蒜，一層瓜，入甕共蒸，以黑爲度，取出曬乾封貯。一性極熱，一性極寒，勻透中和，甚有補益，且味甚佳，最宜下酒。

一、蒜苗寸許，入醃蒜頭，糟醋煨透，不惟味美，可以辟穢臭，除沙氣。五六月間作活人，與蒜食之不生病，茶中加梅與薑不受暑。

一、九月內，西鄉晚菱拇正盛而未老，去根葉淨盡，水浸半日，入鍋煮熟，細切笮乾，搗大蒜抄鹽，拌勻，入甕築實，直到春，味尚美。若菜少之年，便臨採菱拇時，尚可取醃也。

一、六月內買太湖大茄，少鹽煮熟，烈日曝乾，入甑蒸黑。

一、如作菜乾法，如青瓶樣，作小菜甚佳。

一、鹽齏菜蘿蔔菜擡心菜，每百觔用鹽三觔，踏過石壓，二十日後取出曬乾，入甑蒸透，再曬極乾，用熱香油灑勻，再蒸曬以黑爲度，入罐收貯。不惟小菜佳，若用肉油醬拌飯上頓，亦美味也。老農云：種鹽齏菜法，旱年澆之以水，水年澆之以糞，則梗長葉少而最嫩。

按：此書大約出於蜀川沈氏，而成於崇禎之末年，正與吾鄉土宜不遠，其藝穀栽桑育蠶畜牧諸事，俱有法度，甚或老農蠶婦之所未諳者。首列月令，深得授時赴功之義。以次條列事，力纖悉委盡心計周矣。予學稼數年，諮訪得失，頗識其端。而幼不習耕，筋骨弗任，雇人代作，厥功已疏，自非講求精審與石田等耳。因手是編，與家之人共明斯義，較之言說益爲有徵。詩曰：雖無老成人，尚有典型。將適桑田，其奉以爲高矩。

沈德符《野獲編》卷一《御膳》 人主御膳用素，惟孝宗朝爲甚，每月必有十餘日齋，然皆光祿寺節省。舊例以進而內庖自行供給，又因給事中徐昂言，仍發膳銀與光祿以補上供之缺乏。至世宗久居西內事元設醮，不茹葷之日居多，光祿天烹之門既遠，且所具不精，故以烹飪悉委之大璫輩。聞茹蔬之中，皆以童血清汁和劑以進，上始甘之，所費不貲，行之凡三十年。而至先帝以逮今上俱，仍爲故事。

彭大翼《山堂肆考》卷八《時令・薦生菜》 《撫言》：東晉李鄂立春日，命以蔗菔、芹芽爲菜盤，相餽遺。《四時寶鑑》：唐立春日，薦春餅生菜，號春盤。《東京夢華録》：齊人月令立春日，食生菜，取迎新之意。杜詩：春日春盤細生菜。蘇東坡詩：青蒿黃韭簇春盤。

彭大翼《山堂肆考》卷一二《時令・七月》 烹菽。《詩・豳風》：七月烹葵及菽。注云：葵，菜名。菽，豆也。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・鮓》 蔗菔鮓 白樂天方齋劉禹錫，餽蔗菔鮓。

彭大翼《山堂肆考》卷一九六《蔬菜・紫苣白苣》 《格物總論》：萵苣菜有數種，有苦苣，有白苣，又有紫苣，皆可食。葉有白毛爲白苣，紫色爲紫苣，苦味爲苦苣，即野苣也，又名褊苣。今人家常食者白苣，江外嶺南吳人無白苣，營植野苣以供厨饌。又《清異録》：萵苣名千金菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 揚雄《蜀都賦》：五肉七菜，勝飫腥臊。故梁昭明啓曰：吳愧千里之蓴，蜀慚七菜之賦也。劉賓客《嘉話》云：諸葛所止，令兵士種蔓菁，取其纔出甲可生啗也，葉稍舒可煮食也。久居隨以滋長也，棄去不足惜也，回則易尋而採之也，冬有根可斷食也，比諸蔬屬其利不亦溥乎。三蜀人今呼爲諸葛菜。

汪定國《諸子褒異》卷一〇梁元帝《金樓子》 五茄一名金鹽，地榆一名玉豉。

木增《雲蕉淡墨》卷三《豆腐》 豆腐，淮王劉安所作，仙術也。

木增《雲蕉淡墨》卷三《碧澗羹》 芹，楚菜也。又名水英，有二種。荻芹取根，赤芹取葉與莖，俱可食。二月三月作羹，時采之入湯，取出，以苦酒研芥子，入鹽與茴香浸之，可作菹。惟瀹而羹之者，既清而馨，猶碧澗然，故杜甫有香芹碧澗之句，或者芹微草也，杜甫何取焉，誦詠之不暇，不思野人持此，猶欲以獻于君者也。

木增《雲蕉淡墨》卷三《素蒸鴨》 鄭餘慶有親朋辰至，敕家人曰爛蒸去毛，勿拘折項，客意鵝鴨也。良久，乃蒸壺蘆一枚耳。今岳倦翁珂書食品附庖者詩

云：動指不須占，染鼎去毛切。莫拘蒸壺，岳勳閥也，而知此味異哉。又云盧懷慎事。

木增《雲適淡墨》卷三《傍林鮮》 夏初林筍盛時，掃葉就竹邊煨熟，其味甚鮮，名曰傍林鮮。文與可守臨川，正與家人煨筍。午飯既，忽得東坡書詩云：想見清貧饞太守，渭川千畝在胸中。不覺噴飯滿案，想作此供也，大凡筍貴甘鮮。不當與肉爲友。今俗庖多雜以肉不思，纔有小人，便壞君子。若對此君仍大嚼，世間那有揚州鶴。東坡之言是矣。

木增《雲適淡墨》卷三《柳葉韭》溫，無毒，清心，安五臟，又名丱。 杜詩：夜雨剪春韭。世多誤爲剪之于畦，不知剪字極有理。蓋于燥時，必先齊其本，如烹薤圓齊玉筯頭之意，乃以左手持其末，以其本堅，湯内少煎，其末棄其觸也。只燥其本，帶投冷水中出之。其本堅脆然必以竹刀截之。又方采嫩柳葉少許，同燥，尤佳。故曰柳葉韭。

木增《雲適淡墨》卷三《韲玉》 文惠太子問周顒曰，何菜爲最。顒曰春初早韭，秋末晚菘。然菘有三種，惟白于玉者甚鬆脆，如色稍青者，絶無風味，因侈其白者曰鬆玉。亦欲世之食者有所決擇也。

木增《雲適淡墨》卷三《脆腨肝》 萵苣去葉皮，寸切，瀹以沸湯，揭姜、鹽、糖、熟油、醋拌漬之，頗甘脆。杜甫種此旬不甲折，且欵君子晚得微祿，轗軻不進，猶芝蘭困于荆杞中。以是知詩人非爲口腹之奉，實有感而作也。又名萵笋。

木增《雲適淡墨》卷五《落酥》 本名茄子，煬帝緣飾爲昆侖紫瓜，人間但名昆味是也。

木增《雲適淡墨》卷五《千金菜》 高國使者來漢求得種，酬之甚厚，故因名千金菜，今萵苣也。

木增《雲適淡墨》卷八《參差荇菜》 荇一名接余，白莖，葉紫赤色，正圓，徑寸餘，浮在水上，根在水底，與水深淺，等大如釵股，上青下白，鬻其白莖，以苦酒浸之，脆美，可案酒。

木增《雲適淡墨》卷八《于以采蘋》 蘋，今水上浮萍是也，其粗大者謂之蘋，小者曰荇。季春始生可糝蒸以爲茹，又可用苦酒淹，以就酒。

木增《雲適淡墨》卷八《言采其莫》 莫與荇菜相似，葉大如手，赤圓，有肥者，著手中，滑不得停，莖大如七柄，葉可以生食又可鬻，滑美。江南人謂之蕁菜，或謂之水葵。諸陂澤水中皆有。

木增《雲適淡墨》卷八《采采卷耳》 卷耳一名枲耳，一名胡枲，一名苓耳，葉青白色似胡荽，白華細莖，蔓生。可炙爲茹，滑而少味。四月中生子，正如婦人耳中璫，今或謂之耳璫草。鄭康成謂是白胡荽，幽州人呼爲爵耳。

木增《雲適淡墨》卷八《采葑采菲》 葑，蔓菁，幽州人或謂之芥菲，似蔓，莖粗葉厚，而長有毛。三月中蒸鬻爲茹，甘美，可作羹。幽州人謂之芴，《爾雅》又謂之蕫菜，河内人謂之宿菜。

木增《雲適淡墨》卷八《言采其蕨》 蕨，鼈也，山菜也，周秦曰蕨，齊魯曰鼈。初生似蒜，莖紫黑色，可食如葵。

木增《雲適淡墨》卷八《言采其薇》 薇，山菜也，莖葉皆似小豆，蔓生，其味亦如小荳霍，可作羹，亦可生食。今官園種之，以供宗廟祭祀。

木增《雲適淡墨》卷八《言采其蓫》 蓫，一名蓄，幽州人謂之燕蓄，其根正白，可著熱灰中温啖之。饑荒之歲，可蒸以禦饑。漢祭甘泉或用之。其草有兩種，葉細而行赤，有臭氣也。

木增《雲適淡墨》卷八《薄言采芑》 芑菜似苦菜也，莖青白色，摘其葉，白汁出，肥可生食亦可蒸爲茹，青州謂之苣。西河雁門芑尤美，胡人戀之不出塞。

木增《雲適淡墨》卷八《誰謂荼苦》 荼，苦菜，生山田及澤中，得霜甜脆而美，所謂堇荼如飴。《内則》云：濡豚包苦，用苦菜是也。

木增《雲適淡墨》卷八《匏有苦葉》 匏葉少時可爲羹，又可淪熬，極美。楊州人食至八月，葉即苦，故曰苦葉。

木增《雲適淡墨》卷八《邛有旨苕》 苕苕，饒也，幽州人謂之翹饒，生莖如勞豆而細，葉似蒺藜而青，其莖葉緑色可生食，如小荳藿也。

木增《雲適淡墨》卷八《言采其莫》 莫莖大如箸，赤節，節一葉似柳葉厚而長，有毛刺。今人緼以取繭緒。其味酢而滑，如生可以爲羹，又可生食，五方通謂之酸迷，冀州人謂之乾絳，河汾之間謂之莫。

木增《雲適淡墨》卷八《莫莫葛藟》 藟一名巨菰，似燕奠，亦延蔓生，葉如艾，白色，其子赤，可食酢而不美，幽州謂之推藟。

木增《雲適淡墨》卷八《視爾如荍》 荍一名芘芣，一名荆葵，似蕪菁，華紫、緑色可食。微苦。

木增《雲適淡墨》卷八《北山有萊》 萊，草名。其葉可食，今兗州人蒸以爲茹，謂之萊蒸。

月生。始出地，長數寸，瀹以苦酒豉汁浸之，可以就酒及食。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《別録》曰：五木耳生犍爲山谷，六月多雨時，采即暴乾。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《本草》蜀人謂薇爲巢菜，蔓生，莖葉氣味皆似豌豆，其藿作蔬入羹皆宜。東坡《元脩菜詩序》：菜之美有如吾鄉之巢，故人元脩嗜之，元脩云使孔北海見，當復云吾家菜耶，因謂之元脩菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《方物略》真珠菜，戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖蔓，首如貫珠，蜀人以蜜煮食之，或以醯煮，可行數千里不腐也。贊曰：植根水中，端若串珠。皿而瀹之，可以代蔬。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》揚雄《蜀都賦》五肉七菜，勝飫腥臊。故梁昭明啓曰：吳愧千里之尊，蜀慚七菜之賦也。《劉寶客嘉話》云：諸葛所止，令兵士種蔓菁，取其纔出甲可生啗也，葉稍舒可煮食也，久居隨以滋長也，棄去不足惜也，回則易尋而採之也，冬有根可斷食也。比諸蔬屬其利不亦溥乎，三蜀人今呼爲諸葛菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《鄉媛記》云，猿啼之地蕨乃多，有每一聲遽生萬莖。今峽人以爲粉用作餅飣。東坡《送蜀僧去塵詩》：拄杖挂經須倍道，故鄉春蕨已闌干。《丹鉛録》云，黄山谷有：蕨牙初長小兒拳，以爲奇句。然太白詩已有：不知行徑下，初拳幾枝蕨之句矣。

陶珽《説郛續》卷四二蔣德璟《藿經・藎臣》《野菜譜》：老藿觔，二月采之，熟食、亦可作蘆。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷二《鼗鼓類》《山家清供》：芹，楚葵也，又名水英。二種，荻芹取根，赤芹取葉與莖，俱可食。二月三月作英時，采之入湯，取出以苦酒研子，入鹽與茴香漬之可作菹，惟淪而羹之既清而馨，猶碧澗然，故杜甫有香芹碧澗羹之句。

《山家清供》杜甫詩云，青青高槐葉，采掇付中厨。新麵來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欲無。即此見其法，于夏采槐葉之高秀者，湯少瀹，研細濾清，和麵作淘，乃以醯醬熟蒸，簇細苗以盤行之，取其碧鮮可愛也。末云君王納涼晚，此味亦時須。不惟一食不忘君，且知貴爲君王亦珍，此山林之味，旨哉詩乎。

木增《雲薖淡墨》卷八《唯筍及蒲》筍，竹萌也，皆四月生，唯巴竹筍八月九

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《別録》曰：五木耳生犍爲山谷，六月多雨時，采即暴乾。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《本草》蜀人謂薇爲巢菜，蔓生，莖葉氣味皆似豌豆，其藿作蔬入羹皆宜。東坡《元脩菜詩序》：菜之美有如吾鄉之巢，故人元脩嗜之，元脩云使孔北海見，當復云吾家菜耶，因謂之元脩菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《方物略》真珠菜，戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖蔓，首如貫珠，蜀人以蜜煮食之，或以醯煮，可行數千里不腐也。贊曰：植根水中，端若串珠。皿而瀹之，可以代蔬。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》揚雄《蜀都賦》五肉七菜，勝飫腥臊。故梁昭明啓曰：吳愧千里之尊，蜀慚七菜之賦也。《劉寶客嘉話》云：諸葛所止，令兵士種蔓菁，取其纔出甲可生啗也，葉稍舒可煮食也，久居隨以滋長也，棄去不足惜也，回則易尋而採之也，冬有根可斷食也。比諸蔬屬其利不亦溥乎，三蜀人今呼爲諸葛菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《鄉媛記》云，猿啼之地蕨乃多，有每一聲遽生萬莖。今峽人以爲粉用作餅飣。東坡《送蜀僧去塵詩》：拄杖挂經須倍道，故鄉春蕨已闌干。《丹鉛録》云，黄山谷有：蕨牙初長小兒拳，以爲奇句。然太白詩已有：不知行徑下，初拳幾枝蕨之句矣。

陶珽《説郛續》卷四二蔣德璟《藿經・藎臣》《野菜譜》：老藿觔，二月采之，熟食、亦可作蘆。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷二《鼗鼓類》《山家清供》：芹，楚葵也，又名水英。二種，荻芹取根，赤芹取葉與莖，俱可食。二月三月作英時，采之入湯，取出以苦酒研子，入鹽與茴香漬之可作菹，惟淪而羹之既清而馨，猶碧澗然，故杜甫有香芹碧澗羹之句。

《山家清供》杜甫詩云，青青高槐葉，采掇付中厨。新麵來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欲無。即此見其法，于夏采槐葉之高秀者，湯少瀹，研細濾清，和麵作淘，乃以醯醬熟蒸，簇細苗以盤行之，取其碧鮮可愛也。末云君王納涼晚，此味亦時須。不惟一食不忘君，且知貴爲君王亦珍，此山林之味，旨哉詩乎。

木增《雲薖淡墨》卷八《唯筍及蒲》筍，竹萌也，皆四月生，唯巴竹筍八月九月生。始出地，長數寸，瀹以苦酒豉汁浸之，可以就酒及食。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《別録》曰：五木耳生犍爲山谷，六月多雨時，采即暴乾。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《本草》蜀人謂薇爲巢菜，蔓生，莖葉氣味皆似豌豆，其藿作蔬入羹皆宜。東坡《元脩菜詩序》：菜之美有如吾鄉之巢，故人元脩嗜之，元脩云使孔北海見，當復云吾家菜耶，因謂之元脩菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《方物略》真珠菜，戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖蔓，首如貫珠，蜀人以蜜煮食之，或以醯煮，可行數千里不腐也。贊曰：植根水中，端若串珠。皿而瀹之，可以代蔬。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》揚雄《蜀都賦》五肉七菜，勝飫腥臊。故梁昭明啓曰：吳愧千里之尊，蜀慚七菜之賦也。《劉寶客嘉話》云：諸葛所止，令兵士種蔓菁，取其纔出甲可生啗也，葉稍舒可煮食也，久居隨以滋長也，棄去不足惜也，回則易尋而採之也，冬有根可斷食也。比諸蔬屬其利不亦溥乎，三蜀人今呼爲諸葛菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《鄉媛記》云，猿啼之地蕨乃多，有每一聲遽生萬莖。今峽人以爲粉用作餅飣。東坡《送蜀僧去塵詩》：拄杖挂經須倍道，故鄉春蕨已闌干。《丹鉛録》云，黄山谷有：蕨牙初長小兒拳，以爲奇句。然太白詩已有：不知行徑下，初拳幾枝蕨之句矣。

陶珽《説郛續》卷四二蔣德璟《藿經・藎臣》《野菜譜》：老藿觔，二月采之，熟食、亦可作蘆。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷二《鼗鼓類》《山家清供》：芹，楚葵也，又名水英。二種，荻芹取根，赤芹取葉與莖，俱可食。二月三月作英時，采之入湯，取出以苦酒研子，入鹽與茴香漬之可作菹，惟淪而羹之既清而馨，猶碧澗然，故杜甫有香芹碧澗羹之句。

《山家清供》杜甫詩云，青青高槐葉，采掇付中厨。新麵來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欲無。即此見其法，于夏采槐葉之高秀者，湯少瀹，研細濾清，和麵作淘，乃以醯醬熟蒸，簇細苗以盤行之，取其碧鮮可愛也。末云君王納涼晚，此味亦時須。不惟一食不忘君，且知貴爲君王亦珍，此山林之味，旨哉詩乎。

木增《雲薖淡墨》卷八《唯筍及蒲》筍，竹萌也，皆四月生，唯巴竹筍八月九月生。始出地，長數寸，瀹以苦酒豉汁浸之，可以就酒及食。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《別録》曰：五木耳生犍爲山谷，六月多雨時，采即暴乾。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《本草》蜀人謂薇爲巢菜，蔓生，莖葉氣味皆似豌豆，其藿作蔬入羹皆宜。東坡《元脩菜詩序》：菜之美有如吾鄉之巢，故人元脩嗜之，元脩云使孔北海見，當復云吾家菜耶，因謂之元脩菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《方物略》真珠菜，戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖蔓，首如貫珠，蜀人以蜜煮食之，或以醯煮，可行數千里不腐也。贊曰：植根水中，端若串珠。皿而瀹之，可以代蔬。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》揚雄《蜀都賦》五肉七菜，勝飫腥臊。故梁昭明啓曰：吳愧千里之尊，蜀慚七菜之賦也。《劉寶客嘉話》云：諸葛所止，令兵士種蔓菁，取其纔出甲可生啗也，葉稍舒可煮食也，久居隨以滋長也，棄去不足惜也，回則易尋而採之也，冬有根可斷食也。比諸蔬屬其利不亦溥乎，三蜀人今呼爲諸葛菜。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》《鄉媛記》云，猿啼之地蕨乃多，有每一聲遽生萬莖。今峽人以爲粉用作餅飣。東坡《送蜀僧去塵詩》：拄杖挂經須倍道，故鄉春蕨已闌干。《丹鉛録》云，黄山谷有：蕨牙初長小兒拳，以爲奇句。然太白詩已有：不知行徑下，初拳幾枝蕨之句矣。

陶珽《説郛續》卷四二蔣德璟《藿經・藎臣》《野菜譜》：老藿觔，二月采之，熟食、亦可作蘆。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷二《鼗鼓類》《山家清供》：芹，楚葵也，又名水英。二種，荻芹取根，赤芹取葉與莖，俱可食。二月三月作英時，采之入湯，取出以苦酒研子，入鹽與茴香漬之可作菹，惟淪而羹之既清而馨，猶碧澗然，故杜甫有香芹碧澗羹之句。

《山家清供》杜甫詩云，青青高槐葉，采掇付中厨。新麵來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加餐愁欲無。即此見其法，于夏采槐葉之高秀者，湯少瀹，研細濾清，和麵作淘，乃以醯醬熟蒸，簇細苗以盤行之，取其碧鮮可愛也。末云君王納涼晚，此味亦時須。不惟一食不忘君，且知貴爲君王亦珍，此山林之味，旨哉詩乎。

【略】

竹筍。俗作笋者非。冬月，掘大竹根下未出土者爲冬筍，其他則■乾者爲玉版筍、明筍、火筍、塩曝者爲塩筍，並可爲蔬食。贊寧《笋譜》云：凡食笋者，譬如治藥得法則益人，反是，則有損。採笋宜避風日，風見則本堅，入水則肉硬，脱殼煮則失味，生着刀則失柔，煮之宜久。生必損人。笋蒸食最美味全。白樂天詩：置之炊甑中，與飯同時熟。味敌者戟人咽，先以灰湯煮過，再煮乃良，或以薄荷數片同煮，亦去葅味。

【略】

冬瓜。《綱目》云：冬瓜瓤謂之瓜練，白虚如絮，可以浣練衣服，洗面澡，身去黑黯，令

【略】

丁其譽《壽世秘典》卷一《月覽・歲時通典》六月，

夏初，林笋盛時，掃葉，就竹邊煮以沸湯，其味鮮美，名僊林鮮。

丁其譽《壽世秘典》卷三《類物・菜部》萱草。俗名鹿葱，其苗烹食氣味如葱，而鹿食九種解毒之草，萱乃其一，故名。李九華《延壽書》云：嫩苗爲蔬食之，動風令人昏然如醉，因名忘憂，此亦一説也。周處《風土記》云：懷妊婦人佩其花則生男，故又名宜男，或言鹿葱，花有斑文，與萱花不同時者，謬也。肥土所生，則花厚色深，有斑文，起重臺，開有數月。瘠土所生，則花薄而色淡，開亦不久。今人採其花對乾而貨之，名爲黄花菜，又名金針，皆可作菹。《通雅》云：一物有赤黄斑三種，一種小而純黄，曰金萱，甚可食。

人悅澤白皙。其子謂之瓜犀仁，亦可食。去皮膚風及黑黯，潤肌膚，治腸癰。霜後取之，其肉可煮爲茹，可蜜爲果。蓋兼蔬果之用。凡收瓜忌酒漆磨香及糯米，觸之必爛。

【略】

南瓜。一呼番瓜，因種出南番，故名。今處處有之，肉厚色黃，不可生食，惟去皮穰滴食，同猪肉煮食更良，亦可蜜煎。

氣味甘温無毒，主補中益氣。發明：李時珍云：多食發脚氣黄疸，不可同羊肉食，令人氣壅。

菜瓜。俗名稍瓜，《本草》名越瓜，有青白二色，大如瓠子。一種長者至二尺許，俗呼羊角瓜，並可充果蔬，醬豉糖醋藏浸皆宜，亦可作菹。

【略】

黄瓜。張騫使西域得種，原名胡瓜。隋大業四年，避諱改呼黄瓜，至今因之。今俗以《月令》王瓜生即此，誤矣。王瓜，土瓜也。

絲瓜。唐宋以前無聞，今人以爲常蔬。其葉取汁可染緑，其花苞及嫩葉羹皆可食。其瓜老則大如杵，筋絡纏紐如織成，經霜乃枯，可藉靴履，滌釜器杓，人呼爲洗鍋羅。

氣味甘涼無毒，主除熱利腸，化痰涼血解毒殺蟲，通經絡，行血脉，下乳汁，治大小便下血

發明：汪頴曰：絲瓜，《本草》諸書無考，惟痘瘡及脚癬方中燒灰用之，亦取其性，令解毒耳。患脚氣虚脹冷氣人，不宜食。《資暇録》云：絲瓜北種爲佳，以細長而嫩者爲美，煮熟蘸醋拌食，同鷄鴨猪肉炒食佳。有云多食能痿陽，北人時嗽之，殊不爾。【略】

苦瓜。俗呼癩葡萄，又名錦荔枝，原出南番，今處處皆種之。南人以青皮煮肉及塩醬充蔬，苦澀有青氣。

紫菜。附石生海邊，色本青，乾則紫，彼人採成餅狀，曬乾貨之，其色正紫。

【略】

石花菜。有紅白二色，枝上有細齒。以沸湯泡去沙屑，沃以醯醋，食之甚脆。其根埋沙中，可再生枝。一種稍粗似鷄爪者，謂之鷄脚菜，味更佳。二物久浸皆化成膠凍也。

鹿角菜。鹿角以形名，紫黄色，以水洗，醋拌則脹起如新，味極滑美。若久浸則化如膠狀，女人用以梳髮粘而不亂。

【略】

丁其譽《壽世秘典》卷四《類物・味部》 豆腐。法始于漢淮南王劉安。凡黑豆、黄豆、白豆、豌豆、菉豆之類，皆可爲之。造法：水浸，碾碎，濾去滓，煎成，以塩滷汁，或酸漿醋澱就釜收之。又有入缸内，以石膏末收者爲佳。其面上凝結者，揭取眼乾，名豆腐皮。

丁其譽《壽世秘典》卷五《集方・年遠脾瀉》 淡煮白蘿蔔終日啖之不輟必瘥。緑君亭

吴楚材《彊識畧》卷二六《飲食部》 壺 《周禮》：醢人掌共五壺。《通俗文》：淹韭曰壺，淹薤曰墜，又細切曰壺，全物曰葅。今中國皆言壺，江南皆言葅。見《侯鯖録》

周嘉胄《香乘》卷一〇《飲食香》 香葱

天門山上，有葱奇異辛香，所種畦隴悉成行，人拔取者悉絶。若請神而求，即不拔自出。《春秋元命苞》

破額山人《夜航船》卷四《蓴菜子》 王包山云：蓴菜産五湖，張季鷹秋風起而思食蓴菜鱸魚是也。然蓴菜惟洞庭消夏灣一帶最多，他處罕有見焉。近日吴江龐山湖亦産，並無下種，種且不活。訪之漁人，曰：烏銜菜子墮入湖中，遂蔓延湖面，人得採食之，然其味迥不及洞庭。洞庭莖短葉沃，緊卷如嫩荷狀，味清腴略澀。龐山莖修葉瘦，味多澀，入秋纔佳。蓴本一種，形隨地異，味亦如之。

獨所謂蓴菜子，無由得見。去秋過洞庭，舟泊消夏灣，見水畔花開黄白。燦若金銀，結子纍纍，絶類含桃方熟。予問舟人曰：此何物。舟人曰：蓴菜子。是摘嘗之，甘踰崖蜜，子惟色赤味甜，潛藏不多見，殆即楚洲萍實之屬歟。惜不登士大夫之几筵，而負此色香味三絶，冷落于寒汀烟渚，無有過而物色之者。而篙師漁子，食焉而不知其旨，歲歲秋風，飽水禽之腹，殆物尚孤生，品之最貴歟。或曰：蓴子性大寒，男女食之，不能生育，果爾。則投間置散，乃分之宜。

李肇亨《清異續録・蔬菜》 燕蓂蔬

謝華啓秀云：燕蓂蔬，嶺南名燕窩菜。海燕拾海上無毒香蔬結巢。後巢空，人取而煮食之，其味芳香脆美，在百蔬之上。按：此別是一種，非今之燕窩也。出《庶物名異疏》

李肇亨《清異續録・饌羞》 菽乳

我朝孫司業大雅先生嫌豆腐之名不雅，改曰菽乳，賦詩紀之。出《戒庵漫筆》

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》

倦山行，聞玉版欣然從之。至廉泉寺燒筍而食，器之覺筍味勝。問此何名，坡曰：玉版。此老僧善説法，令人得禪悦之味。器之方悟其戲。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 廬山簡寂觀，觀出苦筍，而味反甜。歸宗寺造酰鹽，而味反淡。山中人語曰：簡寂觀前甜苦筍，歸宗寺裏淡酰鹽。

薑。蓋紀實也。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 廬山簡寂觀，觀出苦笋，而味反甜。歸宗寺造醯薑，而味反淡。山中人語曰：簡寂觀前甜苦笋，歸宗寺裏淡醯薑。蓋紀實也。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 白菜。七月種者。冬菜，九月杵淺坑種，四月收子榨油，名油菜。冬以雞鵝糞或芝蘇稭覆根則春盛。摘其薹心食之，枝遂旁發，結子繁衍。西江不摘薹，以不糞也。其曰羊角菜，似白菜而葉捲，性柔，四時宜種，榨油較多。霜後甚適口。春薹最肥，其曰黃矮菜，似白菜而短。蓮花白菜以黃矮而色白，性柔葉密。九月播子，十月逐種。寒心菜似蓮花菜，而葉又密。又有夏白頭菜、冬白頭菜，京口箭簳白最肥大，宜蔬而子小。又夏種之，名夏菁菜。北地黃芽菜則黃矮也。瓢兒菜似夏菁菜，色微黃。菘菜莖闊，白葉端青，碎蹙而密。《埤雅》曰：以其凌冬如松，故名菘也。在北爲蔓青，有根。在南爲菘，爲菁，無根。芥菜，有大葉、碎葉，晚早青紫之別。三月收子爲芥醬，需堪榨油。其子白色，曰白芥菜。一頭旁發數頭者，曰百頭芥菜。似芥而色藍者，曰芥藍菜。其曰冬夏菘菜，則菩薩也。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 蒟蒻。蒟蒻似天南星，一幹圍十一葉但南星葉平蒟蒻葉翹耳其露治惡氣即鬼芋也升菴以爲蒟醬非其曰蒟蒻知遁，種以石壓，猶之商陸知言耳。大根外生小卵，氣通走也。冬取瓶盛灰水，順手磨之不得言，言則麻。煮成豆腐，一枚可作一鍋。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 野菜。地踏菜、佛耳菜、盤棋菜、苧頭、鼓釘、即蒲公英鳳山莖山慈姑苗、馬蘭頭、紅蘭頭、百合根、甘菊頭、蜀葵蓯、芸臺、白芷、防風芽、菠薐、金銀花、架菜、葉梨頭、草蘋藻、荇根、藕稍、菱莖、水馬齒，潞州簇菜，天台孟菜。金陵阿藍菜、白花菜，其類頗多。王西樓《菜譜》詳矣。木苗則椿、檀、樺、楝、槐、椶，魚松花之類。花如木筆、荷花、百合、蕉露、澤瀉花之類。凡苦者，沸水膽之，更浸之，再加苦和，可也。山中貧士富矣哉。陳士業曰：西山洪井羅漢壇有羅漢菜，方莖，枝頭雙葉，味似豆葉。又有龍菜，圓莖，葉似菊而無梗。

方以智《通雅》卷三九《飲食》 裹精菜餗蒸也。醢人醃食糝食。賈公彥曰：以酒醃爲餅，若今起膠餅。鄭司農曰：糝食，菜餗蒸。疏：曰若今之煑菜，謂之蒸菜。涪翁《雜說》曰：起膠餅，今之炊餅，蒸菜蓋今裹鮭。智按、新安與江

非，亦嘗慮始計終，而爲庶物弭患。如逞一已之聰明，導千萬人之嗜欲，則匪特禽獸昆蟲無噍類，吾慮風氣所開，日甚一日。焉知不有易牙復出，烹子求榮，殺嬰兒以媚權奸，如亡隋故事者哉。一悞豈堪再悞，吾不敢不以賦形造物，視作覆車。

聲音之道，絲不如竹，竹不如肉，爲其漸近自然。吾謂飲食之道，膾不如肉，肉不如蔬，亦以其漸近自然也。草衣木食，上古之風，人能踈遠肥膩，食蔬蕨而甘之。腹中菜園，不使羊來踏破，是猶作羲皇之民，鼓唐虞之腹，與崇尚古玩，同一致也。所怪于世者，棄美名不居，而故異端其說，謂佛法如是，是則謬矣。吾輯飲饌一卷，後肉食而首蔬菜，一以崇儉，一以復古。至重宰割而惜生命，又其念茲在，而不忍或忘者矣。

笋

論蔬食之美者，曰清，曰潔，曰芳馥，曰鬆脆而已矣。不知其至美所在，能居肉食之上者，祇在一字之鮮。記曰：甘受和，白受采，鮮即甘之所從出也。此種供奉，惟山僧野老，躬治園圃者，得以有之。城市之人，向賣菜傭求活者，不得與焉。然他種蔬食，不論城市山林，凡宅旁有圃者，旋摘旋烹，亦能時有其樂。至于笋之一物則斷斷宜在山林城市所產者，任爾芳鮮，終是笋之剩義，此蔬食中第一品也。肥羊嫩豕何足比肩，但將笋肉齊烹，合盛一簋，人止食笋而遺肉，則肉爲魚，而笋爲熊掌可知矣。購于市者且然，況山中之旋掘者乎。食笋之法多端，不能悉紀，請以兩言概之曰，素宜白水，葷用肥猪。茹齋者食笋，若以他物伴之，香油和之，則陳味奪鮮而笋之真趣沒矣。白煮俟熟，畧加醬油，從來至美之物，皆利于孤行，此類是也。以之伴葷，則牛羊鷄鴨等物，皆非所宜，獨宜于豕，又獨宜于肥，肥非欲其膩也，肉之肥者能甘，甘味入笋，則不見其甘而但覺其鮮之至也。烹之既熟，肥肉盡當去之，即汁亦不宜多存，存其半而益以清湯。調和之物，惟醋與酒，此製葷笋之大凡也。笋之爲物，不止孤行並用，各見其美。凡食物中無論葷素，皆當用作調和，菜中之笋，與藥中之甘草，同是必需之物，有此則諸味皆鮮，但不當用其渣滓，而用其精液。庖人之善治具者，凡有焯笋之湯，悉留不去，每作一饌，必以和之。食者但知他物之鮮，而不知有所以鮮之者在也。《本草》中所載諸食物，益人者不盡可口，可口者未必益人，求能兩擅其長者，莫過于此。東坡云：寧可食無肉，不可居無竹。無肉令人瘦，無竹令人俗。不知能醫俗者，亦能醫瘦，但有已成竹未成竹之分耳。

蕈

求至鮮至美之物于笋之外，其惟蕈乎。蕈之爲物也，無根無蒂，忽然而生，蓋山川草木之氣，結而成形者也。然有形而無體，凡物有體者必有渣滓，既無渣滓，是無體也，無體之物，猶未離乎氣也。食此物者，猶吸山川草木之氣，未有無益于人者也。其有毒而能殺人者，《本草》云：以蛇蟲行之故。予曰不然，蕈大幾何，蛇蟲能行其上，況又極弱極脆，而不能載乎。蓋地之下有蛇蟲，蕈生其上，適爲毒氣所鍾，故能害人。毒氣所鍾者能害人，則爲清虛之氣所鍾者，其能益人可知矣。世人辨之原有法，苟非有毒食之最宜。此物素食固佳，伴以少許葷食尤佳，蓋蕈之清香有限，而汁之鮮味無窮。

蕈

陸之蕈，水之蕈，皆清虛妙物也。予嘗以二物作羹，和以蟹之黃，魚之肋，名曰四美羹。座客食而甘之，曰今而後，無下箸處矣。

菜

世人製菜之法，可稱百怪千奇，自新鮮以至于醃糟醬臘，無一不曲盡奇能，務求至美。獨于起根發軔之事，缺焉不講，予甚惑之。其事維何，有八字訣云：摘之務鮮，洗之務淨。務鮮之論已悉前篇。蔬食之最淨者，曰笋曰蕈曰荳芽。其最穢者，則莫如家種之菜，灌溉之際，必連根帶葉而澆之，隨澆隨摘，隨摘隨食，其間清濁，多有不可問者。洗菜之人，不過浸入水中，左右數漉，其事畢矣。孰知污穢之濕者可去，乾者難去，日積月纍之糞，豈頃刻數漉之所能盡哉。故洗菜務得其法，併須務得其人，以懶人性急之人洗菜，猶之乎弗洗也。洗菜之法，入水宜久，久則乾者侵透而易去。洗葉用刷，刷則高低曲折處皆可到，始能滌盡無遺。若是則菜之本質淨矣，本質淨而後可加作料，可盡人工。不然是先以污穢作調和，雖有百和之香，能敵一葷之臭乎。噫，富室大家，食指繁盛者，欲保其不食污穢，難矣哉。

菜類甚多，其傑出者則數黃芽，此菜萃于京師而產于安肅，謂之安肅菜，此第一品也。每株大者可數斤，食之可忘肉味，不得已而思其次，其惟白下之水芹乎。予自移居白門，每食菜，食葡萄，輒思武陵。物之美者，猶令人每食不忘，況爲適館授餐之人乎。

菜有色相最奇，而爲《本草》、《食物志》諸書之所不載者，則西秦所產之頭髮菜是也。予爲秦客，傳食于塞上諸侯。一日脂車將發，見炕上有物，儼然亂髮一

捲，謬謂婢子櫛髮所遺，將欲委之而去。婢子曰：不然，群公所餉之物也。詢之土人，知爲頭髮菜，浸以滾水，拌以薑醋，其可口倍于藕絲鹿角等菜。携歸餉客，無不奇之，謂珍錯中所未見。此物産于河西，爲值甚賤，凡適秦者，皆爭購異物，因其賤也而忽之，故此物不至通都，見者絶少。由是觀之，四方賤物之中，其可貴者不知凡幾，焉得人人物色之。髮菜之得至江南，亦千載一時之至幸也。

瓜茄瓠芋山藥

瓜茄瓠芋諸物，菜之結而爲實者也，實則不止當菜，兼作飯矣，增一簋菜，可省數合糧者，諸物是也。一事兩用，何儉如之，貧家購此，同于糴粟。但食之各有其法，煮東瓜絲瓜忌太生，煮王瓜甜瓜忌太熟，煮茄瓠利用醬醋而不宜于塩，煮芋不可無物伴之，蓋芋之本身無味，借他物以成其味者也。山藥則孤行並用。無所不宜，併油塩醬醋不設，亦能自呈其美，乃蔬食中之通材也。

葱蒜韮

葱蒜韮三物，菜味之至重者也。菜能芬人齒頰者，香椿頭是也。菜能穢人齒頰及腸胃者，葱蒜韮是也。椿頭明知其香而食者頗少，葱蒜韮盡識其臭而嗜之者衆，其故何歟。以椿頭之味，雖香而淡，不若葱蒜韮之氣甚而濃，濃則爲時所争尚，甘受其穢而不辭，淡則爲世所共遺，自薦其香而弗受。吾于飲食一道，悟善身處世之難，一生絶三物不食，亦未嘗多食香椿，殆所謂夷惠之間者乎。

予待三物有差，蒜則永禁弗食，葱雖弗食，然亦聽作誦和，韮則禁其終而不禁其始。芽之初發，非特不臭，且具清香，是其孩提之心之未變也。

蘿蔔

生蘿蔔切絲作小菜，拌以醋及他物，用之下粥最宜。但恨其食後打噯，噯必穢氣。予嘗受此厄于人，知人之厭我，亦若是也，故亦欲絶而弗食。然見此物大異葱蒜，生則臭，熟則不臭，是與初見似小人，而卒爲君子者等也，雖有微過，亦當恕之，仍食勿禁。

芥辣汁

菜有具薑桂之性者乎，曰有，辣芥是也。製辣汁之芥子，陳者絶佳，所謂愈老愈辣是也。以此拌物，無物不佳，食之者如遇正人，如聞讜論，困者爲之起倦，悶者以之豁襟，食中之爽味也。予每食必脩，竊比于夫子之不撤薑云。

陳大章《詩傳名物集覽》卷七《草》 參差荇菜

朱傳：荇，接余也，根生水底，莖如釵股，上青下白，葉紫赤，圓徑寸餘，浮在水面。《爾雅》：莕接余，其葉荇。郭璞注：莕，似蓴，江東人食，取莖以苦酒浸之，脆美。《毛傳》：后妃供荇菜以事宗廟。深淺。江東人食，取莖以苦酒浸之，脆美。《周禮》：四豆之實無荇。陸疏：根在水底，與水深淺等，大如釵股，瀹其白莖，以苦酒浸之，脆美可按酒。瀹即煠。【略】《農田餘話》謂熟煠其味如蜜，名蓴酥，然知者絶少。《詩記》：芼，熟而薦之也。芼以薑桂。《詩緝》：芼之謂爲羹，《內則》：芼羹。注：菜雜肉爲羹。《爾雅》菜謂之蔬。《說文》：蔬菜也，凡草可食者皆名蔬。

葛之覃兮

朱傳：葛，草名，蔓生，可絺綌者。毛傳：葛所以爲絺綌，女功之事煩辱者。羅氏曰：葛生山澤間，其蔓延盛者，牽其首以至根，可二十步。《禹貢》：卉服注云：草服葛也，葛花藤皆可醒酒，又雞齊一名鹿藿，一名黃斤。其生延蔓，生食甜脆，亦可烝食，有粉。今之食葛，非爲絺綌者也。

采采卷耳

朱傳：卷耳，枲耳，葉如鼠耳，叢生如盤。《爾雅》卷耳，苓耳，郭云：廣雅枲耳，亦云胡枲，江東呼常枲，或曰苓耳，形如鼠耳，故有耳之號。叢生似盤。陸疏：葉青白色似胡荽，白華細莖，蔓生，可煮爲茹，滑而少味。四月中生子，如婦人耳中璫，今或謂之耳璫。

采采芣苢

朱傳：芣苢，車前也。【略】《圖經》云：春初生苗葉，布地如匙面，累年者長及尺餘，如鼠尾，花甚細，青色微赤，結實如葶藶，赤黑色。今人五月採苗，七月八月採實。陸疏：馬爲喜在牛跡中生，故云車前當道，幽州人謂之牛舌草，可煮作茹，大滑。

言刈其蓫

朱傳：蓫，蓫蒿也，葉似艾，青白色，長數寸，生水澤中。許東陽云：疏云長數寸，高丈餘，長言其葉，高言其莖，故可刈爲薪。傳恐脱高丈餘三字。釋草：購薔蓫。郭云：薔蓫，蓫蒿也，生下田湖地，在水曰游湖，即《爾雅》之繁，由胡初生可啖，江東用羹魚。陸疏：蓫蒿正月根芽生，旁莖正白，生食之香而脆美，其葉又可烝爲茹。《管子》：葉下於蠻，蠻下於萑，萑下於蒲，蒲下於蓫，蓫下於蒹，蒹下於蓫，蓫下於荓，荓下於蕭，蕭下於薜，薜下於萑，萑下於茅，凡彼草物有二十衰。《蔬譜》：蓫一名白蒿，一名蘩，一名蒿，有水陸二種，形狀相似。水生者

辛香而美，二月發苗，葉似嫩艾而歧細，面青背白，莖或赤或白，根白脆，蓋嘉蔬也。《爾雅翼》：蔞，蔞蒿。《說文》曰：可以烹魚，古今以爲珍菜。大招吳酸蒿不沾薄只。王逸注：蒿，草也。蔞，香草也。言吳人善爲羹，甘菜若蔞，味無沾薄，言其調也。又曰沾多汁也，薄無味也。言吳人工調酸鹹，滫蒿蔞以爲羹，不濃不薄，適其美也。蓋蔞多生於吳，吳人猶能調和之，如後世千里蓴羹，末下鹽豉之比。

于以采蘩

朱傳：蘩，白蒿也，或曰蘩所以生蠶，蓋古者后夫人有親蠶之禮，此詩猶周南之有葛覃也。《左傳》：澗溪沼沚之毛，蘋蘩蘊藻之菜，可薦於鬼神，可羞於王公。《毛傳》：夫人執蘩菜以助祭，神享德與信，不求備焉。鄭箋：執蘩菜者，以豆薦蘩菹。《爾雅》：蘩皤蒿。孫炎云：白蒿。陸疏：凡艾白色爲皤蒿，今白蒿春始生，及秋香美可生食，又可烝。一名游胡，北海人謂之滂渤。又曰蘩之醜，秋爲蒿，謂春時各有種名，至秋老通呼爲蒿也。《夏小正傳》曰：蘩，游胡，游胡，滂渤也。《本草》注：生中山川澤，二月采此蒿，麤於青蒿，從初生至枯，白於衆蒿，葉似艾葉，上有白毛麤澀，俗呼爲蓬蒿，葉細，味酢可食。《坊記》注：蒨，蔓菁生挼，醋淹之爲菹，甚益人，今人但食蔓菁，不復食此，或疑此即蔞蒿而孟詵又別著蔞蒿，所說不同，明是二物。

言采其蘩

朱傳：蘩，蘧也，初生無葉時可食。《爾雅》蘩蘧。注：《廣雅》云紫蓁非也。初生無葉可食，江西謂之蘧。邢疏云：可食之菜也。陸疏：蘩，山菜也。周秦曰蘩齊魯曰蘧初生似蒜莖紫黑色可食如葵陸佃云狀如大雀拳足又如其足之蹙故謂之蘩名物解曰言其始生未有放葉始蘩之時俗云初生亦類蘧腳故曰蘧也羅願云：蘩生如小兒拳，紫色而肥，野人今歲焚山，則來歲蘩菜繁生，其舊生蘩之處，蘩葉老硬敷披，人誌之謂蘩基。今道路負荷轉移者，皆不肯食，云令人腳弱，薇猶禮家用之，蘩不復用，可知賤也。《通志》：蘩一名蘧莽牙也，四皓食之而壽，夷齊食之而夭。此物不可生食，搗汁取粉，凶年以禦飢。又有一種大蘩亦可食，謂之蔡蘩。《爾雅》云：蔡，月爾，蘩與蔡爲二種，花繁，月爾蘩無花。陳藏器云：今永康道江居民，多以醋淹而食之。山谷詩：蘩芽初長小兒拳，酷似其狀。

言采其薇

朱傳：薇似蘩而差大，有芒而味苦，山間人食之，謂之迷蘩。陸疏：山菜也，莖葉皆似小豆，蔓生，其味亦如小豆藿，可作羹，亦可生食，今官園種之，以供宗廟祭祀。

于以采蘋

朱傳：蘋，水上浮萍也，江東人謂之薸。《爾雅》：苹萍，其大者蘋。郭注：山中浮萍，江東謂之藻。陸疏：水上浮萍，麤大者謂之蘋，小者曰萍，季春始生，可糝烝爲茹，又可苦酒淹以就酒。

于以采藻

朱傳：藻，聚藻也，生水底，莖如釵股，葉似蓬蒿。【略】《博雅》云：麥菜，藻也。陸疏：藻生水底，有二種，一種葉如雞蘇，莖大如箸，長四五尺。一種莖大如釵股，葉如蓬蒿，謂之聚藻，聚生故也。又云扶風人謂之藻，聚爲發聲，此二藻皆可食，煮熟挼去腥氣，米麵糝烝，爲茹嘉美。揚州飢荒，以當穀食。

采蘋采菲

朱傳：蘋，蓱蓫也，菲似葖，莖麤葉厚而長，有毛，蘋菲根莖皆可食，而其根則有時而美惡。毛傳蘋須也爾雅須蘋蕵郭注未詳鄭云菰蘋也。積舊茭頭而成蘋者，又云：須薸蕪郭注：蕪薸似羊蹄，葉細，味酢可食。《坊記》注：蒨，蔓菁也，陳宋之間謂之蘋。陸璣云：蘋，蔓菁，一作蕪菁，幽州人或謂之芥。《呂氏春秋》：菜之美者，有具區之菁。《方言》：蕫蕘，蕪菁也，陳楚謂之蕫，齊魯謂之蕘，關之東西謂之蕪菁，趙魏之交謂之大芥，其小者謂之辛芥，其紫華者謂之蘆菔。《尚書》：荊州厥貢包匭菁茅。孔氏曰：菁以爲菹，茅以縮酒。周禮：醢人菁菹鹿臡。注：菁，蔓菁也。《急就篇》：老菁蘘荷冬日藏，或曰此韭花也。今蔓菁園中無蜘蛛，是所畏也。《南都賦》：秋韭冬菁。注：韭其華謂之菁。《本草》蕪菁味苦，子明目。《圖經》：蕪菁四時仍有，春食苗，夏食心，亦謂之薹子，秋食莖，冬食根，河朔尤多，可備飢歲。劉禹錫《嘉話録》：諸葛亮所止，令兵士獨種蔓菁，取其纔出甲可生啖，一也。葉舒可煮食，二也。久居則隨以滋長，三也。棄不令惜，四也。迴則易尋采，五也。冬有根可斷食，六也。三蜀之人，今呼蔓菁爲諸葛菜，江陵亦然。又蔓菁亦呼五美菜，一可生食，二葉可爲菹，三根可食，四食之消積，五多食無厭。

誰謂荼苦

朱傳：荼，苦菜，蔈屬也，詳見良耜。爾雅：荼，苦菜。鄭注：生山谷，味苦，今人呼苦益。邢疏：此味苦可食之菜。《月令》：孟夏苦菜秀。時訓解：小

滿之日苦菜秀，苦菜不秀，賢人潛伏。陸疏：苦菜生山田及澤中，得霜甜脆而美，所謂堇荼如飴。

其甘如薺

朱傳：薺，甘菜。爾雅：荠，薺實。本草經：薺味甘温，主利肝氣和中。陶隱居注，薺類多此，是今人可食者，葉作菹羹亦佳。薺一名護生草，大小數種，小薺花葉莖扁，味美，最細者名莎薺，科葉皆大，而味不及小薺。莖硬有毛者名葒冥，欠佳。冬至後苗生，二三月起莖五六寸，開細白花，結莢如小萍，有三角，莢內細子名荠，四月收。餘曠所謂甘草即此。【略】東坡與人書云：今日食薺極美，天然之珍，不甘於五味，而有味外之美，天生此物，以爲幽人山居之祿，不可忽也。【略】

陳大章《詩傳名物集覽》卷八《草》 芄蘭之支

朱傳：芄，蘭草，一名蘿摩，蔓生，斷之有白汁可啖，支枝同。《爾雅》：荎，芄蘭。邢氏云：荎一名芄蘭。郭云：蔓生，斷之有白汁可啖。陸疏：一名蘿摩菜，幽州人謂之雀瓢，蔓生，葉青緑色而厚，摘之白汁出，食之甜脆，鬻爲茹滑美。其子長數寸，似瓠子。

焉得諼草

朱傳：諼，忘也，諼草合歡，食之令人忘憂者。《説文》：藼，令人忘憂草也，又作萱及萲。鄭注：萲，兒女花也。《本草注》：一名鹿蔥，花名宜男，婦人懷胎，佩其花生男，味甘，令人好歡樂忘憂。《圖經》：萲味甘無毒，主安五臟，利心志。五月採花，八月採根用，今人多採其嫩苗及花跗作菹，云利胷膈。

言采其莫

朱傳：莫，菜也，似柳葉，厚而長，有毛刺，可爲羹。陸疏：莫莖大如指，赤節，節一葉，似柳葉，厚而長，有毛刺，今人繅以取繭緒，其味酢而滑，始生可以爲羹，又可生食，五方通謂之酸迷，冀州人謂之乾絳，河汾之間謂之莫。

陳大章《詩傳名物集覽》卷九《草》 七月烹葵及菽

朱傳：葵，菜名。詩記：葵，承露也，大莖小葉，華黄紫色可茹，公儀所拔是也。葵生葉向日，不令照根。曹植表：若葵藿之傾太陽，雖不爲回光。然向之者誠也。《左傳》：七月刖鮑牽。仲尼曰：鮑莊子之智不如葵，葵猶能衛其足。《王禎農書》：葵，陽草也，爲百菜之主，備四時之饌，可以防荒儉，可以爲菹腊。《周禮》：醢人饌食之，豆，其實葵菹羸醢。

獻羔祭韭

朱傳：韭，菜名。孔疏：以時韭初出，故薦之。月令：仲春天子乃鮮羔開冰，先薦寢廟。注：鮮當爲獻。【略】《齊民要術》：韭高三寸便翦，翦如蔥法，一歲之中不過五翦，凡翦不用日中，故諺曰：觸露不掐葵，日中不翦韭，是也。《埤雅》：韭性内生，根喜上跳，故種與葵同法，而畦欲極深。《論衡》曰：地性生草，山性生木，故地種葵韭，山種棗栗，名曰美園茂林也。韭者，久也，故祭宗廟用韭，韲之美在白，韭之美在黄，黄未出土者，皆貴其本之豐也。《内則》曰：膾春用蔥，秋用芥，豚春用韭，秋用蓼。蔥芥陰物也，韭蓼陽物也。《雅翼》：首春色黄，未出土時最美。故云：春初早韭，冬末晚菘。《夏小正》曰：正月囿有韭。《易稽覽圖》：政道得，則陰物變爲陽。鄭注：若蔥變爲韭。《本草》：韭葷菜屬，辛温，歸心安五臟，除胃中熱。萲名韭白，根名韭黄，花名韭菁，俗名鍾乳草，言温補也。《北户録》：一種水韭，水池塘中，有二三尺者，五六月可食，不葷而脆。《雅翼》：物久必變，故老韭爲菜。又蘇頌曰：鄭玄言政道得，則陰物變爲陽，故蔥變爲韭，可驗蔥冷韭温也。《漢書》：龔遂令民各種蔥五十本，韭薤一畦。又郭林宗待客，夜冒雨翦韭作炊餅，今洛人皆效之。

食野之苹

朱傳：苹，藾蕭也，青色白莖，如筋。毛傳：苹，萍也。鄭箋：苹，藾蕭。爾雅：苹，藾蕭。郭云：今藾蒿也，初生亦可食。陸疏：葉青白色，莖似筋而輕肥，始生香，可生食，又可烝食。

北山有萊

朱傳：萊，草名，葉香可食者也。爾雅：藜蔓華。郭注：一名蒙華。説文：萊即藜也。陸疏：萊，草名，其葉可食，今兗州人烝以爲茹，謂之萊烝。一説即紅心灰藋菜，沛人以雞蘇爲萊，三倉以茱萸爲萊，皆名同物異者。《蔬譜》：萊一名臙脂菜，一名鶴頂草，生不擇地，即灰藋之紅心者，莖葉稍大，嫩時可食，昔人所謂藜藋膏粱即此。孔疏：《周禮》上地田百畝，萊五十畝。萊爲草之總名，非別有草名之爲萊也。又萊草似蓬，一名落帚，大可爲杖。范石湖云：萊藜吴音並用。《草木疏》：萊，藜也。《韻書》萊、藜、藜三字音義通。《山海經》：泰山有草名藜，如荻可爲菹，又藜莖老可爲杖。《原憲》：杖藜出應門。杜詩：清風獨杖藜。又揆藜，茨也，與此名同實別。

朱傳：苣苦菜也，青白色，摘其葉有白汁出，脆可生食，亦可烝爲茹，即今苦賈菜。宜馬食，軍行采之，人馬皆可食也。陸疏：苣菜似苦菜，青州人謂之苣，西河雁門苣尤美。《本草》野苦賈五六回拘後，味甘滑于家苦賈。

言采其蓫

朱傳：蓫，牛蘈惡菜也，今人謂之羊蹄菜。箋：牛蘈也，仲春時生，可采。郭云：今江東呼草爲牛蘈者，高尺餘許，方莖，葉長而銳，有穗，穗間有華，華紫縹色，可淋以爲飲。疏：縹青白色，淋以水沃也。陸疏：今人謂之羊蹄，似蕪菁而莖赤，鬻爲茹滑美，多啖令人下氣，幽州人謂之蓫。鄭漁仲云：商即羊蹄菜。

言采其蕫

朱傳：蕫蕫，惡菜也。箋：蕫亦仲春時生，可采。《爾雅》：蕫蕫。郭云：大葉白華，根如指，正白可啖。又云：蕫夢茅。疏：蕫與夢茅，一草也，華白者即名蕫，華赤者別名夢茅，亦猶陵苕華，黃白異名也。《廣雅》：烏麪，蕫也。陸疏：河內謂之蕫，幽州謂之燕蕫，一名黃，其根正白，宜著熱灰中温暖之，饑歲可烝茹以禦飢。

是剥是菹

朱傳：菹，酢菜也。毛傳：剥瓜爲菹也。疏：以米粒和醯漬菜也。鄭箋：剥削淹漬以爲菹，貴四時之異物。《禮》：醢人掌四豆之實，王舉共醢，以七菹實之。注：韭菁茆葵芹箔筍。菁，蔓菁。茆，鳧葵。箔，箭萌。筍，竹萌也。《禮記》：恒豆之菹，水草之和氣。孔疏：《周禮》場人祭祀供果蓏，是祭必有瓜菹。醢人豆實無瓜菹者，文不具。《采蘩》傳：公侯夫人執蘩菜以助祭。王后則荇菜。菹通作葅，又澤生草曰菹。《淮南子》：懲沸羹者吹冷齏。冷齏夜話：菹爲百歲羹，言雖至貧亦能具，百歲可長享也。又淹韭曰齏，淹薤曰韲，薤亦韭類。《齊民要術》：仲冬菜經霜，如蕪青葵等雜乾之，並爲鹹菹，得其和者，作金釵色。南人作鹹菹，以糯米絲擣爲末，研胡蘇和釀之，菹既甜脆，汁亦酸美。

言采其芹

朱傳：芹，水草，可食。鄭箋：芹菜也，可以爲菹，采其水中者，尚潔清也。《爾雅》：芹楚葵。注：今水中芹菜，本草：水芹味甘平，養精益氣，一名水英。陶隱居云：二三月作羹時，可作菹及熟瀹食之。又有渣芹可生噉。別本注云：芹有兩種，青芹取根，白色，赤芹取莖葉，並堪作菹。《圖經》云：生水中，葉依苧，花白色而無實，根亦白色。孟詵云：水芹置酒漿中香美，高田者名白芹。《周禮》：醢人加豆之實，芹菹兔醢。《吕氏春秋》：菜之美者，雲夢之芹。《晉書》：立春日，以芹芽蘆菔爲菜盤相饋。《埤雅》云：芹潔白而有節，其氣甚芬，而味則不如蓴之美。故列子以爲客有獻芹者，鄉豪取而嘗之，蜇于口慘于腹也。又野人食芹而美，獻之君。

陳大章《詩傳名物集覽》卷一〇《草》 雒筍及蒲

朱傳：筍，竹萌也。爾雅：筍竹萌。說文：竹胎也。天官醢人：菹菹雁醢，筍菹魚醢。那疏：竹初萌生謂之筍。又《爾雅》云：筍萌。郭注：萌，筍屬也。鄭注：箭，竹筍也。《通志》：凡筍惟箭筍爲美，故會稽竹筍有聞焉。陸疏：筍皆四月生，惟巴竹筍八月九月生，始出地長數寸，鬻以苦酒豉汁浸之，可以就酒及食。《吕覽》味之美者，越駱之菌，竹筍也。筍亦曰菌，箭簬筍。

蒲，朱傳：蒲，蒻也。鄭箋：深蒲也。毛傳：蒲，蒻也。《周禮》醢人，深蒲醢。鄭司農云：深蒲，蒲始生水中子。孔疏：醢人加豆之實，有深蒲筍菹。蒲初生水中入地，蒻大如七柄，正白，生噉之甘脆。

言采其莆

朱傳：莆，鳧葵也，葉大如手，赤圓而滑，江南人謂之尊菜者也。說文：莆，鳧葵。詩：言采其莆，力久切。周禮：醢人朝事之豆，莆菹麋臡。注：莆，鳧葵。《釋文》：莆音卟，北人音柳，鄭大夫又讀爲芽。干寶云：今之鼈蹏草。鄭小同云：江東人名尊菜，生陂澤。陸疏：莆與荇菜相似，葉大如手，赤圓有肥者，著手中滑不得停，莖大如匕柄，葉可生食，又可煮滑美，或謂之水葵，諸陂澤水中皆有。何承天云：此菜出東海，堪爲菹醬，不可用。

吴景旭《歷代詩話》卷一甲集上之上《三百篇・卷耳》 采采卷耳，不盈頃筐。

吴曰生曰：《爾雅》謂之蒼耳。《廣雅》謂之枲耳。陸璣《草木疏》云：葉青白似胡荽，白華，細莖，蔓生。可煮爲茹，滑而少味。四月中生子，正如婦人耳中璫，今謂之耳璫草。鄭康成謂是白胡荽，幽州人呼爲爵耳，一名羊負來，俗呼爲道人頭。蘇東坡云，蒼耳花、葉、根、實，皆可食，食久，使人骨髓滿，膚理如玉，長生藥也。

吴景旭《歷代詩話》卷四八庚集上之下《薺菜》 《侯鯖録》曰：高力士謫在

驪州，《咏薺菜詩》爲魯直所稱。云：兩京作斤賣，五溪無人采。貴賤雖不同，氣味故常在。吴旦生曰：李輔國矯制，遷明皇西宫力士黔嶺表，見山多薺，人不解食，故賦詩，謂可拾作羹耳。魯直作《食筍詩》：尚想高將軍，五溪無人采。是悞以筍爲薺矣。但言詩爲魯直所稱，亦未詳。攷張文潛作《薺羹詩》：論斤上國無曾飽，旅食江城日至前。常慕黎羹最清酒，固應加糝媿吾緣。乃得力士本意。

《説文》薺草，可食也。《春秋繁露》云：薺以美冬，水氣也。薺，甘味也，乘於水氣，故美者甘勝寒也。薺之言濟，所以濟大水也。

緒家軒《堅瓠秘集》卷三《蒲脯》 《紫桃軒雜綴》：余在中州，食蒲笋甚脆美，腊之如乾肉。行河北道上，遇野人驅鹿，麗然如馬而無角。昔趙高擅秦權，設蒲名脯，指鹿爲馬，而陰除諸言鹿與蒲者。人但知指鹿事，而不知蒲脯。出潘安仁《西征賦》註。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷上《論果第四》 山藥北來者佳，可蒸可烹，本地者祇，可入殽。然種爲景物頗佳。吴文定公玉延亭詩甚稱之。

竽紫梗者嘉，雖陸種亦甘糯，名爲旱水芋，出金陵者尤良，其種可致。東鄉一種名波羅芋者更精，大抵蒸煮不透，似熟尚生，故難克化。濕紙包裹，熳火煨熟，則香甜益人。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論蔬第五》 菘菜箭幹者，色白味輕而脆，區者色青味重而腴，各有所長，四時可用，而冬月旨蓄其用尤尚，吴中呼爲藏菜。其法宜先以糞壤土令肥，栽後祇澆清水，則潔淨無垢。正在大雪節内砟取，須去根精選，風日中久攤令乾，用無灰鹽輕重得中醃之，更以重石壓扁。要久藏者，半熟時，即將汁澄清，煎滾放冷，以菜入新淨甕中填實，急用泡汁浸之，逐旋取用，雖春末夏初，色味尚佳。又一法，澤菜洗淨，遂層以碎切生薑橘皮夾和，輕糝淡鹽，加入河水清米湯對停共浸爲鹽。此可經久，同汁旋取，隨意用之。僕嘗著冰壺先生傳菘菜有一種香者其磬遠透米之粳糯二種各有香子而香子粳又有紅白二種皆物之至精品也

芥菜必冬間與白菜同醃者，乃可耐久，須攤曬十分乾枯，姑以重鹽醃之，則芳香可人，嘗謂薰蕕，判於乾濕，惟醃芥爲然。春醃者，亦必冬末所栽之菜，然後堪用。有人傳來江南芥菜，俱在春醃，而色味半年如新，祇是全不見水攤曬乾透，重醃鹽藏，至食時，方以水澆之。或好潔者，醃時以布罨拭仍曬乾，而後入鹽。夫既滴水莫犯則宜，纖穢勿沾。以此知種芥菜，尤宜先壅肥土，而栽後祇澆清水，乃爲得法矣。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論蔬第五》 薺菜此地甚多，而醃製不如京口，彼境亦甘露寺者，獨勝。想得法處，在用手按揉，令其收縮耳。同蒿菜軟美帶香，宜於作和頭，此與波菜可相上下。胡蘿蔔性甘，以和他物，或資其味，冰後乃堪食。切取浄心，湯焯半熟，嵌入砂仁米。烘乾亦可備不時之需。五葷惟葱惟頗和緩調食引藥常用爲多此在菜部蓋小人中之君子也持齋以香椿嫩葉細切代之，是爲素葱。薤之力半於蒜，農家賴之。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論瓜第六》 食瓠飲水，古人以爲貧者之樂味之，誠然哉。王瓜以早取重削，時辨之宜早，勿以苦者爲甘者之累。甜瓜之用，熟不如生，醬菜中，百役俱供者，惟此物也。絲瓜香者最勝，素食獨優，甘之受和，冬瓜有焉。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論豆第七》 白扁豆種分好醜黑者，置勿論矣。白者多佳，然其美或鍾於殼，或鍾於子。間有二美兼之者，此至物也。却不可多得。其殼美者宜粗用以爲羹，其子美者定綻用以爲果，毋求備於一豆可也。龍爪青白二種，其味在皮不在肉，正所謂宜羹者耶。有一種子白而多且味甘者，殼乃獨硬，要在隨材取用耳。然吾細求白扁豆之理，別有一巧法。此豆外殼内肉，其味俱甘，惟殼之内肉之外第二層貼身皮，獨爲苦澁，用時先剥外皮，留放一邊，次以豆子入冷水煮滾待熟，除棄貼身之皮，單用浄肉置茶盞中，然後另取佳水煮湯，待滾方投入外皮，勿蓋湯罐，急火再煮，候滾却撈去外皮，注：浄湯於浄子内，如常食之。如此，則其湯清白香甘而子亦軟美有味，真能取其所長而避其所短矣。【略】

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論豆第七》 豌豆郡中最早最多，然惟極嫩極鮮者，方可口。

刀豆以醬食爲常，亦可蜜可醋，間有苦而嘗之者，其子綻時，煮食窘堪。

江豆長而軟者，嫩時爲簌甚美，素食所便也。

緑豆煑粥益人，單作湯亦清涼，芽爲菜亦佳。蠶豆、豌豆芽皆可食，其苗嫩

時，皆可淖熟，以麻油鹽薑醋拌爲葅，或曰此東坡所謂元修菜也。凡蔬筍豆蔌菱藕之類，隨其生熟，用麻油薑鹽醋澆拌，皆可充素食。然須最初用麻油拌透，次用鹽花或醬油，次用薑，然後用醋，若亂次序，便不適口。其味勿輕勿重，務在調停得中，仔細先嘗，以漸加減。但輕者可加，而重者不可改也。慎之慎之。素食或有宜砂仁者，宜花椒者，宜蒔蘿者，又在隨時斟酌。

白扁豆可照豆腐法製用，此素食之最精奇者。紅藍花罌粟子作腐俱奇，荸薺亦可爲腐。又用胡桃松子照麻腐製造，尤美。凡素食縱精鑿，然所費終儉，罪過亦輕，以此引進，富人修行戒殺，且或供養道德高厚之人非此。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論竹第八》　竹之風節一也，而其用大都兩途，取材取笋有兼有專，取材之事，姑待異日詳之。茲先論笋，凡僧贊寧譜中之言，可謂切中肯綮矣。今人粗率，多違其戒，蓋苟且隔宿弊端既多，而蒸食久熟，徒爲刮腸之篦，尤可憐憫。夫笋停留多一日，則難熟加一倍，固已暗受其病，又煮未久而即取食，是通國皆食生笋而不覺也，刺喉致疾，何益之有。凡知味者，儻欲遠取供用，宜遣人於出產處入園目擊，多多買鮮，即就本地帶殼擊碎，寬水勻火，耐心煮之，自侵晨至黃昏方歇，乃以缸器貯笋，并汁持歸，從容旋用。其初煮也，畧用陳米幾合，數滾後撈米澄清，畧加鹽花，同淨汁再煮。如此則鹽酸畧存，可以耐久。如天熱慮味變，則或三日或五日仍入鍋，以笋同汁滾一次，再於冷時用之，一二旬不壞。其後每次調和，俱用原汁熟笋同入，斯乃一勞永逸，不亦便乎。或祇隨便買食，或家園多笋而慮日久易老者，此法皆可通用。至於逐次新鮮，亦必如意，務令熟透。此雖細務，而實養生遠病之一端也。

湖州有酸釐笋現成市賣，其意頗同，此地雖邇，未及致耳。

笋性本至難熟，熟益人而生甚損，不可不慎。今食鮮而致病，不如守拙而食乾。乾笋出於柴炭俱賤處，反能熟透。然先浸而煠，煮久復浸，亦須多加火功，方能適用，況生者而可造次乎。

曹溶《倦圃蒔植記》卷上《論木第二》　川椒，真者九葉成簇，嫩芽亦可食。微觸其枝，便覺馨酵，摩頂放踵，無不芘芬靈均馳彼椒丘厥有旨哉。子紅芳而獨蒂綴二細珠，用勝常品。右甘州枸杞、川椒，遠物也，而吾土可植，又佳而適用，定品同爲木之丁。

曹溶《倦圃蒔植記》卷上《論果第四》　茨菰大者甘而微苦，頗有風味，但不益人。荸薺紅黃者美味，肺家所忌，而能解煩熱，消壅滯，生熟皆可啖。山藥北來者佳，可蒸可烹，本地者祇可入殽，然種爲景物頗佳。吳文定公玉延亭詩甚稱之。

芋紫梗者嘉，雖陸種亦甘糯，名爲旱水芋。出金陵者尤良，其種可致。東鄉一種名波羅芋者更精，大抵蒸煮不透，似熟尚生，故難克化。濕紙包裹，熳火煨熟，則香甜益人。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論蔬第五》　菘菜箭榦者，色白味輕而脆，匾者色青味重而腴，各有所長，四時可用，而冬月旨蓄，其用尤尚，吳中呼爲藏菜。其法：宜先以糞壅土令肥，栽後祇澆清水，則潔淨無垢。正在大雪節內，砟取，須去根精選，風日中久攤令乾，用無灰鹽輕重得中醃之，更以重石壓扁。要久藏者，半熟時，即將汁澄清，煎滾放冷，以菜入新淨甕中填實，急用泡汁浸之，逐旋取用，雖春末夏初，色味尚佳。又一法：澤菜洗淨，遂層以碎切生薑、橘皮夾和，輕糝淡鹽，加入河水清米湯對停，共浸爲鹽。此可經久，同汁旋取，隨意用之。僕嘗著冰壺先生傳，菘菜有一種香者，其馨遠透米之粳糯，二種各有香子，而香子梗又有紅白二種，皆物之至精品也。

芥菜必冬間與白菜同醃者，乃可耐久，須攤曬十分乾枯，姑以重鹽醃之，則芳香可人，嘗謂薰蕕，判於乾濕，惟醃芥爲然。春醃者，亦必冬末所栽之菜，然後堪用。有人傳來江南芥菜，俱在春醃，而色味半年如新，祇是全不見水，攤曬乾透，重醃鹽藏，至食時，方以水澆之。或好潔者醃時，以布畧拭，仍曬乾而後入鹽。夫既滴水莫犯，則宜纖穢勿沾。以此知種芥菜，尤宜先壅肥土，而栽後祇澆清水，乃爲得法矣。

蔓菁居芥菘之間，而佳處在根爲多。北方擣種，吾土可植。友人某栽根製緻，悉諸其法，常以相餉。

曹溶《倦圃蒔植記》卷上《論蔬第五》　萵苣此地甚多，而醃製不如京口。彼境亦甘露寺者，獨勝想得法處，在用手按揉，令其收縮耳。

同萵菜軟美帶香，宜於作和頭，此與波菜可相上下。胡蘿蔔性甘，以和他物，或資其味，冰後乃堪食。切取淨心，湯焯半熟，嵌入砂仁米。烘乾，亦可備不時之需。

五葷惟葱惟頗和緩，調食引藥常用爲多，此在菜部，蓋小人中之君子也。持齋以香椿嫩葉細切代之，是爲素葱，薤之力半於蒜，農家賴之。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論蔬第五》　鶴頂作茹，古謂羹藜。庭邊隙地，畧

植幾株，朱顏微醉，仍帶清癯，霜餘收取，扶老偏宜。

菊芽嫩時，凡味甘者，皆可食。若常用供簌，則寒菊莖葉嫩滑，獨爲相宜。

茄有長圓二種，新出美味，久用爲貧家所便，同嫩荳作鮮豉，甚佳。惟以肥土壅根，則生子倍多倍甘。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論瓜第六》 甜瓜之用，熟不如生，醬菜中百役俱供者，惟此物也。絲瓜香者最勝，素食獨優。甘之受和，冬瓜有焉。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論豆第七》 白扁豆種分好醜黑者，置勿論矣。白者多佳，然其美或鍾於殼，或鍾於子，間有二美兼之者，此至物也。却不可多得。其殼美者宜粗用以爲簌，其子美者定綻用以爲果，毋求備於一豆可也。龍爪青白二種，其味在皮不在肉，正所謂宜簌者哉。有一種子白而多且味甘者，殼乃獨硬，要在隨材取用耳。然吾細求白扁豆之理，別有一巧法。此豆外殼內肉，其味俱甘，惟殼之內肉之外第二層貼身皮，獨爲苦澁，用時先剥外皮留放一邊，次以豆子入冷水煮滾，待熟除棄貼身之皮，單用淨肉置茶盞中，然後另取佳水煮湯，待滾方投入外皮，勿蓋湯罐，急火再煮，候滾却撈去外皮，注淨湯於淨子內，如常食之。如此則其湯清白香甘而子亦軟美有味，真能取其所長而避其所短矣。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論豆第七》 豌豆，惟雲南種爲佳，極大而甘糯者是也。每歲揀大而又大者留種，若混用則漸小矣。須家園植之，旋採旋用，半日以外，真味之存者寡矣。

豌豆，郡中最早最多，然惟極嫩極鮮者，方可口。

刀豆以醬食爲常，亦可蜜可醋，間有苦而嘗之者，其子綻時，煮食畧堪。

江豆長而軟者，嫩時爲簌甚美，素食所便也。

綠豆煮粥益人，單作湯亦清涼，芽爲菜亦佳。豔荳、豌荳芽，皆可食。其苗嫩時，皆可淖熟，以麻油鹽薑醋拌爲葅。或曰此東坡所謂元修菜也。凡蔬筍豆蔔鹽鹽醋澆拌，皆可充素食，然須最初用麻油拌透，葡茭藕之類，隨其生熟，用麻油薑醋澆拌，皆可充素食，然須最初用麻油拌透，次用鹽花或醬油，次用薑，然後用醋，若亂次序，便不適口。其味勿輕勿重，務在調停得中，仔細先嘗，以漸加減。但輕者可加，而重者不可改也。慎之慎之。素食或有宜砂仁者，宜花椒者，宜蒔蘿者，又在隨時斟酌。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論豆第七》 白扁豆，可照豆腐法製用，此素食之最精奇者。紅藍花罌粟子作腐，俱奇。荸薺亦可爲腐。又用胡桃松子照麻腐製造，尤美。凡素食縱精鑿，然所費終儉，罪過亦輕，以此引進，富人修行戒殺，且或供養道德高厚之人，非此蔬以伸，敬心無窮，而物有限。或借果類，或伏酥蜜，凡可以致精盡美者，何不用也。經文所謂或羞百味，正指素饌而言耳。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論竹第八》 此君卓爾不群，誠宜別有著述，今姑草畧論之。除雜疏所列外，佳品別有粉觔竹者，葉細密而材堅韌，筍早次於燕來，而色白味甘肉厚，因新竹節含膩粉而質，性柔中有剛，故名曰粉觔。【略】

竹之風節一也，而其用大都兩途取材取筍，有兼有專。取材之事，姑待異日詳之。茲先論筍，凡僧贊寧譜中之言，可謂切中肯綮矣。今人粗率，多違其戒，蓋苟且隔宿弊端既多，而蒸食久熟，徒爲刮腸之餌，尤可憐憫。夫筍停留多一日，則難熟加一倍，固已暗受其病。又煮未久而即取食，是通國皆食生筍，而不覺也。刺喉致疾，何益之有。凡知味者，儻欲遠取供用，宜遣人於出產處，入園目擊，多多買鮮，即就本地帶殼擊碎，寬水勻火，耐心煮之，自侵晨至黃昏方歇，乃以缸器貯筍，并汁持歸，從容旋用。其初煮也，畧用陳米幾合，數滾後撈米澄清，畧加鹽花，同淨汁再煮。如此則鹽酸畧存，可以耐久。如天熱慮味變，則或三日或五日仍入鍋，以筍同汁滾一次，再於冷時用之，一二旬不壞。其後每次調和，俱用原汁，熟筍同入，斯乃一勞永逸，不亦便乎。或祇隨便買食，或家園多筍，而慮日久易老者，此法皆可通用。至於逐次新鮮，亦必如意，務令熟透。此雖細務，而實養生遠病之一端也。

湖州有酸鞋筍，現成市賣，其意頗同。此地雖遍，未及致耳。

筍性本至難熟，熟益人而生甚損，不可不慎。今食鮮而致病，不如守拙而食乾。乾筍出於柴炭俱賤處，反能熟透。然先浸而煮，煮久復浸，亦須多加火功，方能適用，況生者而可造次乎。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論草第九》 車前草俗名蝦蟇草，性淡，利水，能止泄瀉，亦愈便血。野人或用爲茹。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《雜論第一一》 東坡云：椶筍，狀如魚，剖之得魚子狀，如苦筍而加甘芳，蜀人以饌佛僧，甚貴之，而南方不知也。筍蓋花之方朵者，正三月間可剥取，過此苦澁不可食矣。取之無害於木，而宜於飲食。法當蒸熟，畧與筍同。蜜煮酢酒，可致千里外。今餉殊長老詩云：贈君木魚三百尾，中有鵝黃子魚子。夜又剖瘿意分甘，擇龍獲所敢言美。願隨蔬菜果得自用，勿使山林空老死。問君何事食木魚，烹不能鳴固其理。

右東坡集中所載云：爾予嘗四月剥取，既在正二月之後，而蒸熟蜜酢之法，

又未盡合，嘗之未適於口，故備此全文，待他日依時依法再試之。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 玉糝羹。東坡云：過子忽出新意，以山芋作玉糝羹，色香味皆奇絶，天上酥酡則不可知，人間決無此味也。詩曰：香似龍涎仍釀白，味如羊乳更全清。莫將南海金虀膾，輕比東坡玉糝羹。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 五美菜。諸葛武侯出軍，凡所止之處，必種蔓菁，即羅蔔菜，蜀人呼爲諸葛菜。其菜有五美，可以生食一美，可葅二美，根可充飢三美，生食消痰止渴四美，煮食之補人五美，故又名五美菜。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 豆腐爲淮南王鴻烈所造，故孔廟祭器不用豆腐。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 錦帶羹。荆湘間有草花，紅白如錦帶，苗嫩脆可作羹。杜詩：滑憶雕胡飯，即胡蘇飯香聞錦帶羹。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 韭萍齏。石崇過客，每冬作韭萍豆粥，咄嗟而辦。王愷密問，其帳下云：豆最難熟，預炊熟，客來但作白粥投之。韭萍齏，是時以其根裸麥苗耳。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 玉版。蘇東坡邀劉器之參玉版禪師，至寺燒筍，覺味勝。坡曰名玉版也。作偈云：不怕石頭路，來參玉版師。聊憑錦珠子，與問撑龍兒。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 尊羹。昔陸機詣王濟，濟指羊酪謂機曰：吴下何以敵此。機曰：千里尊羹，未下塩豉。

王芑《稼圃輯・蔬品》 菠菜，亦名雨花菜。七月至二月皆可撒子、隔月出、每於下旬以水浸子殼軟、撈出候乾、以灰粹撒肥地、糞水澆、芽出惟用水澆、待長仍以糞澆之、食不盡者滾湯内掠熟曝乾、四五六七月，温水浸軟、調食甚美。

荳芽菜，將菉豆揀浄，河水浸二宿，候漲，以新水淘浄，控乾，用蘆蓆洒濕鋪地，糝荳於上，濕草薦覆之，其芽自長。

荏蓼二種，荏作油，色緑可愛，其氣香美。荏子秋未成可醬食。蓼以作葅，長二寸則剪，綳佾盛醬瓮中。又長再剪，五月六月蓼可爲齏。

苜蓿畦種，七月下種如韭法，一剪一上糞，耙耬然後下水。每至正月，燒去枯葉即耬斫其稞，土則不瘦。一年三刈，其留子者一刈即止。此菜長生，不必再種，食之甚有益。春初生嗽爲羹甚香，爲乾菜亦可。長則飼馬。

蘘荷宜樹陰，二月種之。一種水生不須鋤耘加糞，旱者以土蓋糞上。八月初踏其苗則滋茂。九月初，取其旁生根者作葅，亦可醬食。十月以麪糠遮之不凍死，二月掃去。

山藥忌用人糞。【略】曬乾作粉。糕，兩廣有至二三十斤一條者，近出嘉定俊儀，然易爛。出徽州濟寧者佳，一名玉延，一名薯蕷，一名脩脆。大則名薯蕷，小則曰山藥。

蔓菁，芥之大根者，北京大而脆，南京次之，若吴地則小矣。最益人，常食通中益氣，令人肥健。六月下種，七月種更好，不生蟲。葉可採，亦作乾菜，子可榨油。一畝用子三升，油點燈甚明。塗髮能變蒜髮。今江北亦有之，春食苗，夏食心，秋食莖，冬食根，陝西多種也。四月收子。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 蓴羹塩豉

《金罌子》：晉陸機詣王武子，武子有數斛羊酪，指以示陸云：卿東吴何以敵此。陸云：有千里蓴羹，未下塩豉。千里、未下，皆吴中地名。《西陽襍俎》有千里蓴。今千里湖産蓴最多且美。前漢《地里志》會稽郡屬縣有大末，或云當作秣，省文耳。秣下即秣陵。

明按：《歸正集》：豆豉，古無之。史游《急就章》始有此事。《韻畧》謂之配塩幽菽。幽，閉也。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 蔬食

何孟春《餘冬序録》古人蔬食，乃是乏米，以蔬充食，不但不得肉也。《東觀漢記》建武初，趙孝以穀食少，夫婦嘗蔬食，而以穀食陰讓弟禮夫婦，飯之，禮覺，亦不肯食，遂共蔬食。所謂蔬食者，非穀食矣。

明按：《論語》飯疏食。孔註曰：疏食，菜食也。又按召旻詩曰，彼疏斯稗。鄭箋云：疏，麤也，謂糲米。米之率糲十稗九鑿八侍御七疏，即糲也。諸儒皆不主孔氏之説。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 茆葅

《爾雅翼》：茆，杜子春讀爲卯。陸璣曰：茆與荇葉相似，江南人謂之蓴菜，亦謂之水葵。《周禮》有茆葅，蓋用此物爲葅。鄭大夫誤讀爲茅，不可從也。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 山藥

《負暄襍録》：山藥，本名薯豫，避宋英宗諱，遂名山藥。炊飯本名蒸餅，避宋仁宗諱，故改。南唐主諱煜，故改鵪鴿爲八哥。

姜宸英《湛園札記》卷一 疏糝食菜餗蒸。若今煮菜謂之蒸菜也。按：今

俗蒸餅用菜爲餡，此類是矣。

姜宸英《湛園札記》卷二　孫作，字大雅，以字行，一字次知。《豆腐詩序》叙乳，本漢淮南王所作，其名不雅，余爲改今名，因賦是詩。陸放翁詩：拭盤堆連展，洗釜煮黎祁。自註：連展，淮人以名麥餅。黎祁，蜀名豆腐。

高士奇《北墅抱甕録・榆》　榆樹類枌，春初緣枝生莢，纍纍成串，未熟色青，已熟色白，結子爲榆錢。《崔氏月令》謂榆錢可羹，兼可蒸作糕餌。收至冬可釀酒。瀹過搗羅爲末，調以鹽水，日中曝曬可作醬。

高士奇《北墅抱甕録・笋》　春日發者爲園笋，新苞初迸，嫩美罕匹，真勝於芻牛之腴。焙之作脯，經年可用。夏月竹鞭四行，其穿上而出者爲鞭笋，作羹特佳。

高士奇《北墅抱甕録・蕨》　蕨生野中，春時萌芽拳屈，長而漸展，若鳳尾。莖嫩無葉時，取之蒸曝，作蔬絶美。屑之爲粉，製粗敉之類，味甘滑而色微紫，可稱瓊糜。

高士奇《北墅抱甕録・薇》　薇莖葉氣味，皆似豌豆，其萑作蔬入羹皆宜，京洛士大夫爲詩，多念故山薇蕨，手擇口嘗，而真知其味者誰耶。

高士奇《北墅抱甕録・矮黄》　矮黄，菜中之奇種，惟江浙有之。其生不高，經霜黄熟，因以得名，今人稱呼爲黄芽菜，聲之訛也。肥嫩易爛，食無筋膜，味甜而腴，與北方之甘肅菜，可以爭勝。

高士奇《北墅抱甕録・莧菜》　莧生初夏，小摘淨擇，一瀹即熟，香美勝於衆蔬。有青莧紫莧二種，紫者羹汁殷紅，以送吴粄，色映匙盌。

高士奇《北墅抱甕録・灰莧》　灰莧心紅葉緑，煮食甚香，至秋漸老，高六七尺，莖可爲杖，輕而且堅，勝於節竹，所謂杖藜是也。

高士奇《北墅抱甕録・芥》　青芥、紫芥、白芥、皺葉芥，因類分畦，春秋兩種，老而愈辣，頗有薑桂之性，作齏最宜。收芥子屑之成末，點和食品，風味亦佳。

高士奇《北墅抱甕録・萊菔》　萊菔莖不高，而結根甚大，謂之蘿蔔。有白者，有黄者，有紅者，有紫者。紫白二種，葉似蕪菁。黄紅二種，葉似蒿菜。春末抽薹發花，其根辛而微甘，可生可熟，可醬可腊，可醋可糖，蔬品中之極有益者。

高士奇《北墅抱甕録・白菜》　白菜莖扁薄而白，大者高三尺許，爛煮作羹，以薑米芼之，雖珍錯不能過也。更有名春不老者，與白菜相類，而脆嫩尤甚，四時可種，醃食甚美。

高士奇《北墅抱甕録・芸薹》　芸薹，單莖圓肥，葉附於莖，嫩時可食，其末發花如蘿蔔，瀹而乾之，製以鹽，禦冬上品也。

高士奇《北墅抱甕録・薺菜》　薺雖野草，而有佳味，採取宜在寒食前。東坡與徐十三書云：今日食薺甚美，不甘於五味，而有味外之味。其法：取薺一二升淨擇，入淘米三合，冷水三升，生薑不去皮，搥兩指大，同入釜中，澆生油一蜆，殼於羹面，不得入鹽醋。天生此物，以爲山居之祿，輒以奉傳，不可忽也。食薺之妙，盡此數語矣。

高士奇《北墅抱甕録・苦菜》　苦菜，花肖野菊，春夏皆開，一花結子一叢，若茼蒿然，根葉皆可食，余取以爲常供。元人詩：盤餐落落對瓜畦，杜撰人問苦賣薺。洵先得我心者也。

高士奇《北墅抱甕録・同蒿》　同蒿，莖肥葉緑，與白蒿同。四月起臺二尺餘，可食。一種小者，爲茵陳蒿，芳嫩倍之。

高士奇《北墅抱甕録・生菜》　生菜，花如苦賈，春秋可再種。略點鹽醋，生接食之，甚美，故名。

高士奇《北墅抱甕録・萵苣》　萵苣與生菜類，有尖圓二種。尖葉者味苦，圓葉者氣如香秫。四月抽薹如筍，謂之萵筍。余長夏三餐嗽粥，飽菜根香味，於諸蔬之性，獨得其詳焉。

高士奇《北墅抱甕録・馬齒莧》　馬齒莧，柔莖布地，葉對生，比並圓整如馬齒，故名。六七月開細花，本屬草卉，而可以充蔬，亦可入藥。

高士奇《北墅抱甕録・薑》　薑，五月生苗如嫩蘆，秋社前後，新芽若指，名紫芽薑，采食無筋膜。秋分後采者次之，經霜乃老。分湖稻蟹極肥，脂同切玉，揭薑薦之，以佐村釀。誰謂荒寒寂寞之濱，遂無佳味哉。

高士奇《北墅抱甕録・蒜》　北方蒜微甘而辛，可爲常食。南方出者，辛而不甘，然極能制服食之毒。春苗軟美，鹽製爲葅，亦佳。

高士奇《北墅抱甕録・薤》　薤葉似葱而有稜，根似小蒜，一本數顆，相依而生，北人呼爲菜子。《内則》云：切葱薤，實諸醯以柔之。是古人已有醋浸之法。性能益氣宣滯，於老人尤宜，故少陵有衰年味煖之句也。

高士奇《北墅抱甕録・葱》　白菜莖扁薄而白，大者高三尺許，爛煮作羹，茂發，香而不葷，軟美可食，入藥亦宜，即所謂大官葱也。

高士奇《北墅抱甕録・蘞荳》 蘞荳方莖密葉，紫萼皂心。二月花開被塢，和風送香，濃而不媚。初夏，其莢與櫻珠並熟。吾鄉風俗，以點新茗，老後炒食尤佳。長公在黄州，追思與楊宗文諸人，往來瑞草橋，對坐莊門，嗅瓜子炒豆，田園真樂，自不可忘。

高士奇《北墅抱甕録・豇豆》 豇豆，作架引之，其生易蕃，莢如衣帶，生必兩兩並垂，有青有紫，斕斑間雜。

高士奇《北墅抱甕録・扁豆》 扁豆花有紫白二色，狀亦不一，莢生花下，花卸而莢現，纍纍成枝。烹以侑餐，有淡泊之味。

高士奇《北墅抱甕録・稍瓜》 稍瓜粗於黄瓜，色緑而黝，縱有白紋界之，微凹，體光而滑，膚實而韌，製之以醬，足儲一年之供。

高士奇《北墅抱甕録・南瓜》 南瓜愈老愈佳，宜用子瞻煮黄州豬肉之法，少水緩火，蒸令極熟，味甘膩且極香，田家一飽之需，孰過於此。

高士奇《北墅抱甕録・絲瓜》 絲瓜喜延高架，宜背陰，其實長尺許，嫩時甘滑可餐，老者瓤絲若網，可以滌器。平湖種瓜者，多於菱灣漁港之旁，結爲低架，碧蔓黄花，下俯流水，燦然可觀，不但有落實之益也。

高士奇《北墅抱甕録・蒲蘆》 蒲蘆莖長，須架起，則結實圓正。可蜜煎作果，可削條作乾。【略】

高士奇《北墅抱甕録・茄》 茄大小不一種，煮食甚甜滑，醃製糟醬無所不宜，色紫而澤，昔人美其名曰崑崙紫瓜。

高士奇《北墅抱甕録・芋》 蓴溪芹磵之間，多種芋，葉比么荷，緑浄如拭，寒宵擁爐坐話，煨老芋嗽之，自謂官廚法饌，不敵其美。彼没齒於膏粱者，殆未足與語此也。

高士奇《北墅抱甕録・香芋》 蔬香菴前，瓜棚豆架，縱横如織，香芋亦緣蔓其中。冬來斸土取芋，炊食良佳，其甘潤不及山藥，其香則非山藥所能望也。

高士奇《北墅抱甕録・山藥》 山藥引蔓緣籬，葉厚而澤，開細花，淡紅色，實生葉間，形似小棗，煮食頗香。其根有紫白二種，白者尤細膩，蒸令極熟，糝以蔗霜，以匙抄而嗽之，若吸石髓。

高士奇《北墅抱甕録・芡白》 芡白多葉如蕉荻，四五月中抽白薹，大若小兒臂，蒸熟甘美而鮮。秋後有實，所謂雕胡米也，炊之作飯，與香稻髣髴，佐以蓴羹菘本，老饕之腹，屬厭有餘矣。

高士奇《北墅抱甕録・蓴》 蓴菜江南多有，西湖所産尤佳。漁書樓後，有陂塘半畝，滙諸溪流其中，蓴絲密茂，蓋西湖種也。春夏之交，葉底生津長寸許

非泛詠景物，可見坡詩無一字無來歷也。

王士禎《居易録》卷三二 《菽園雜記》載《蘇州志》云：菘菜，北方種之，一年半爲蕪菁，二年菘種都絶，猶橘之變于淮北云。此説大謬，今京師以安肅白菜爲珍品，其肥美香嫩，南方士大夫以爲渡江所無，不知蘇志何據云。然豈南北地氣遽反，易有如此耶。按：先大父方伯贈司徒公《羣芳譜·蔬部》云：白菜一名菘，蕪趙維揚所種最肥大而厚，一本有重十餘斤者。益可證蘇志之妄。

宫夢仁《讀書紀數略》卷五二《物部·飲食類》 三香《爾雅翼》

椒、檗、薑。

五辛。元日進五辛盤，所以發五臟之氣。

葱、薤、蒜、韭、芸蒿。

五菜。《素問》。

葵、藿、薤、葱、韭。《穀梁傳》大小蒜、韭、芸臺、蒿。

西方五菜。《爾雅翼》。

大蒜、小蒜、興渠、慈葱、茗菊名葱。

蜀蔬兩巢。陸放翁詩序。

大巢，豌豆之不實者。小巢。生稻畦中。

七菹。《周禮》醢人。

韭菹、菁菹、茆菹、鳧葵。葵菹、芹菹、楚葵。筍菹、茆菹、水中魚衣。

揆叙撰《隙光亭雜識》卷二 白菜産俄羅斯者，狀如中土撇蘭，抽菜時作蓮花形，嘗煮食之。賜臣叙甚爛而加黏，其少異於安肅黄芽者也。

方式濟《龍沙紀略·貢賦》 老鎗菜即俄羅斯菘也，抽薹如萵苣，高二尺餘，葉出層層，删之其末層，葉葉相抱如毬，取次而舒。已舒之葉，老不堪食。割毬烹之，略似安肅冬菘。郊圃種不滿二百本，八月移盆，宫弁分畜之，冬月苞紙以貢。

姚之駰《元明事類鈔》卷三《歲時門》 咬春。《金鑾退食記》：南花園在西苑門，明時曰灰池，植瓜蔬于坑洞内，烘養新菜，以備春盤薦生之用。立春日，進鮮蘿蔔，名曰咬春。

姚之駰《元明事類鈔》卷三一《飲食門·腐》 賣腐。明張定《在田録》：上皇以賣腐爲生，皇覺寺一寺僧，衆争來買之。

炕腐。李日華《蓬櫳夜話》：許文懿公在中書遇不得意，輒投其筆曰：人生幾何，乃舍吾鄉炕腐，而食煤火肉耶。蓋箬山一王老，以砂鍋炕腐，成片鬻之，味獨勝也。人因此目爲許閣老腐。

豆腐稱之。

都豆腐。《獻徵録》都僉事歷官六十餘年，自奉甚儉，日惟豆腐一味，人以都

百里市腐。《獻徵録》：張三丰寓德安太平山，將辭去，父老登山爲别。三丰揖衆使坐，市豆腐一提歸曰：此提板乃唐邑西關王宅物，爲我還之。至問王宅市豆腐時，父老登山日也。唐邑去太平山百四十里，回竟三丰不知所在。

菽乳。明《孫作集》：豆腐本淮南王安所作，惜其名不雅，今改字菽乳，爲賦以詩。

徐應秋《駢字馮霄》卷一九《釋名·飲饌》 九江珠糭。齊景公食善星，文者淇漳之鱣鯆，以青茄九江珠糭，饗以蘭蘇。

霜斋。霜時菜名。

五光七白。薤葉也。

蘆菔鮓。白葉天方齊，劉禹錫正病酒。禹錫乃餉菊苗虀、蘆菔鮓，換取樂天六班葉以醒酒。

秦薤蜀葵。放招秦薤、蜀葵、吴鹽蒸且。

胹豲炮臛。又胹豬、炮臛、桔椒行且。

蒿蕘。木耳也。

秋蕪露茄。又秋黄之蕪，白露之茄。蕪、茄皆菜也。

吴林《吴蓳譜·上品》 饊蓳，即松蓳也，於松樹茂密處，松花飄墜，著土生菌。一名珠玉蓳，赭紫色，俗所謂紫糖色是也。卷沿深縐，味甘如餳，故名餳蓳。黄山陽山皆有之，惟錦峰山昭明寺左右産之尤甚，最爲佳品。采久或手撓之，作銅青色。湯燖孫樓吴音奇字音纔入聲瀹也湯燖也火薰，藏爲珍品，亦可致遠。

吴林《吴蓳譜·中品》 佛手蓳，一名掃帚蓳，一名燈草蓳，一名葱管蓳，皆象形也。一根叢生如荁芽菜，而灰白色，味極柔滑鮮美。三月間多産，支硎山及黄山、貞山、玉遮山處處有之。此品爲鄉人所最尚者。其瀹法：用甏罈方言音孛着腻，多下薑屑，與杜園筍爲羹，貢山居之上珍也。

吴林《吴蓳譜·下品》 【略】余謂蓳爲無根菜，才生兩三日即爛，而不堪食矣。吴僧贊寧曰：合蓳以箬籠盛貯，不可近泥壁，近則易壞，山中人將餳蓳湯燖火熏，亦可藏食，呼之曰杜香蓳。凡洗蓳必須逐箇輕手拈取，摺去泥沙，貯浄器

中，浮音扶，唐皮日休《紀麻撮要》：清明曬得柳條枯十隻，糞缸九隻，浮應入七處。於水上，拭去沙土，不可舀水亂冲，致沙入補內，莫之能出。粗人勿令爲此。幽人韻士拾得佳菌，檢去宿者，香油炒透，和以鹽醯薑屑，再煮極熟供食。余謂鯸鮧鯸鮧《北山經》名亦鮭。音圭。與鮮菌皆有毒，須煮得透熟，厥毒自解。《易牙遺意》專究食品，而弗及此二物，蓋慎之也。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七七《草木門二・蓼》 藿葉。《禮記・少儀》注：藿之爲言牒也，先淮葉切之，復報切之則成膾。唐太宗《賦得白日半西山詩》：藿葉隨光轉，葵心逐照傾。蘇軾《攜白酒鱸魚過詹使君食槐葉冷淘詩》：青浮卵椀槐芽餅，紅點冰盤藿葉魚。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七七《草木門二・蓼》 蓼蒿。《詩》：翹翹錯薪，言刈其蓼。疏：《釋草》云：購商蓼。郭云：商蓼，蓼蒿也，生下田，初生可啖。《本草》：白蒿。《釋名》：蒿，由胡蓼蒿薦。《野菜譜》：蓼蒿，春采苗葉熟食。夏秋莖可作羹心，可入茶。蘇軾《惠崇春江晚景詩》：蓼蒿滿地蘆芽短，正是河豚欲上時。柳貫《洪州歌詩》：蓼蒿菜麪。《東京夢華録》：有菜麪、蝴蝶蕊、肫腦及賣隨飯、荷包白飯，旋切細料餡餈兒、鮮滑勝雞酥，滿尺河豚玉作牌。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七七《草木門三・菜》 菜羹。《歲華紀麗》：人日菜羹花勝。注：《歲時記》云：人日以七種菜爲羹，剪綵爲花勝，以相遺也。【略】蘇軾《東坡羹頌》：東坡羹，蓋東坡居士所煮菜羹也，不用魚肉，五味有自然之甘。又有菜羹賦。

菜麪。《東京夢華録》：有菜麪、蝴蝶蕊、肫腦及賣隨飯、荷包白飯，旋切細料餡餈兒、鮮滑勝雞酥，滿尺河豚玉作牌。

瓜薑、薤荄之類。

菜餅。《東京夢華録》：夜市亦有燒酸蹥、豬胰、胡餅和菜餅、雞兒、野狐肉、果木頭羹、灌腸、香糖、果子之類。

菜糜。洪希文《飯牛歌》：擷菜作糜豆作粥，飯饑飲渴兩已足。

菜釀。《禮記・內則》：雉兔皆有羹，注：羹謂菜釀也。疏：爲雉羹兔羹，皆羹菜以和之。

菜生。皮日休《題魯望郊居詩》：寒蛩傍枕響，秋菜上牆生。楊載到京師詩，見薺菜下。

菜細。陸游《立春日詩》：菜細簇花宜薄餅，酒香浮蟻瀉長餅。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・蔥》 蔥薤。廖瑩《中江行雜録》：厨娘請食品菜品，資次出書，以示之。食品第一爲羊頭羹，菜品第一爲蔥薤，餘皆易游者。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・蒜》 蒜瓣。《草芳譜》：蒜一名葫，一名大蒜，一名葷菜。苗嫩時，可生食。夏初食臺，秋月食種，乾者可食，至次年春盡，花中有實，亦作蒜瓣而小可食。

蒜豉。《談藪》：孫琳路鈐本殿前司健兒，寧宗爲郡王，病淋，日夜凡三百起，國醫罔措。有與孫善者薦其能，光宗時在東宮，亟使人召之至孫，求二十錢買大蒜淡豉蒸餅三物，嚼研合和爲丸，令以温水下三十丸，三日病除。賞以千緡。奏官右列或問其說，孫曰：小兒何緣有淋，只是水道不通利。蒜豉皆通利，無他巧也。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・芥》 芥醬。《爾雅翼》：芥似菘而有毛，味極辛辣。其類甚多，有紫芥莖葉皆紫，作醬食之最美。楊萬里有芥醬詩。陸游詩：珍芥可羞芹可羹，晚風吹軋桔槔聲。

芥菹。《本草》芥菹一名水蘇，一名勞祖。《嶺南異物志》：廣州人以巨芥爲鹹菹，埋地中有三十年者貴，尚親賓以相餉遺。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・薑》 薑桂。《禮記・檀弓》：曾子曰，喪有疾，食肉飲酒，必有草木之滋焉，以爲薑桂之謂也。又《內則》見芝栭下。《左傳》女賈不過榛栗棗修。疏：鄭注《周禮》腊人云：薄析曰脯，椎之而施薑桂曰腶修。然則脩脯大同，故以修爲脯也。《公羊傳》腶修云乎。音釋，脯加薑桂曰修。【略】王起《烹小鮮賦》：加以薑桂，雜以新嬗。周邦彥《汴都賦》：薑桂藥穀，絲帛布縷。劉孝綽《報王永興觀田詩》：顧己慙困地，徒知薑桂辛。范成大詩：鮓薑屑桂澆蓴漿。【略】陸游詩：老薑屑桂調甘柔。許有壬《韭花詩》：濃香跨薑桂，餘味及瓜茄。虞集《送李彦方閩憲詩》：蕉荔甘多毒，薑桂老堪笔。

薑橘。《魏志・倭人傳》：有薑橘椒蘘荷，不知以爲滋味。《齊民要術》按：木耳煮而細切之，和以薑橘可爲菹，滑美。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・薑》 薑芽。劉禹錫《酬柳柳州家雞之贈詩》：柳家新樣元和脚，且盡薑芽斂手徒。柳宗元《重贈詩》：世上悠悠不識真，薑芽盡是捧心人。蘇軾《以土物寄少游詩》：見尊茁下。楊萬里《春菜詩》：鹽虀之外別有味，薑芽根子仍相參。陸游《新涼詩》：菰首初離水，薑芽淺漬糟。

薑子。楊萬里羅仲憲《送蔌菜詩》，見芥孫下。

薑葉。《南方草木狀》：冬葉，薑葉也，苞苴物，交廣皆用之。南方地熱，物易腐敗，惟冬葉藏之，乃可持久。

薑鹽。趙彦衛《東巡記》：建炎三年十二月二十六日，民間歡言天子航海東來，泊金壇山下，念八日，平明有十六人皆衣戰袍，步自金壇入寺，有黄領者坐。頃之問寺有素食者否。時方修歲懺，乃取炊餅五枚以進之。食其三，已又食其半。悟講主復擷園蔬，笔以薑鹽進之。有旨取一肉人，乃借民間小竹輿乘之以來，立語良久，復登舟，晚遂復幸金壇。蘇軾《和蔣夔寄茶詩》：老妻稚子不知愛，一半已入薑鹽煎。又《次韻周穜惠石銚詩》：薑新鹽少茶初熟，

水漬雲蒸蘇未乾。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・薺》 薺實。《爾雅》荎薺實。注：薺子味甘。疏：《本草》云，薺味甘，人取其葉作菹及羹，亦佳。《詩・谷風》云：誰謂荼苦，其甘如薺。其子別名蕠。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・芑》 芑菜。《詩》：薄言采芑。疏：陸璣疏云：芑菜似苦菜也，莖青白色，摘其葉白汁出，肥可生食，亦可蒸爲茹。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・菲》 菲草。《爾雅》：菲，芴。注：菲草生下濕地，似蕪菁，華紫赤色，可食。

菲羹。《爾雅》菲芴。疏：菲似蔓，莖粗葉厚，蒸鬻爲茹甘美，可作羹。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・蔣》 蔣米。惠洪《食菜羹示之，實非人間所易有也。

蔥菜。注：菲草生下濕地，似蕪菁，華紫赤色，可食。

菲羹。《爾雅》菲芴。疏：菲似蔓，莖粗葉厚，蒸鬻爲茹甘美，可作羹。

仁皇帝南巡駐蹕，特命御厨至幕府教製長生豆腐秘法。余後於少師席上屢得嘗

能及也。人生須底物而乃更貪耶，輒作四句：秋來霜露滿東園，蘆菔生兒芥有孫。我與何曾同一飽，不知何苦食雞豚。

陸廷燦《南村隨筆》卷三《長生豆腐》 吾師商邱少師宋公撫吳時，恭遇聖祖

陸廷燦《南村隨筆》卷五《頭髮菜》 頭髮菜出陝西，形如亂髮，浸以滾水，拌以薑醋，其可口倍於藕絲鹿肉等菜。見《閒情偶寄》

陸廷燦《南村隨筆》卷五《鷄墜椒油》 蒙花府產鷄墜菜，赤白二種，赤色味絶佳，其油甘香，可調五味。椒油色碧如泉，其香如蘭，入蔬中食，則沁肺腑，溲溺皆馥。滇黔紀遊

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・蘆》 乾蘆造法：以老蘆水浸三日去皮，置流水中六日，更刮皮淨，然後曬乾，置瓷缸中，釀三日乃成，以白淨結實者爲良，又名白蘆。

汪森編《粵西叢載》卷二一《山蘆》 山蘆出九真交阯，今閩廣皆有之。劉恂《嶺表録異》云：莖葉皆蘆也。但根不堪食。與紅荳蔻花相似而微小爾，花生葉間，作穗如麥粒，嫩紅色。南人取其未大開者，謂之含胎花，以鹽水淹藏入甜糟中，經冬如琥珀色，辛香可愛，用爲鮓，無以加矣。又以鹽殺暴乾者，煎湯服之，極除冷氣甚佳。《本草綱目》

汪森《粵西叢載》卷二一《睡菜》 睡菜，五六月生田塘中，葉類茨菰，根如藕稍遲則腐，或老不堪用矣。作羹甚美，如雞壅之屬，其價並珍。《廣菌譜》

梢，土人採根爲鹽葅，或云食之好睡。《北户録》

汪森《粵西叢載》卷二一《水韭》 水韭生於野塘中，葉似韭，得非龍爪韭乎。有二三尺者，五六月堪食，不堪而脆。《字林》云：簽，音嚴。水中野韭也。又苘，音吟。見《字林》，似蒜生水中。《北户録》

汪森《粵西叢載》卷二一《雷菌》 廣西横州出雷菌，遇雷過即生，須疾采之，稍遲則腐，不堪用矣。

謝旻等《江西通志》卷二七《土產・贛州府》 雪笋。寧都坳方所産，三月採取，醃白似雪，烹食之鮮脆甘芬。

查嗣璟《查浦輯聞》卷上 東坡云：吾借王參軍地種菜不及半畝，而吾與子過終年飽菜。夜半飲醉，無以解酒，輒擷菜煮之，味含土膏氣飽霜露，雖粱肉不能及也。人生須底物而乃更貪耶，輒作四句：秋來霜露滿東園，蘆菔生兒芥有孫。我與何曾同一飽，不知何苦食雞豚。

陸廷燦《南村隨筆》卷三《長生豆腐》 吾師商邱少師宋公撫吳時，恭遇聖祖仁皇帝南巡駐蹕，特命御厨至幕府教製長生豆腐秘法。余後於少師席上屢得嘗之，實非人間所易有也。

陸廷燦《南村隨筆》卷五《頭髮菜》 頭髮菜出陝西，形如亂髮，浸以滾水，拌以薑醋，其可口倍於藕絲鹿肉等菜。見《閒情偶寄》

陸廷燦《南村隨筆》卷五《鷄墜椒油》 蒙花府産

竝作金釵色。今南人作醎菹，以糯米煮爲末，併研胡蘇汁，和釀之石窄令熟，菹既甜脆，汁亦酸美，其莖爲金釵股，醒酒所宜也。《益州記》：蒻之莖，蜀人於冬月取以舂碎，炙之，水淋一宿爲菹。

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・荳腐》 謝綽《拾遺》：荳腐之術，三代前後未聞此物。至漢淮南王安始傳其術於世。《庶物異名疏》：菽乳，荳腐也，煮荳爲乳。《清異録》：時戩爲青陽丞，潔己勤民，肉味不給，日市荳腐數箇，邑人呼荳腐爲小宰羊。

陳元龍《格致鏡原》卷六二《蔬類一・葵》 【略】《蔬譜》：葵甚易生，地不論肥瘠，宜於不堪作田之地，多種以防荒年，採瀹曬乾收貯。《本草圖經》：冬葵苗葉，作菜茹更甘美。《食醫心鏡》：龍葵，惟北方有之，北人謂之苦葵。《本草》唐注：龍葵即鬧河間謂之苦菜者，葉圓花白，但堪煮食，不任生噉。【略】《益部方物略記》：真珠菜，戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖蔓首貫珠，蜀人以蜜煮食之，或以醯煮，可致數千里不壞。紺珠海緣菜出遼東藤菜出豐湖紫菜生海中石上。《野菜譜》：四明有菜名雪裏蕻，雪深諸菜凍損，此菜獨青。又有破破衲抓抓兒絲蕎蕎板蕎蕎猪殃殃油灼灼看麥娘燕子不來香燈蛾兒天藕兒狗脚迹猫耳朵鴈腸子老鸛筋諸菜名

陳元龍《格致鏡原》卷六二《蔬類一》 《郭林宗別傳》：林宗有友人夜冒雨至，剪韭作炊餅。今洛人效之。

許容、李迪等《甘肅通志》卷二〇《物産・臨洮府》 蒲笋，蘭州出，可瀹食。

許容、李迪等《甘肅通志》卷二〇《物産・臨洮府》 蕨菜，莖可作蔬，根可搗粉，蘭州産。

許容、李迪等《甘肅通志》卷二〇《物産・肇昌府》 蒲笋，可作羹，肇昌出。蕨菜肇昌出

李心衡《金川瑣記》卷三《圓根》 圓根即擘藍大頭菜之屬，比蘆菔堅實，味如薯蕷，微帶藥氣。夷人歉歲作糧食，葉可飼猪。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物産・杭州府》 黄芽菜。《咸淳臨安志》：冬間取巨菜覆以草，積久而去其腐葉，黄白纖瑩。《萬歷杭州府志》：矮黄菜味美冠諸菜，杭人訛爲黄雅。《戒菴漫筆》：杭州呼黄矮菜爲花交菜。

油菜。《萬歷杭州府志》：子可作油，故名。將花時，取其心食最美，心去則其蘗叢生，花更多，子更繁，爲利倍之。

芥菜。《咸淳臨安志》：紫而辣者難得。《杭州府志》芥菜有紫白青油數種，紫之味最辛，杭人搗其子，以醋和之，用拌粉食，名曰芥辣。

生菜。《萬歷杭州府志》：以油醬和醋拌之，可生食。

白菜。《萬歷杭州府志》：杭人呼長梗白，冬月之菜，惟此宜久藏。楊萬里《食白菜詩》：新春雲子滑流匙，更嚼冰蔬與雪齏。靈隱山前水晶菜，近來種子隔。西注：初食白菜，因名以晶菜。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物産・杭州府》 筍脯。《餘杭縣新志》：筍四時不絶，其煮曬爲脯，則曰玉版，一曰鹹筍乾，而青筍爲最。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇二《物産・嘉興府》 冬菜。《嘉興府志》：一名白菜，夏種冬收，禾人以鹽藏之，名鹽藏菜，以供一冬及初春。

莧菜。《萬歷嘉善縣志》：有紅白二種，芥菜之屬也，斷體肉爲塊，以莧覆之則活，故忌莧與鼈同食。

瓜。《萬歷嘉善縣志》：瓜類有八，一曰甜瓜，其形圓而有稜，生時堅脆，可入醬爲菹，俗呼醬瓜，熟則酥美俗稱熟瓜。二曰冬瓜，大如枕，可煮爲羹，亦宜蜜浸。三曰西瓜，其種傳自西域，故名。本地間有之，多販自蘇松。四曰筲瓜，即生啖，亦宜醃藏。五曰王瓜，如生瓜而色黄，即王菩菜也。六曰絲瓜，嫩時可食，老則筋頑難食，惟取穰去垢而已。七曰壺蘆，即匏也，有甘苦二種，大者形如冬瓜而過之。八曰苦瓜。《嘉興府志》：西瓜色有青白，質有長圓，沙瓜味最佳。又甜瓜一名香瓜，小者名金鵝蛋。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇二《物産・嘉興府》 筍。《天啟平湖縣志》：家園所産，有杜筍、鞭筍、燕來筍、茶筍。貝瓊《遊山記》：旻山巨竹千挺醃筍而食，肉雖美不能過也。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇二《物産・嘉興府》 菜。《弘治湖州府志》：大頭菜，其頭白，甘軟可食，亦宜醃藏禦冬，脆嫩味佳。西吴里語：湖州白菜出郡城東門外者，嫩白甚佳，移種他處，則爲青菜、油菜，其品味變矣。與郡之溪中鯿魚同稱，謂之大頭菜、小頭魚。《萬歷湖州府志》：長興有俎中山，菹、醃藏菜也。昔吴王於山中種蔬，爲軍人冬食之。備《西吴枝乘》：吴興槎頭鯿爲海内佳味，東門外之葫茭與之齊名，土人稱大頭菜、小頭魚云。

謹按：湖地宜菜，四時皆有，冬春爲市，而冬月尤多。聞之諺云：冬月菜薹，小雪小行，大雪大行，冬至不行。今則竟有三熟，直至臘盡，青青滿畦，湖民資其利者溥矣。

烏菘菜。《弘治湖州府志》：青菜亦名烏菘菜，春間煮曬爲乾蔬。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇二《物產・嘉興府》 生瓜，《弘治湖州府志》：嘗瓜一名生瓜，可糟醃，出太湖傍。

山藥。《吳興掌故》：山藥本名薯蕷，以山土所宜故名。山藥然黑土不如黃沙土，平地種者無益予以供早日下食，兼作東坡玉糝羹及作酒，方在《本草》。

筍脯。《筍譜》：天目山生筍，其色黃，今人以天目筍脯見餽，其色綠，少有黃者。聞其煮法，旋湯使急轉下筍，再不犯器即綠矣。

酸筍。《吳興掌故》：深山梅溪以上皆荒山，筍然路遠不能及時，遠致作筍鬻賣之，極軟滑，可供盤飧，名酸筍。《山家清供》：嘗見山僧作筍粥，幽尚可愛，其煮筍用大塊，云薄則味脫，大塊久煮，其味自全。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇二《物產・嘉興府》 蕨粉。《吳興掌故》：湖中採蕨，其苗曰蕨箕，春初可作菜，其根深者至三四尺，每根二觔搗取粉，水澄細者，可充一夫一日之食。自九月可採，至三月穿芽，則根虛不可食，可救半年荒也。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇三《物產・寧波府》 雪裏蕻。《野菜箋》：四明有菜名雪裏蕻，麤頭旨蓄，其珍莫比。雪深諸菜皆凍，此菜青青蕻尤美。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇三《物產・寧波府》 苔菜。《吳都賦》注：生海水中，正青，狀如亂髮，乾之赤，鹽藏有汁，名曰濡苔，產象山。《至正四明續志》：採納之客，片片整之，俗呼苔脯。又一等綠苔乾而作小束，謂之苔結。

山藥。《至正四明續志》：一名薯蕷，出四明者佳。春生苗蔓延籬間，莖紫葉青，有三尖角，夏開細白花，秋生實於葉間，狀如鈴。二月八月採根，令人刮之，白色爲上，青黑者不用，曝乾入貢。

尊。舒亶《四明雜詩》：聖米歉年尊。自注：儉歲，明人呼尊根爲聖米。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇四《物產・紹興府》

乾菜。《蕭山縣志》：白菜醃之曬乾，貯甕內，曰陳乾菜，久愈美。

荇菜。《蕭山縣志》：其所結子爛煮之，味甘如蜜。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇四《物產・紹興府》 筍乾 《筍譜》：會稽煎筍乾法，將小筍蒸後，以鹽酢焙乾，凡筍宜蒸則味全。

尊。《萬歷蕭山縣志》：尊出湘湖，味至美，較勝他產。袁宏道《越中雜記》：蕭山櫻桃口烏尊菜皆知名，而尊尤美，採自西湖，浸湘湖一宿然後佳，若浸他湖便無味。浸處亦無多地，方圓僅得數十丈許。其根如荇，其葉微類初出小荷錢，其枝如珊瑚而細，又如鹿角菜，其凍如冰如白膠，輔枝葉間，清液泠泠欲滴，其味香粹柔滑，畧如魚鬠蟹脂而清輕遠勝。半日而味變，一日而味盡，比之荔支尤覺嬌脆矣。惜乎此物東不踰紹，西不過錢塘，以故世無知者。

蕨。《嘉泰會稽志》：東坡詩：慚愧春山筍蕨甜。今會稽以蕨配筍爲茹，尤珍美。《蔬譜》：會稽山間有一種似蕨而毛紫色，土人謂之蕨蕖，亦謂之毛蕨，不可食。鄉人但以藏藠及藉楊梅取其性疏而不泡鬱也。蕨青而蕖紫，故曰紫蕖。

芹。《四明圖經》：產越中白馬山者最香美，土人雜芥爲菹，沃以醯醬，味絶妙。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・金華府》 九心菜。《萬歷金華府志》：蔓菁之類，一顆叢生，邑人以法製食，辛辣逾薑桂，其子入藥。《東陽縣志》：蔓菁菜與北方形類不同，三春惟此爲盛，夏月乾之，用鹽和蒸，香味皆佳。瓣闊而白者曰白菜，惟九心種，生煮最佳。

爭春菜。《東陽志》：南鄉有一種柔條木幹，先諸卉而萌，土人謂之爭春菜，味苦而清鮮，菹皆可啖。

紅花菜。《金華府志》：取嫩苗乾作蔬，名紅花菜。

葑蓬菜。《東陽縣志》：色白微黃，其瓣極闊，肥美異常，抽心則不可食。

【略】

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・金華府》 田瓜。《金華府志》：田中所種，可生啖，不可多食。人家以諸色醬醃之爲旨蓄，比他處特佳。蜜煎亦作果品。《東陽縣志》：黃瓜鮮食，不能多醬，食不可久。【略】

茄。《東陽縣志》：亦名落蘇，有紫白二種，夏食爲宜，秋茄則味苦，土人以中元和麵爲餅，名拖茄。

芋。《東陽縣志》：水芋種水田中，禾幹紫色爲紫芋，體潤而滑。山芋不甚需水，禾幹色黃抽心開黃花謂之黃芋，蓋農家煮之以飽腹，非止作菜也。香芋須一二年掘用，其子根乃大而香，園圃中偶種之。

薑。《東陽縣志》：邑中種薑收數倍之息，人多以穀易之，擇肥嫩者和以酒糟，或米麥醬可久藏。

蘿蔔。《東陽縣志》：煮食自佳，熟而乾之亦可久用。鹽壓生乾不及也。山鄉類用火種法，重至數斤，鏤成絲乾之，四遠通行。

野菘。《山家清供》：東陽人每用鹽淹菘。《字義》云：菘四時常青，有松之

操，此惟野菘爲然，種則不出也。

蒜苗。《東陽縣志》：大爲大蒜，小爲小蒜，蒜苗不甚採食，俟抽條取浸之，用以辟暑。善蓄者用糖醋浸之，經年愈妙。

稅曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・衢州府》 茭白　《西安縣志》：近濠田始種，頗類杭州產者，諸村間有之。

芋。《弘治衢州府志》：龍游縣方山產芋大且甘，異於他產。

薑。《天啟衢州府志》：薑必取隔年者，名曰母薑，可食。其八月採者曰溫薑，不可食。

小筍。《衢州府志》：以湖山爲佳。

冬筍。《西安縣志》：凡竹皆有筍，惟貓竹冬取者佳。

岑山筍。《萬歷龍游縣志》：岑山產竹筍，焙藏最美，然不多得。

稅曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物產・温州府》 笪筍　《筍譜》：七月生至十月間，縉雲以南多出，然味苦而節疎，筍可大於箭筍少許，山人採剥以灰汁熟煮之，都爲金色，苦味減而甘，食甚佳。

李衛等《畿輔通志》卷五六《土產・蔬屬》 白菜，一名菘，《廣羣芳譜》：北方多入窖內，不見風日，長出苗葉皆嫩黄色，脆美無滓，謂之黄芽，乃白菜別種。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物產・太平府》 雷公菜，出上龍司樹，本狀類棟木，每三月採其嫩葉及花作羹，味清而甘，圃中蔬遠不逮也。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物產・慶遠府》 竹筍，方竹者肉厚而味甘。

案：宋僧《煮竹譜》云：凡食筍譬如治藥，得法則益人。採時先宜避風日，見風則本堅，入水則肉硬，脱殼煮則失味，生著刃則失柔，煮之宜久，生必損人。

裘君弘《妙貫堂餘譚》卷五《菜力勝於魚肉》 閩人周嬰引梁武《斷酒肉文》，人久食菜，榮衛流通，則能飲食氣力充滿，神明清爽。凡血腥增長百疾，所以食魚肉者，神理昏濁，四體沉重。又謂菜與魚肉如水與火食，菜纔欲得力復噉魚肉。魚肉腥臊，能減菜力。此論可訂《本草》菜性清寒之誤，即《本草》亦自云魚性動火，猪肉生風，而北地有黄芽菜，香脆甘鮮，似勝魚肉味也。但云菜力能扶體，食菜者類皆堅强，則未審。萬羊宰相與黄葙秀士，較其精脉虚實，盛衰遲速，復當何如耳。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物產・汾州府》 芑，陸機疏：芑菜似苦菜，莖青色白，摘其葉白汁出，肥可生食，亦可蒸爲茹，青州謂之芑，西河雁門芑尤美。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物產・寧武府》 蘆芽，出蘆芽山，嫩可食，類笋，根入香料。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物產・蒲州府》 薇，久食可延年。《三秦記》夷齊食薇，三年顔色不變。陸璣疏：薇，山菜也，莖葉皆似小豆，蔓生，其味亦如小豆藿，可作羹，亦可生食。屠本畯《野菜箋》：可茹可茹，彼美有薇。

張泓《滇南新語》 蔬異。

雲南之果無楊梅，菜無香芋，瓜無香瓜，餘皆同他省。而蔬之屬，間有他省所罕觀者，如樹鬚附産於深山松櫪，形類苔，飄漾若美髯，樵人採以貨，昧然而質脆滑，生拌可食。又高軒鹽井有池，産龍鬚，細如髮，作櫻色，味乃類海錯。笋稱滇江永北兩府爲最多，産於四月，究未若江浙之饒。惟雞足山所産，可卑天下，生於初秋，大可拱把，長逾尺，甜脆而有清香，多食不損脾，恨難遠致耳。菁中有雞蓯，大者如捧盤，厚逾口磨，初色黑，鮮妙無媲，蒙自縣多産之。土人漬以鹽，蒸存可耐久，餘滷浮膩，别貯爲蓯油，或連滷蒸杵爲蓯醬，當事羣珍之。余常乾之以佐饌，雖稍遜臺榆，而亦可奴婢諸天花矣。至水中似荇蔕者，呼爲海菜，種小蘘爲蘘香菜，他省雖不經見，然無大佳處，未若樹鬚、龍鬚、香笋、蘼蓯之絶倫超羣也。

郝玉麟等《福建通志》卷一〇《物產・福州府》 蔬之屬：【略】

薯。萬歷間閩人得之外國，瘠土沙礫之地皆可以種。其莖葉蔓生，根如山藇、蹲鴟之類，味極甘，有紅白二種。生食、熟食，或曬爲乾，或磨爲粉，皆宜，亦可釀爲酒。邇來栽種尤盛，閩地糧糗半資於此。又有一種畧短而圓，肉色純黄者爲芋薯。

薯蕷。今呼山藥，蔓生，莖紫，葉青，有三尖角似牽牛而光澤，開細白花，結實如鈴，生山谷間，根細如指，白色極緊實，刮磨入湯，煑之作塊不散，味更珍美，食之尤益人，過於家園種者。又有一種根如薑芋之類，而皮紫大者，一枚可重斤餘，刮去皮煮食之俱美，但性冷於山藥耳，土人呼爲蕷，音若殊。

郝玉麟《廣東通志》卷五二《物產志》 洋葱　形似獨蒜而無肉，剥之如葱，澳門島番餉客，縷切爲絲，瓏玲滿盤，味極甘辛。同上

蓬生，菓名乳瓜，土人又名木瓜，樹高一二丈，如櫻槻，葉如蒲葵，近頂節節生葉，葉生瓜，大類木瓜而青色嫩皮，微有楞，肉白多脂而無核，掐之乳隨指出，

醬食甚脆。子如蠶矢，二月下種，一年即高大，數年果少則伐之。其樹皮可食，嫩如蘿蔔，亦可醬食，肇慶有之。同上

郝玉麟《廣東通志》卷五二《物產志》

銀芋，苗莖瑩白，與葉並可生食，粵俗多用以爲羹。其餘芋種至多，亦號大米，蘇過常以作玉糝羹云。同上

海菜產瓊州之文昌會同，有研石廣數里，橫亘海底，其石上所生蓉苔，白者爲瓊枝，一名瓊芝。紅者爲草珊瑚，味甚脆美。瓊郡種植之利，椰椰爲大，瓊枝次之。又有紙菜，色如青苔，其薄如紙，乃鹽水之皮。又紫菜、海帶、海粉、鹿角、龍鬚之類，皆出瓊海中。《瓊州志》

黃之雋等《江南通志》卷八六《物產·江寧府》 大頭菜。芥之屬也，其根大如蘿蔔，以炒鹽、茴香製之，香脆異常。惟上元、江寧二邑有之，四方用相餽遺。

雪裡紅。亦芥屬也，莖圓葉微小於芥，醃爲冬菜，味辛香，爽人心脾，惟郡城多出爲。

筍桿白菜。菘之屬也，取其中心嫩芽以爲羹，味甘美絶倫。其外大莖葉以鹽醃之，可以禦冬，正月食之尤香脆，吴下謂之葅菜，然不若江寧郡城者之佳也。

黃之雋等《江南通志》卷八六《物產·通州》 九葉芸香。形似小笋，剥之如蕉，俗稱囊荷，用作蔬食，可以解瘴，相傳諸葛征五溪得之。本草綱目性平，與諸菜同食，味香辟腥，乾之可調羹。《咸陽縣志》

黃之雋等《江南通志》卷八六《物產·太平府》 蕓菜。生水中，即晨葵，花黄白，子紫色，莖細如釵股，味甜體軟，和鯽魚作羹佳。

黃之雋等《江南通志》卷八六《物產·鳳陽府》 黄芽菜。出鳳陽，春初生，味極甘滑。

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四三《物產·蔬屬》 白菜。菘，白菜也，黄綠無絲者佳，更霜愈美，所謂秋末晚菘也。《咸寧縣志》無絲白最佳。《臨潼縣志》白菜較他邑爲佳。《潼關衛志》冬菜大而嫩，藏地窖中經春不壞。《淳化縣志》

芥，三川皆産，樊川者美。咸寧縣志芥似菘而有毛，味辛可作葅食，有青紫白三種，夏種秋成。《咸陽縣志》石花芥低小，皆以八九月下種，冬月食者，俗呼爲臘菜。《西鄉縣志》芥種多以春不老爲第一，沙芥葉類菠薐而尖長，肥厚有光潤，作鹽味辛過于芥。《延綏鎮志》芥味辣釋，芥菜二月採瀹之，更辛于家芥。《山陽縣志》

菠薐，一名赤根菜，作羹葉浮羹上，故名。《咸寧縣志》劉禹錫《嘉話録》云：本自頗陵國流入中國，語訛耳，性冷能解酒毒。《咸陽縣志》菜中有水銀，多食墜氣。《臨潼縣志》按《唐會要》云：太宗時尼波羅國獻波薐菜，類紅藍，實如蒺藜，火熟之，能益食味，即此。

蕨，莧六種，赤莧、白莧、人莧、紫莧、五色莧、馬莧也。《蜀本草》

馬齒莧味寒，《圖經》云：根白、葉青、梗赤、花黄、子黑，一名五行菜。《咸陽縣志》高濂曰：馬齒莧初夏采，沸湯焯過，曬乾冬用佳。王鴻漸曰：馬齒莧，馬齒莧，風俗相傳食元日。《延綏鎮志》莧有數種，白者佳。《山陽縣志》元旦食，人呼吉利菜。《蒲州志》

【略】

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四三《物產一·蔬屬》 芑，薄言采芑。《詩經·小雅》豐水有芑。《大雅》芑菜似苦菜也，莖青白色，摘其葉有白汁出，脆可生食，亦可蒸爲茹。陸疏同州土貢芑。《唐書·地理志》

蕓薹，九月十月下種，生葉形色微似白菜，冬春采薹心爲茹，三月則老不可食。開小黄花四瓣如芥花，結莢收子，亦如芥子，隴地多苦寒，冬月多種此菜，能歷霜雪，近有油利，種者亦廣。《本草綱目》

香菜，有三種，一種似紫蘇葉，一種葉大，二十步内即聞香，一種堪作生菜。《嘉祐本草》羅勒一名香菜，處處有之。本草綱目性平，與諸菜同食，味香辟腥，乾之可調羹。《咸陽縣志》

薇，言采其薇。《詩經·召南》薇，山菜也，莖葉皆似小荳，蔓生，其味亦如小荳藿，可作羹，亦可生食。孔疏。薇頗佳。《盩厔縣志》：按詩疏以爲迷蕨，謬。

蕨，陟彼南山，言采其蕨。《詩經·召南》蕨，鼈也。《毛傳》周秦曰蕨。《草木疏》生商州。《馬志》春吐苗如拳，根可作粉。洋縣志蕨菜一名鱉芽，初生葉如小兒拳，名拳菜，根作粉，儉年代糧。《山陽縣志》

薺，夏州貢霜薺。《元和志》高力士詩曰：兩京作斤賣，五溪無人採。《明皇雜録》小薺葉花莖扁，味美，最細小者名沙薺。大薺科葉皆大而味不及，其莖硬有毛者名析莢，味不佳。《本草綱目》薺菜田野中，作葅羹最佳。《西陽雜俎》云：薺早生，主豐年。《咸陽縣志》薺菜兒一名東風薺，春月採之，生熟皆可食。《延綏鎮志》有大小二種。《山陽縣志》

【略】

掃帚薺，一名獨掃，春采熟食。王鴻漸曰：掃帚薺青簇簇，去年不收空倚屋。但願今年收兩熟，場頭掃帚掃盡禿。《延綏鎮志》

葳菜，生濕地，葉似蕎麥而肥，莖紫赤色，山南人好生食之，關中謂之葅菜。

《唐本草》秦人謂之葙子。《本草綱目》

藜，北山有萊。《詩經・小雅》萊草名葉香，可食者也。《朱子集傳》藜一名萊，一名紅心灰藋，一名落藜，老則可爲杖。《廣群芳譜》野落藜，正二月采頭，湯過可食。《延綏鎮志》

灰藋，周原膴膴，堇荼如飴。《詩經・大雅》堇，蔓也，今三輔之言猶然。《廣雅》一名灰條菜，此菜莖葉上有細灰如沙，而枝葉翹趯，故名。《本草綱目》灰菆菜，高濂曰：采成科熟食煎炒，比家菆更美，榆俗謂之冷菜，食之能破腹。菜之三月種者名熱菜。《延綏鎮志》灰藋亦有數種。《山陽縣志》灰菆不植，自名灰藋。《葭州志》

【略】

剪刀菜，剪刀股，春採生食，兼可作葙。《野菜譜》西鄉有之。《西鄉縣志》

蓴，葉如荇菜而差圓，形似馬蹄，莖紫色，大如筯，柔滑可羹。《廣群芳譜》鳳翔出。《鳳翔府志》

芹，言采其芹。《詩經・小雅》芹菜也可以爲葙，周禮芹葙。鄭箋魏徵好嗜醋芹，太宗召賜食，有醋芹三盃，公見之喜。《龍城録》芹産榆林鎮芹菜溝兩岸。馬志有二種，荻芹取根白色，赤芹取莖葉，並可作葙及瀹食。咸寧縣志

【略】

芋，關中土宜芋。漢書東方朔傳天芋生終南山，葉似荷而厚。《酉陽雜俎》芋有六種，青芋、紫芋、野芋也，關陝諸芋遍有，山南惟有青、白、紫三芋而已。《唐本草》一名土芝，一名蹲鴟。洋縣志栽田畔，可供玉糝羹。《沔縣志》有水陸二種，苗可作蔬。《山陽縣志》

土芋，似小芋，肉白皮黄，梁漢人名爲黄獨，蒸食之。《唐本草》土豆即少陵之黄獨。《山陽縣志》

土瓔，俗呼土薤，大如盤，黑皮白肉，灰水煮去皮如山藥。《山陽縣志》

百合，葬麓如箭，四面有葉，四五月開紅白花，如石榴嘴，根大如胡蒜，採根人食之，甚益氣。《馬志》

蘿蔔，嫩葉爲生菜食，大葉可熟啖，秦最多。唐本草赤白二種，赤者甚佳，可爲羹。咸寧縣志

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四三《物産一・蔬屬》

經・大雅》醢人加豆之實，有筍葙。《周禮・天官》竹萌也詩經毛傳司竹監掌植竹歲以筍供尚食唐書百官志興州貢筍　興元府貢冬筍地理志今漢中郡出箭竹根深，筍冬生地中，人掘取食之。郭璞山海經註漢中太守王圖每冬獻筍謂之口筍廣志秦隴已來，出筍纖長，土人用鹽鹽乾結之，浸而爲臛菜，甚美。《筍譜》

華希閔《廣事類賦》卷二《歲時部・人日》

以七種菜爲羹，剪綵爲花勝相遺。

張宗法《三農紀》卷三《穀屬蔬屬》

菜。【略】十月終耕，出蔓菁根，數曬過冬月，蒸熟甘而有味，和羊肉煮甚美。春生苔，爲蔬中上品。四月收子，比脂麻易種。油煉熟炒摻，比麻油香美。其子九蒸九曬，爲粉可塗帛。【略】

諸，海人云甘諸。南方名番薯，《本草》名朱薯。【略】節生根，一畝種數十石，勝種穀二十倍。海人以當穀，可生食、蒸食、煮食、煨食，可切米曬乾，收貯作粥食，可磨粉，可餅餌，可釀酒，其製甚多。蔓可飼牛馬，根養豬易長。蘘根中之至最者。

張宗法《三農紀》卷四《菜屬》

菜莧，《方土記》名千穗穀，農人呼漫穗子，有青紅二種。葉莖枝桔暑與莧同，但質糙味淡，不若莧美。苗菜飼豕易肥，摘即復生。子繁多如粟米而扁。炒食香同脂麻，粘餹餳甚佳。可碾麪爲餻，荒年充饑，故有或之名。

馬齒莧，《圖經》云柔莖布地，葉對生北竝圓整如馬齒。秋開細花，結小實，中細子如葶藶子狀。苗煮熟曬乾可作蔬。【略】

薤，《圖經》云始生廬山平澤，有形長若葱頭者。其味少烈，數枝一本，葉似葱而有稜。二月起苔開小紫花。小滿前後出其根顆可煮、可鹽、可醋，故《内則》葱薤實諸醢以柔之。

厥，山疏也。《爾雅》名蘶。《詩》云：涉彼南山，言采其蕨時雲云。可供祭祀。《周禮》采之三日，出芽奉曲長，則展葉如鳳尾，漱莖無葉。采收，以灰湯煮去涎滑，曬乾作蔬，可暈可素。根可浩粉，可澱可蒸，可救饑。生此出根之大有□黄。

製粉，根紫者掘出，洗淨搗碎，入清水桶内，淘揉粉莖，去查，以細布漉出小滓，令澄瀉黄水，再入清水令澄侍白。凡易澄、滲水、留粉、取粉、鋪箔、生曬乾，

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四三《物産一・蔬屬》

菜瓜，疆場有瓜，是剥是菹。《詩經・小雅》剥瓜爲菹也。《毛傳》剥削淹漬以爲菹。鄭箋有青白二色，生食可充果蔬，醬豉糖醋藏浸皆宜，亦可作菹。《本草綱目》

色黃，名曰蕨粉。

張宗法《三農紀》卷六《服屬油屬染色葉屬植屬》 油菜，圖經云：形微似白菜，葉青有微刺，春菜苔可以爲蔬。【略】

植藝：種宜肥熟地，耕耜極細，上以灰糞，宜寒露下種。苗生，采稠密者，沸湯焯，入瓷溫黃，名黃薤，曰黃菜，曬乾可久食。苗起鋤地鬆以糞水澆之茂栽植者宜寒露時勻種子于肥熟地中苗長四五寸另移栽他地相離六七寸一株苗青鋤一遍灌以糞水再芸一次苔起摘焯，爲蔬堪美，入甕溫黃，曬乾可久藏。蒸熟黑黃色，爲鹽苔菜。初苔摘過發枝繁茂，過春不宜摘。【略】

印光任、張汝霖《澳門記略》 草之屬，【略】

葱如獨蒜而無肉，縷切爲絲，玲瓏滿盤，以之餉客，味極甘辛。諸蔓生如瓜蔞，根如山藥，其皮薄而朱，去皮可生食。熟食色如蜜，亦可釀酒。閩人截其蔓以來，今徧八閩五嶺間，曰蕃藷，從其本也。

檀萃《滇海虞衡志》卷一一《志草木》 范志又載石髮菜，則蔬屬也。滇之石花菜，即海之紫菜，生於石上，作湯碧緑可愛，味亦佳，蒙自、祿勸俱出之。

檀萃《滇海虞衡志》卷一一《志草木》 滇蕨滿山，高至三四尺，肥極，土人但知摘蕨拳，不知洗粉。聞宣威頗知洗之，若人皆知洗，又爲地方增一貨物也。【略】

滇南山高水密，臭朽所蒸，菌蕈之類無不有，而雞堶之名獨聞於天下，即雞堶亦無郡邑無之。而蒙自雞堶之名，獨冠於全滇，且以雞堶爲油，諸生珍重而餽之，然鹹而不可入口，則名實之難也。

萊菔，俗名蘿蔔，廠名蘿白，滇産白者，其細膩固可佳，而紅者奇益甚。凡紅皮必内白，天下皆然，而滇之紅蘿白，通透玲瓏，中間點微紅，如美人劈破胭脂臉，最可愛玩。至其内外通紅，片開如紅玉板，一水浸之水即深紅，粤東市中亦賣此片，然猶以蘇木水發之，兹則本汁自然之紅水也。羅次人刨而乾之，以爲絲拌糟，不用紅麴而其紅過之。

陳世元《金薯傳習録》卷上《福州府志·蔬之屬》 附種蕹菜芥菜二則

雲按：青豫各屬，土鬆而肥，園餘地，可以種蔬。《豳風》、《月令》備詳。其種是蔬，亦民間日用所必需者，甕芥二種獨缺其傳。二十八年，携種移植，今與西北嘉蔬俎豆同薦矣。

一，蕹菜本東夷古倫國，番舶以甕盛之，又名甕菜，蔓生花白，莖中虚。摘其苗不拘長短，以土蓋之輒活。秋末取其老莖，移藏於沙土之高燥者，以爲來種，亦有以子種者，布蔓於夏，隨采隨生。性清涼而不傷脾，味平淡而不濃濁，鮮烟毒，潤血燥退，蒸熟生搗爛，可已兒童頭面諸瘡。此蔬中之妙品者。

一，芥菜種甚多，有青芥、白芥、南芥、紫芥、花芥，然品雖不一，性則相同。發生於冬，盛於春，青豫早寒，秋初便可入種，冬刈食之。塩淹用甕藏，固經歲不壞。切食羹食俱佳。閩中最珍其品，味辛辣而無毒，氣温和而兼補。可以佐穀，可以充饑，能安五臟不忌，娠産之人，不忌。以上八利六益，原稟尚未聲明，兹父親與雲採集衆説，各抒管見，歷陳利益效驗，附載于右。乾隆二十九年仲秋晉安陳雲識

汪憲《苔譜》卷一《龍鬚菜》 《本草綱目》李時珍曰：龍鬚菜生東南海邊，石上叢生，無枝葉，狀如柳根鬚，長者尺餘，白色，以醋浸食之，和肉蒸食亦佳。《博物志》：一種石髮。似指此物，與石衣之石髮同名也。

汪憲《苔譜》卷三《諸品苔》 紫菜，《本草綱目》李時珍曰：紫菜，閩越海邊悉有之，大葉而薄，彼人按成餅狀，曬乾貨之。其色正紫，亦石衣之屬也。

江昱《瀟湘聽雨録》卷六 湘中娶婦之家，三日後，以鹽菜蜜果之屬，徧餽親友，以供茗飲，名換茶，猶《禮經》棗栗棗脩之遺也。

于敏中《浙程備覽·附載》 春月薹菜始盛，杭嘉人呼薹心菜，紹興謂之芸薹菜，亦稱油菜。菜心上連嫩蕊，味較他菜獨爲鮮腴。《本草》釋名：蕓薹、寒菜、胡菜、薹菜、薹芥、油菜。時珍注：此菜易起薹，須採其薹食，則分枝必多，故名蕓薹，即今油菜，爲其子可榨油也。《本草集解》注冬春採薹心爲茹。《齊書》江泌性仁孝，食菜不食心，以其有生意，惟食老菜而已。黄佐《北京賦》無菁芸薹。白居易詩：二月二日新雨晴，黄芽菜甲一時生。韋莊詩：緑擺楊枝嫩，黄挑菜甲香。岑參詩：耕地桑柘間，地肥菜恒熟。宋楊萬里詩：二月山城無菜把，一年春事又楊花。范成大菜詩：桑下春蔬緑滿畦，菘心青嫩芥薹肥。豚頭洗擇店頭賣，日暮裹鹽沽酒歸。黄庭堅和孫奉議送菜詩：春蔬照映庾郎貧，遣騎持籠佐茹葷。卻得齋厨厭滋味，白鵝存掌鼈留裹。蘇軾《雨後行菜》詩：夢回聞雨聲，喜我菜甲長。平明江路濕，並岸飛雨槳。天公真富有，乳膏瀉黄壤。霜根一番滋，風葉漸俯仰。未任筐筥載，已作杯柈想。艱難生理窄，一味敢專饗。小摘飯山僧，清安寄深賞。芥藍如菌蕈，脆美牙頰響。白菘類羔豚，冒土出蹯掌。誰能視火候，小鼎當自養。陸游詩：菜把青青間葉苗，豉香鹽白自烹調。須臾徹案呼茶椀，盤箸何曾覺寂寥。又老農飯粟出躬耕，捫腹何殊享大烹。吴地四時常足菜，一番過了一番生。又視菜荒陂北，尋梅小塢西。徐璣詩：農家不厭一冬晴，歲事春來漸有形。昨夜新雷催好雨，蔬畦麥隴最先青。戴昺《趙尉送菜》詩：虚老空山學

圃翁，荷鋤頭白雪鬢鬆。芥蔓如臂何曾夢，菜腦生筋漫自供。不料官園蒼玉束，絶勝禁臠紫駝峯。更煩詩手翦春雨，剩與一番風露胸。元許有壬菜詩：土羔新且嫩，筐筥薦分披。可作青精飯，仍攜玉版師。清風牙頰響，真味士夫知。南土稱秋末，投簪要及時。其分枝遍開黃花，俗於花時擷酒膠間，藉草環飲，曰賞菜花。花時釀酒，名菜花黃。花半放，圃人摘菜莖曝之，謂之菜花乾。唐齊己詩：吹苑野風桃葉碧，壓畦春露菜花黃。温庭筠詩：沃田桑景晚，平野菜花春。宋韓維詩：上東門外春三月，桑葉陰陰覆菜花。韓駒菜花乾詩：道人禪餘自鋤菜，小摘黃花口中嚼。峨眉楔脯久不來，麴糵蔎絲典型在。封題寄我紙作囊，中有巴蜀齋厨香。起炊曉甑八月白，配此春盤一掬黃。范成大詩：桑葉露枝蠶向老，菜花成莢蝶飛來。元司馬澄翁詩：黃犢烏犍秧穀候，雄蜂雌蝶菜花天。明高啟詩：綠池芳草滿晴波，春色都從雨裏過。知是鄰家花落盡，菜畦今日蝶來多。

于敏中《浙程備覽・附載》

筍。《爾雅》筍，竹萌。《詩》曰：其蔌維何，維筍及蒲。《周禮》加豆菹菁。《道書》：筍者，日華之胎。《南都賦》春卵夏筍。潘岳賦：青筍紫薑。《筍譜》：筍名竹胎，一名初篁。《東觀漢記》馬援至荔浦，見冬筍名苞筍，其味美於春夏。《禹貢》厥苞橘柚，疑謂是也。《冷齋夜話》東坡邀劉器之同參玉版師，器之每倦山行，聞之欣然至廉泉寺燒筍而食。器之覺味勝，問何名。東坡曰：名玉版師，此老師善説法，能令君得禪悦之味。器之始悟其戲，爲之大笑。唐李賀詩：籜落長竿削玉開，君看母筍足龍材。史容一夜抽千尺，別卻池園數寸埃。李商隱詩：嫩籜香苞初出林，五陵論價重如金。皇都陸海應無數，忍翦凌雲一寸心。宋黃庭堅詩：洛下斑竹筍，花時壓鮭菜。一束酬千金，掉頭不肯賣。我來白下聚，此族富庖宰。藏栗戴地翻，觳觫觸墻壞。纖纖入中厨，如償食肉債。甘俎和菌耳，辛盤薦蔪芥。烹鴈雜股掌，炮鼈辟拏介。小兒哇不美，鼠壤有餘噯。可貴生於少，古來食其噫。尚想高將軍，五溪無人采。元吴鎮詩：緑陰晝静南風來，晴楯拂拂烟花開。籜龍走地牙角出，班班玉立横蒼苔。長鑱穿雲石路滑，錦衣脱綳玉版白。鳴牙未下冰雪窶，開篘先放揚州鶴。産於浙之各郡，惟杭州之錢塘諸山内爲多而味美。《咸淳臨安志》：哺雞筍出稍早，最肥。和靖詩，烟崖早筍肥是也。《夢粱録》：臨安筍有數名，有黃甘筍，有白象牙筍。《筍譜》：錢塘筍紫桂筍，自餘斑狸綳縹，不可勝言。《浙江通志》：錢塘春筍曰園筍，冬筍曰潭筍，出於古蕩法華山。宋楊萬里詩注：臨安人食筍，自十月至四月。釋贊甯《筍譜》：武林山出扶竹筍，自永泰以來有之，馮翊嚴諸爲之記。錢塘又有筍名猪蹄紅，有鷺鷥筍，味清新而有澹趣。紅筍於春時剛妍，春至則匯生，光頭青最晚出，其味甚鮮。紹興之燕筍尤美，越人以其燕來時所出，因以爲名。宋華鎮詩：竹筍黃芽欲老時，杏梁日暖燕初歸。他林尚聳千竿翠，此筍先抽一握肥。王十朋詩：問訊東墻竹，佳名始得知。龍孫初進處，燕子正來時。

蓴。晉《張翰傳》：翰見秋風起，思吴中菰菜蓴羹。《本草》三月至八月，蓴莖細如釵股，名絲蓴。九月至十月，漸巖，在泥中名龜蓴。又云：春夏莖而未葉，名雉蓴。《世説》陸機詣王武子置數斛羊酪，指示陸曰：卿江南何以敵此。陸云：有千里蓴羹，但未下鹽豉耳。唐元稹詩：蔬闌冬中韭，羹憐遠處蓴。羅隱詩：盤擎紫線蓴初熟，筋撥紅絲鱠正肥。顧況詩：吴渚香蓴漫吐春。宋司馬光詩：江蓴半卷葉，石蕨乍舒芽。范成大詩：損鶴休多怨，菰蓴尚可羹。周權詩：且安粗糲聚澗濱，未厭紫蒪羹吴蓴。蔡襄詩：鱸肥滑線蓴。明陳豐詩：芙蓉花冷烟作雨，鯉魚風生紫蒪渚。軒前秋容浩誰主，江人倚楫烟中語。纖莖采香光瀲瀲，冰絲齊穿水晶緑。蓴有羹菰有米，彩衣奉壽阿母喜，平生宦情一盃水。徐桂詩：波心未吐心如結，水葉初齊葉尚含。脂白凝膚柔繞指，轉教風味憶江南。又鮫紗紛紛散作絲，龍涎宛宛滑流匙。詩人采笔元從水，莫誤嘉蔬喚露葵。産於杭州之西湖。《杭州府志》初生無葉者名雉尾蓴，又名馬蹄蓴，葉舒長名絲蓴。《閒耕餘録》：蓴菜生松江華亭谷，郡志載之甚詳。吾家步兵所爲，寄思於秋風者也，然武林西湖亦有之。袁中郎賦其味之美，云香粹骨柔，畧如魚，鱠蟹脂，而輕清遠勝其品，無得當者，唯花中之蘭是矣，果中楊梅豈堪敵蓴，何不以荔支易之。明虞淳貞《西湖採蓴曲》：湖上風光兩處分，采蓴弄影自爲羣。龍鬚冷滑龍骨紫，寒色侵衣染緑雲。沈明臣《西湖采蓴曲》：西湖蓴菜勝東吴，三月春波緑滿湖。新樣越羅裁窄袖，著來人説似羅敷。國朝朱彝尊詩：湖心亭子静無塵，更上層樓算酒巡。好趁三潭涼月色，白銀盤裏采香蓴。又産於會稽之鏡湖，唐賀知章答朝士詩：鋭鏤銀盤盛蛤蜊，鏡湖蓴菜亂如絲。鄉曲近來佳此味，遮渠不道是吴兒。今蕭山之湘湖最盛，味尤肥美。宋王十朋《風俗賦》湘湖之蓴。《紹興府志》：蕭山湘湖之蓴，特珍滑而腴，方春時采蓴，小舟滿湖中。宋陸游《湘湖采蓴詩》：短艇湘湖自采蓴。又采蓴詩注：湘湖在蕭山，産蓴菜絶美。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四九《物産》

補大房山有草，葉初生類椿芽，微有白毛。上房山僧摘以爲蔬，食之甚腴，目爲莉頭菜。《奥室記》

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四九《物産》

增野蔬之品：蒼耳子、莠子、稗草子、芃蒿子、金蕎麥、黃臘子、紫蘇子、仁杏子、蕎麥花、菓海藻。析津志

〔臣等謹按〕析津志所載山野之蔬多係藥物，以其可蔬聶作食，故列入蔬類，今仍之。

曹庭棟《老老恒言》卷一《食物》

苣菜之屬，每食所需，本非一類，人各有宜。文王嗜菖蒲，孔子不撤薑食，皆審其所宜，故取之，非僅曰菖可益聰，薑可通神明也。按：菖蒲即菖蒲，《葛遯庵秘録》有種石菖蒲法以辰砂搥末代泥，候其生發採根食之，不必定作葅也，利竅兼可鎮心，據云能治不寐，極爲神妙之品。

佚名《熱河志》卷九二《物産・蔬之屬》

菘，其佳者名爲黃芽白，苗葉皆嫩黃，極爲脆美。元許有壬《上京十詠》有白菜詩曰：土膏新且嫩，筐筥薦紛披。

可作青菁飯，仍携玉版師是也。其細莖者曰箭桿白，宜鹽漬爲菹。又一種産平泉州境内者，別名回回白菜。

蕨，叢生山谷間，最爲繁茂，土人多採之曝乾爲束，鬻於闤内。今灤平縣境内有蕨菜溝，以多蕨得名。又一種似蕨而葉細者，俗名野鷄膀子。

木耳，土人稱爲黑菜，生榆上者謂之榆肉，尤珍美。明李日華《六研齋筆記》曰：古北口有榆肉者，菌蕈之類，如蘑菇而稍大，煮熟其大又倍，聶切之，味如肉。

地螺，菜名，形如小螺，鹽漬可食。

佚名《熱河志》卷九二《物産·蔬之屬》 菜瓜，《羣芳譜》曰：生時色青質脆，可作醃菹。又一種名梢瓜，似甜瓜而長倍之，可生食，亦可爲菹。

周煌《琉球國志略》卷一四《物産》 蔬之屬：菜有白菜、芥菜、菠菜、蘿蔔、香菜、絲瓜、茄子、瓠子、芋、葱、蒜、韭、薑、蕹、芹、薺、蕨、茴、菱芡、茼蒿、香菰、紫菜、木耳。防風。根如小蘿蔔，可醃食。菰俗呼冬瓜，醬醃之，味佳。石花菜生海灘上，如苔，煮之去渣，其汁凝成塊，亦可蜜食。

翟灝《艮山雜志附録·東郊地偏鄉俗異於他所隸其俗事得二十首》 蓳蓼春暖緑抽心，緜菜香蒿次第尋。不及紫花來服美，繭橋傳有紫團參。蓳蓼子可榨油，春種最廣，採嫩莖爲茹，名蓼心菜。俗稱來服爲繭橋人參。

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 欽人工製腐，用紫石磨，腻滑無滓。相傳明時許文懿公在中書，日遇不如意事，輒投筆曰：人生幾何乃舍吾鄉炕豆腐，而食煤火肉耶。炕腐係箸山一老翁王姓，以砂鍋炕腐成片，味鮮勝，擅一時之名。見李實君《三筆》

周廣業《過夏續録·延荽》 案：《博物志》：張騫使西域得之，本名胡荽。潘岳《閒居賦》：蓼荽芬芳。《六書正義》云：蓴屬，可以香口。

周廣業《過夏雜録》卷六《荳芽兒》 市人呼舉子落解貢士下第者爲荳芽兒。菉豆或大荳水漬透，入木桶中，置煖處經霜芽長二三寸，肥白可菹食，以其不種而生，故取喻焉。

汪啓淑《水曹清暇録》 天壇中隙地産益母草，守壇人煎以爲膏，售人頗道地。春時，又産龍鬚菜，生食香脆可口，然須麻油清醬薑汁拌之。

李調元《南越筆記》卷一四《石花菜》 石花一名海菜，産瓊之會同，歲三月，菜厥主人置酒廣集菜丁，使穿木蹀入海采取。海有研石，廣數里，横亘海底，海菜其蕊苔也，白者爲瓊枝，紅者爲草珊瑚，泡以沸湯，沃以薑椒酒醋，味甚脆美，以作海藻酒，治癭氣，以作琥珀糖，去上焦浮熱。

李調元《南越筆記》卷一六 粵東之笋，十九皆苦，彼人以苦笋益人，甘者作服。凡煮苦笋，以黄荳同煮，未熟不可開釜，犯則彌苦。

苦瓜，又名癩葡萄，即錦荔枝也，閩粵皆以爲常饌，有和脾疎胃之功。俱食其青者，或醃作菹，或灌肉其内，或以嫲肉。

甕菜，即薤菜，人家偏地種之，莖中空而葉尖，以滾水先焯乃炒爲佳。醃爲菹，亦可久藏，可解胡蔓野葛毒。

芥蘭，甘辛如芥葉，藍色，鍊之能出鉛，又名隔藍。僧云：六祖未出家時，爲獵户，不食暈血，以此菜與野味同鍋隔開煮熟食之，故名。余亦從僧乞其子，歸種之，滿畦矣。

桂馥《札樸》卷一〇《芋》 滇芋熟早而味美，蔬可作羹，居人賴以充糧。案《廣志》百子芋出葉榆縣。魁芋無旁子，生永昌是滇芋，自昔僎佳品也。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 地腎

《粵志》：羅浮多地腎，一名松黄，且松黄未落爲松實，已落而英華未散爲地腎，其狀若彈丸，大者如雞卵，紅黄相錯，一一晶瑩，熟之可入饌。其生無根蒂，散布松下，土鬆石潤處有之，或亦松蕈之類也。《乍浦九山補志》：松花蕈，山之有松者皆産，惟陳山東麓爲多，三月間松花入土，至四五月經雨後即生，至八九月又生，鮮肥滑嫩，素品之上味也。

味甘性平，生津消痰，治溲濁不禁。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 真珠菜

六安有真珠菜，如真珠。《益部方物畧記》：真珠菜，戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖蔓，首貫珠，蜀人以蜜熬食之，或以醯煮，可致千里不壞。《黄山志》：真珠菜，藤本蔓生，暮春發芽，每芽端綴一二蕊圓，白如珠，葉翠緑如茶，連蕊葉腊之，香甘鮮滑，他蔬讓美。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 葛仙米

生湖廣沿溪山穴中石上，遇大雨衝開穴口，此米隨流而出，土人撈取。初取時，如小鮮木耳，紫緑色，以醋拌之，肥脆可食，土名天仙菜，乾則名天仙米，亦名葛仙米，以水浸之，與肉同煮，作木耳味。大約山洞内石髓滴石所成性寒不宜多

食四川亦有之必遇水衝乃得歲不常有他如深山背陰處大雨後石上亦間生然形質甚薄見日即化或乾如紙不可食矣。○《梧州府志》：葛仙米出北流縣勾漏洞石上，爲水所漬而成，石耳類也。采得曝乾，仍漬以水如米狀，以酒泛之，清爽襲人。此原非穀屬，而名爲米，傳云晉葛洪隱此乏糧采以爲食故名。○《嶺南雜記》：韶州仁化縣丹霞山產仙米，徧地所生，粒如粟而色緑，煮熟大如米，其味清腴，大抵南方深山中皆有之。○《宦遊筆記》：出粵東葛仙洞外，有流泉噴薄石上，遂生苔菌之類，其狀如米粒，青色，芼以爲羹，味極鮮美，土人呼爲葛仙米。有未識者，疑是青螺。按韶州府志丹霞出仙米頗與此相類但一生沙土一生水石爲異耳。○陸祚蕃《粵西偶記》：道書寶圭洞天即今北流縣勾漏山洞口，前後產葛仙米，采而乾之，粒圓如黍，揉麵釀酒極芳香。性寒味甘爽，解熱清膈利腸胃。

按：葛仙米本屬石耳之類，憶庚子歲，曾於劉明府席間食之，時以爲羹，儼如青螺狀，翠碧可愛，味極甘鮮，滑脆適口，入蔬爲宜。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 白鼓釘

《宦遊筆記》口外白鼓釘即內地蒲公英。葉有鋸齒，婆娑鋪地，與內地生者迥殊。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 川薑

出川中，屈曲如枯枝，味最辛辣，絶不類薑形，亦可入食料用。○包汝楫《南中紀聞》云：扶叢鄉猺人擣木薑土茶餉，余受其木薑，作羹味如茱萸醬，即此物也。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 沙葱

《西北遊記》：口外沙石中生野葱，一名楞葱，一名沙葱，石楞中所產，故名楞，沙磧中所產故名沙，其葉與家葱同，大更過之，味亦辣於蒜，善食辣辛者不能罄一枚。雖細如草莖，攢生於沙磧甚密，更過之，味亦辣於韭，雉羹兎羹尤宜。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 刺兒菜

《西北遊記》即內地之紫花地丁，俗呼刺兒菜。葉如柳有刺毛夏開紫花生平地者起莖生溝壑者起蔓內地在在有之。生口外沙漠者，花開於夏至後，大如蒜頭，色紫可愛，人多採食之。暮春萌芽之際，挖其根，狀如大枝人參，色較微白，巨者如蕪菔，烹調適口，誠塞外鮮品。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 乾冬菜

冬菜乃白菜，杭俗小雪前後，居人率市白菜以鹽醃之作鬯，藏爲禦冬，及春時所食，名曰冬菜，頗利膈下氣。其滷汁煮豆及豆腐，食能清火益肺，誠食中佳品也。至春分後，天漸暖，菜亦漸變黑色，味苦不堪食，以之曬作乾，飯鍋上蒸黑，再曬再蒸，如此數次，乃曝之極燥，貯缶器中，可久藏不壞，名曰徽乾菜，即乾冬菜也。年久者，出之頗香烈，開胃噤口痢及產蓐，以之下粥，大有補益。蓋白菜本能和中下氣，利三焦，通二便，含土德之精，有生金之用。乾之則苦返其初，而從母化也，久蒸久曬，則味反甘、全其德，故有中和之運功，與參耆等。惜乎世多忽而不知，余故特爲表之瀕湖。《綱目》：菘下無乾菜之用，殊爲缺畧。近日覓橋人所市者，乃蘿蔔英所乾與芥菜乾蒸曬成者，皆不入藥，須人家冬白菜醃作蒸曬，年久者爲佳。○《羣芳譜》有造黑醃鹽法，用白菜如法醃透，取出挂於桁上，曬極乾，上甑蒸熟，再曬乾收之，極耐久藏。夏月以此鹽和肉炒，可以久留不臭，即今乾冬菜也。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 麒麟菜

出海濱石上，亦如瑪枝菜之類，瓊州府海濱亦產。周海山煌《琉璃國志》載雞腳菜、麒麟菜，皆生海邊沙地上，又名鹿角菜，今人蔬食中多用之，煮食亦酥脆，又可煮化爲膏，切片食。《綱目》鹿角菜云：甘大寒滑陳芝山食物宜忌云微鹹性平大有消痰功用瀕湖反引孟詵一説以爲有微毒不可久食能發痼疾且其主治止載下食風氣小兒骨蒸治丹石熱結解麵何昧其功用乃爾耶茲特表之○朱排山《柑園小識》：石花菜生海中沙石間，高二三寸，狀如珊瑚，有紅白二種，洗去沙土，煮化凝成膏，糟醬俱佳。又有細如牛毛者，呼牛毛石花，味稍劣。郭璞海賦所謂土肉石華是也

味鹹性平消痰如神能化一切痰結痞積痔毒○敏按：《盛京志》：龍鬚菜生於東南海邊石上，叢生，狀如柳根，長者至尺餘，白色，以醋浸食亦佳蔬也。土人呼爲麒麟菜，出金州海邊，鹿角菜生東南海中，大如鐵線，分了如鹿角，紫黄色，乾之爲海錯，水洗醋拌則如新味，今金州海邊有之。據志則似一類二種也。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 諸笋【略】

痘疹不出，採未出土冬笋煮粥食，即有生發之意。不藥良方

青笋，即青竹笋竹細小，故出笋色青，山間遍地有之，係野竹所生笋也，即時下俗呼水竹者是也。胡承諜《湖州府志》：天目出笋乾，其色緑。聞其煮法，旋湯使急轉，

下笋再不犯器即綠矣。

味甘，止肺痿吐血鼻衄，治五痔并妊娠。《食鑒》

青笋乾，即青竹笋鹽湯煮曬乾者，出杭臨安，天目者最佳，色如鸚哥綠，有尖上、尖毬子、二尖等名，味鹹甘，性平，爽胃消痰。

鹽笋乾，以春笋鹽湯煮曬而成，有泥黃、烏尖、直腳等名。

味鹹甘，性平，行氣清痰。

衢笋乾，以笋用鹽湯煮熟，熏乾而成。

味鹹甘，性平，利腸化痰。

羊尾笋乾，主治同。

處笋片，俗名素火腿，以毛笋微醃，湯煮熏乾而成。

味甘微鹹，性平，利血消痰。

綠笋片，即玉版笋，以毛笋淡煮曬乾者，浙閩江西多有，有草鞋底、蝴蝶尖、玉版等名。《湖州府志》：蒸笋大者謂之潤綠，有名泥裏黃者尤美。

味甘性平，治實喘消痰，張石頑云：乾笋淡片利水豁痰，水腫葶藶九用之。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 石衣石耳

台州仙居有之，生峻嶺絶壁海崖高處，乃受陰陽雨露之氣，漸漬石上，年久則生衣，鮮者翠碧可愛，乾者面黝黑，背白如雪，土人以作羹餉客，最爲珍品。煮法：用滾水一碗，投鹽少許，泡石衣於中，用手細細擺揉，去其細砂，待軟如綿，其細砂去淨，色即變紫如玫瑰。必得鹽水，則所銜細砂始能吐盡。再過清水二三次，以雞湯下食，滑脆鮮美，味最香甘，爲山蔬第一。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸蔬部》 麻腐，乃胡蘇小粉所造者，味甘性平，潤肌滑腸解毒。蔣儀《藥鏡·滋生賦》云：麻腐豆粉，清腸清胃。

師範《滇繫》卷四之一《賦產·異產》 滇蕨滿山，高至三四尺，肥極，土人但知摘蕨拳，不知洗粉，聞宣威頗知洗之。若人皆知洗，又爲地方增一貨物也。

菜蕻俗名蘿蔔，又名蘿白，滇產白者，其細膩固可佳，而紅者奇益甚。凡紅皮必肉白，天下皆然，而滇之紅蘿白，通透玲瓏，中間點微紅，如美人劈破胭脂臉，最可愛玩。至其內外通紅，片開如紅玉板，以水浸之，水即深紅。粵東市中亦賣此片，然猶以蘇木水發之。茲則本汁自然之紅水也。羅次人刨而乾之以爲絲，拌糟不用紅麯而其紅過之。

師範《滇繫》卷四之一《賦產·異產》 雞蓼，菌屬，以形似名，永平產者最佳。以六七月，大雷雨後生沙土中，或在松下林間，鮮者多蟲，間有毒。出土一日即宜采，過五日即腐，采後過一日，即香味俱盡，所以爲珍。土人鹽而脯之，熬液爲油以代醬豉。

諸聯晦香《明齋小識》卷四《啖菜乾》

逋懸，又值淫雨，不能出門户。環視庖厨。剩菜乾半甕，即煮以當糜，舉家分食之。鹹滷難下，攢眉而嗌。至晚有客餽米五斗，始得度歲。元旦詣父執某公，談及歲莫事，云作出山計。某公曰：因貧思仕，當念無以爲生之日。而知生死有數，窮餓不足相累，自無官謗，如憂再陷饑寒，則貨賂爲市，受人唾罵，反不如啖菜乾之爲得也。公聆箴言，終身廢藥。故令白水，屏絶苞苴。致薄田廿畝，瓦屋數間，反贍他人。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總》 看麥娘。《野菜譜》看麥娘，隨麥生隴上因名。春採可熟食。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總》 芹菹。《農政全書》二三月芹作英時，可作菹。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次·初一日》 五辛盤。《風土記》月正元日，五蓯鍊形。注曰五辛盤，所以助發五臟之氣也。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次·初七日》 七種羹。《荆楚歲時記》：正月七日，以七種菜爲羹。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次·初七日》 六一菜。《食譜》：張手美家人曰六一菜。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·春總雜識》 吕公荽。《學圃雜疏》：荽白以秋生，吴中一種春生，曰吕公荽，以非時爲美，初出時，煮食甜軟。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·二月令雜識》 雞侯菜。《廣州記》雞侯菜生嶺南，似荽，二月生苗，宜雞羹，食之，故名。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·二月令雜識》 珊瑚菜。《本草綱目》江淮所産，多是石防風，生於山石之間，二月采嫩苗作菜，辛甘而香，呼爲珊瑚菜。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·四月令雜識》 傍林鮮。《山家清供》：夏初竹笋盛時，就竹邊煨熟，其味甚鮮，名曰傍林鮮。文與可守洋州，正與家人煨笋午飯，忽得東坡書，詩云：想見清貧饑太守，渭濱千畝在胸中。不覺噴飯滿案，想作此供也。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·四月令雜識》 雉尾蓴。《齊民要術》食膾魚蓴羹毛羹之菜，蓴爲第一。四月蓴生莖而未葉，名作雉尾蓴，第一作肥羹。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·夏總雜識》 花山莼。《吴地記》花山在吴縣

西三十里，其山蓊鬱幽邃。山上有池，旱亦不涸，中有蒓甚美，夏食之去熱，吳中以爲佳品。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・秋總雜識》　錦荔枝。《本草綱目》：苦瓜名錦荔枝，即癩葡萄。生苗引蔓，生葉卷鬚，竝如葡萄而小。七八月開小黃花五瓣如椀形，結瓜青色，皮上疿一如癩，及荔枝殼狀熟，則黃色自裂，內有紅瓤，南人以青皮煮肉及鹽醬充蔬。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・八月令雜識》　菰菜羹。《太平御覽》八月雨夜，菰菜生於湾下池中，作羹臛甚美，吳中以鱸魚作膾，菰菜爲羹。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・九月令雜識》　作葵菹。《四民月令》：九月作葵菹乾葵。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・冬總雜識》　韭湆壺。《晉書・石崇傳》：每冬得韭湆壺，王愷密貨崇帳下，問其所以。荅云：韭湆壺是搗韭根，雜以麥苗耳。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・十一月令雜識》　瑰蕈。《爾雅翼》蕈菜，十一月萌在泥中，蠶短，名瑰蕈，味苦醎澀，取以爲羹，猶勝雜菜，宜雜鮒鯉爲羹，又宜老人。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・十一月雜識》　鹹菹。《荆楚歲時記》：仲冬之月，采擷霜蕪菁葵等雜菜乾之，並爲鹹菹，有得其和者，並作金釵色，汁酸美，醒酒所宜。

黄宫繡《本草求真》卷九《食物》　豆腐。尚入脾胃大腸。

豆醬尚入腎。

本豆與麪蒸□，加鹽與水曬成，雖曰經火經日煎熬，然味鹹性冷，火不勝水，仍爲解熱解毒瀉火之劑耳。是以書載，一切魚肉菜蔬蕈毒，皆當用此以調。

郝懿行《寶訓》卷四《蔬菜》　崔寔曰：六月六日可種葵，中伏後可種冬葵，九月作葵菹乾葵。

郝懿行《寶訓》卷七《藥草》　陸璣詩疏：椒葉蜀人作茶，吳人作茗。《齊民要術》：熟時收取黑子，【略】其葉及青摘取，可以爲菹，乾而末之，亦足充食也。

盧若騰《鳥居隨録》卷下　水蓼子，春初以壺盧盛水浸溼，高掛火上，日夜使暖，遂生紅芽，取爲蔬以脩五辛盤。紫藤江東呼爲招豆藤，四月生紫花可愛，結子作角。角中仁煞香著酒中，令酒不敗，敗酒中用之亦止。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》　番芋，明萬歷時來自呂宋，當地最多，稱曰地瓜，厦門尤多。切絲日乾，上罔上版，土人用以燒粥，加下麥粉，食之度日。貧家養女及嫁，恒云，尚未食三斗米者也。又用以燒酒，曰地瓜燒。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》　黄荳較貴他方，故豆腐必七文錢一塊。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》　水豆豌，厦門二三月連殼油鹽炒食。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》　苦瓜即錦荔枝，炒肉味苦，土人以爲佳。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷四　水地豌莢小而子甚圓，煮食亦香甜。然余謂是不足。並以上各佳品，當易芥菜以湊九物。芥菜鹹，而陳之爲上品，鮮時亦有味也。

張培仁《静娱亭筆記》卷九《豆腐》　陸游詩：洗鼏煮黎祁。注：蜀人名豆腐爲黎祁。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《豆腐》　余每治饌，必精製豆腐一品，至温州亦時以此餉客，郡中同人遂亦效爲之，前此所未有也。然其可口與否，亦會逢其適，並無相傳一定之方。前閱宋牧仲《筠廊隨筆》載康熙年間，南巡至蘇州，曾以内製豆腐賜巡撫宋犖，且勅御廚親至巡撫廚下傳授製法。以爲該撫後半輩受用，惜當時不將製法附載書中。近閱《隨園詩話》亦有一條，云蔣戟門觀察招飲珍羞羅列，忽問余曾喫我手製豆腐乎。曰未也。公即着犢鼻裙，親赴厨下。良久擎出，果一切盤飧盡廢。因求公賜烹飪法，公命向上三揖，如其言，始口授方。歸家試作，賓客咸夸矣，郤亦未詳載製法。想《隨園食單》中必覼縷及此。手邊無此書，容再考之，惟記得所最忌者二事，謂用銅鐵刀切及合鍋蓋烹也。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《麪筋》　今素食中有麪筋，若得佳廚精製之，可與豆腐同稱佳品，惟烹製之難，亦與豆腐同。余在桂林時，廚子最精此味，以餉同人，無不詫爲稀有。而吾鄉人多不食之，家人尤相率戒此。詰其故，則以店中製麪筋者，率以兩足底踹之，此誠不能保其必無，若係家廚自製，則斷無此弊。此物自古即重之。《夢溪筆談》云：凡鐵之有鋼者，如麪中有筋，濯盡柔麪，則麪筋乃見。鍊鋼亦然。《老學菴筆記》云：仲殊性嗜蜜，豆腐麪筋皆用蜜漬。近人《一斑録》中亦有製麪筋乾一法，亦雅人清致，非俗子所知也。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《波稜菜》　波稜菜亦呼波菜，菜之至無味者也，而偏入《隨園食單》，亦不可解。以余從不下箸，故家厨中亦鮮購此物。自官京師

入樞直，官廚乃頓頓有此，余以素不食置之不論。而樞直前輩有由外省大僚入覲者，往往留飯直廬中，則無不詢及此菜者。如姚亮甫康爾皋二先生尤喜食之，謂此乃樞直中一佳品。相傳數十年如是，及余同輩無知此者，惟程春廬大理尚能述其說。蓋删盡旁枝，專留肥幹，加以濃油，復多用上好乾蝦米炒之，其美處乃非常菜可比。余自是始得味而喜食之，偶還家索之，厨下則其無味如故，蓋既不用濃油，又無多好蝦米，且以爲常菜忽之，揀之不精，淪之不淨，又何能發其精英乎。前明説部中載成祖微行民間，食黄面豆腐乾及此菜而甘之，詢其名店，備以金磚白玉板，紅嘴緑鸚哥對。白玉板謂腐乾，緑鸚哥即此菜，而《隨園食單》中於波菜條下，謂杭人述語不應如此舛訛也。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《蕨菜》 陶雲汀先生最喜食蕨菜，或云其乾者即吉祥菜，余亦喜食之。憶與同官吴門時，每飯必具，而烹製尚未得其法。《隨園食單》謂用蕨菜，不可愛惜，須盡去其枝葉，單取直根，洗淨煨爛，再用雞肉湯或煨或炒，自别有風味。按：《食物本草》云：此味甘滑，令人消陽道，眼昏腹脹，非良物也。陶公嗜此未，必不受其累。又此物不可生食。《搜神記》載鄱鑒鎮丹徒，二月出獵，有甲士折一枝食之，覺心中淡淡成疾，後吐出一小蛇，懸屋前漸乾成蕨，此生食之患，不可不知。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《白菜》 北方白菜以安肅縣所出爲最，聞縣境每冬必產大菜，一本大可專車，俗名之曰菜王，必馳以首供玉食，然後各園以次摘取。山左所產猶佳，迤南則其味遞減，惟吾鄉浦城所產尚具體而微廣，西柳州所出亦略與北地相仿。近吾鄉永福亦產此，俗呼爲永福白，較勝於浦城。去冬余薄游温州，有以山東白菜相饋者，皆以永福白充數。蓋福州由海舶來者，南風三日即至，而天津山東之海舶，向不入甌江也。此菜以吴紅生太守所製爲最著，同人皆賞其菜中尚帶辛味，而不知其暗撋生蘿蔔耳。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《瓢兒菜》 瓢兒菜，惟江西與南京有之，其質與北方白菜相似，而風味各别。近人烹製多不得法，即《隨園食單》盛稱乾炒菜心之佳，亦未盡其味也。余在京師與同年作消寒會，惟南昌黄俊民觀察煨此獨美，與煨白菜略同。自出京後，此味遂成廣陵散矣。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《芥藍菜》 芥藍菜，本閩産蔬品中之最佳者，而他省無之。然吾鄉人仕宦所至，率多於廨中隙地種植。近聞京官宅中亦多種此，他省人亦喜食之。按：《羣芳譜》載擘藍一名芥藍，芥屬，南方人謂之芥藍，葉可擘食，故北人謂之擘藍。葉大於松，根大於芥蔓，苗大於白芥，子大於蔓菁，花淡黄色。余就養東甌，曾從吾鄉人吴雲峯乞得數根，種於後圃，每鰲客輒出此佐食，衆以爲美。或曰此即鹿鳴詩所謂蒿也，未知然否。《羣芳譜》引蘇詩云：芥藍如菌蕈，亦未知即此物否。客中無書，俱無以考之。

梁章鉅《歸田瑣記》卷七《豆腐》 豆腐，古謂之菽乳，相傳爲淮南王劉安所造，亦莫得其詳。又相傳朱子不食豆腐，以謂初造豆腐時，用豆若干，水若干，雜料若干，合秤之，共重若干，及造成，往往溢於原秤之數，格其理而不得，故不食。今四海九州至邊外絶域，無不有此。凡遠客之不服水土者，服此即安，家常日用，至與菽粟等。故處道園有豆腐三德讚之製，惟其烹調之法，則精拙懸殊，有不可以層次計者。宋牧仲《西陂類稿》中，有恭紀蘇撫任内，迎鑾盛事云。某日，有内臣頒賜食品，並傳諭云，宋犖是老臣，與衆巡撫不同，著照將軍總督一樣頒賜，計活羊四隻，糟雞八隻，糟鹿尾八箇，糟鹿舌六箇，鹿肉乾二十四束，鯛鯉魚乾四束，野雞乾一束，並傳旨云，朕有日用豆腐一品，與尋常不同。因巡撫是有年紀的人，可令御厨太監傳授與巡撫厨子，爲後半世受用等語。今人率以豆腐爲家厨最寒儉之品，且或專屬之廣文，食不足之家，以爲笑柄。詎知一物之微，直上關萬乘至尊之注意，且恐封疆元老，不諳烹製之法，而鄭重以將之如此。惜此法不傳於外，記余掌教南浦書院時，有廣文劉印潭學師瑞紫之門斗，作豆腐極佳，不但甲於浦城，即他處極講烹飪者，皆未能出其右。余嘗晨至學署，坐索早餐，即咄嗟立辦，然再三詢訪，不能得其下手之方。聞此人今尚在，已篤老矣。又余在山東臬任，公暇與龔季思學政守正。納近堂藩伯謝爾經額。恩樸庵運使恩時亨額。鍾雲亭太守，鍾祥。同飲于大明湖之薛荔館。時侯理亭太守夔堂。爲歷城令，亦在座，供饌即其所辦也。食半，忽各進一小碟，每碟二方塊，食之極佳，衆皆愕然不辨爲何物。理亭曰：此豆腐耳。方擬於飯飣會，次第仿其法，而余旋升任以去，忽忽忘之。此後此味則遂如廣陵散，而余往往過而即忘，而偶一觸及，則饞涎輒不可耐。近年僑居浦城間，遇鰲客必極力講求此味，同人尚疑其有秘傳也。

陳徽言《南越遊記》卷二《蔬果佳品》 日食蔬菜豆腐芋艿最佳，芋艿煨熟，色淺紅者，盛於盆盎，置案上嬌嫩如脂粉，望之可愛，味亦甘鮮逾常。豆腐，他處蠟硬，惟東粤者瑩淨柔滑，但其中參以石膏，此差劣耳。嶺外有此數種，予皆愛之，以美醞下焉，覺木石腸腑頗能消受。昔人云：蔬足果足，得此不復望飫，天

廚豐珍矣。

黃奭《黃氏逸書考・范子計然》 蜀椒出武都，赤色者善。《御覽》九百五十八《齊民要術》四　藝文類聚八十九

秦椒出隴西天水，細者善。《御覽》《類聚》並同上。《齊民要術》四

王培荀《聽雨樓隨筆》卷五　瓦屋山有數溪皆西流，產紫菜僅一溪，亦僅毛家溝一處。必月滿時，各攜筠籃搥石上，環石如髮，長七八寸，或四五寸。當月午空明纖雲，淨盡全魄，臨水忽長尺餘，隨長隨收，隨收隨長。大抵月透明則滋引，稍晦便縮如故，月西偏則歸矣。入食品中，清香勝於蘆山所產。山谷未至其地，遂使蘆之紫菜擅名物，固有遇有不遇也。

黃輔辰《營田輯要》外篇《附考・種蔬》 馬齒莧，一名長命菜。不畏旱潦也。一名五行草，其葉青，梗赤，花黃，子黑，根白，五色俱備，感陰而生。葉大者不堪食，葉細者苗煮曬乾，可備冬蔬。葉節間有水銀，每十斤可得數兩。

萵苣與生菜本是一種，可醬可糟，故謂之萵筍。種法：先用水浸子一日，於溼地上覆布，置子於上，以盆覆之，候芽出則種。正二月種者可常食，秋社前種者，可爲淹菜，農家以爲四時不可闕者。

曾國藩、劉坤一《光緒江西通志》卷四九《物產・南康府》　豆葉菜，出廬山桃花峯側方二里許，名豆葉坪，其味鮮別，亦可菹，他山皆無。

徐時棟《宋元四明六志校勘記》卷一《佚文一・物產》　芹產越中白馬山者最香美，土人雜芥爲菹，沃以醯醬，味絶美。《浙江通志》一百四引《四明圖經》

吳德煦《章谷屯志略・土宜物產》　惟圓根爲夷人素茹之蔬，形如蘆菔，白色而扁，其葉以作虀，凡餅餡中切以作餡。

毛祥麟《墨餘録》卷四《土產》　白菜，爲蔬中上品，唐人所謂闊葉吴菘是也。其曰菘者，以凌冬不雕，四時常見，有松之操耳。我邑冬月，更有一種塌地而生，其形如盆，其葉縐紋如摺疊，色深碧，名盤科菜，又名塌科菜，一經濃霜則味甘如飴，烹食最佳，他處所無也。

羅漢菜，向惟嘉定鄉間有之，邑中則無此品，近亦盈筐市賣矣。其菜於冬末春初，生田野間，細葉叢生，大至百餘瓣，氣味辛芳，土人醃之爲菹，襍青果，裝瓶以詒遠客，味甚美。

筍種類甚多，惟護居竹者，爲筍中第一。燕筍，燕來時所生，形長細，而味稍遜。其在哺雞時生者，名哺雞筍，色淡黄，形短而肥。諸筍雖佳，細嚼則微苦，惟此筍味甘而清，質嫩無滓，爲邑中異品。然有一種，形色近似，而味殊惡劣者，名黄金鋼，恰能亂真。

喬松年《蘿藦亭札記》卷八　俗謂下酒之物曰案酒，亦曰就酒，以菜下飯亦曰就飯。陸璣《草木蟲魚疏》荇菜脆美可案酒，蘋可淹以就酒。

顧祿《清嘉録》卷一二《十二月》　安樂菜

分歲筵中，有名安樂菜者，以風乾茄蒂，雜果蔬爲之，下筋必先此品。蔡雲吴歈云：分歲筵開大小除，强將茄蒂入盤蔬。人生莫漫圖安樂，利市偏争下筋初。案：陳藏器《本草》茄一名落蘇，蓋吴人落、樂同音，因以爲讖耳。菜中有以紅蘿蔔切成小方塊者，産自杭城繭橋。見吴穀人《新年雜詠》小序并云：鏤絲曝乾，可供素饌。有紅蘿蔔絲詩。

沈葆楨、吴坤修等光緒重修《安徽通志》卷三四一《藝文志》　《野菜博録》四卷，婺源鮑山著

趙從善尚書，自號無箸居士，子希倉。倅紹興日，令庖人造燥子茄子，欲判食單。問廳吏茄字，吏曰：草頭著加。即援筆書草下用家字，郡人目爲燥子蒙。

周家楣、繆荃孫《光緒順天府志》卷五〇《食貨志二・物產》　蔬屬

葱。《畿輔唐志》：葱有四種：曰凍，曰胡，曰漢，曰茖。《固安陳志》：葱，大、小二種。《甯河關志》：葱有冬葱，大管葱也；漢葱，木葱也；胡葱，回回葱也；山葱，茖葱也。邑人所栽冬葱、漢葱二種，冬葱尤勝。按：茖通作格，生有枝格，旋摘旋生，冬亦不枯，其味甘而不辛。韭甯河關志：韭一歲四五剪，剪而復生，至久不乏，故名長生菜。春初嫩黄，最稱珍品，《甯河關志》：韭之美在黄，黄乃纔出土耳。按：韭花亦作茹。昌平宋志：莖名韭白，冬日稍葉，名韭黄，韭花可爲菹。蒜固安陳志：蒜，紫、白皮二種。《甯河關志》：蒜有大、小二種，根莖皆小，瓣少味辣者爲葫，即小蒜也；根莖皆大，瓣多味辛帶甘者，爲葫，即大蒜也。又一種澤蒜，多野生。按：葫當爲卹，然以卹蒜爲小蒜，亦非。卹蒜自別一種，非凡蒜皆稱卹也。蒜是總名，葫又俗稱。爾雅：翼以大者爲葫。非也。蒜遇夏抽莖生臺，或稱蒜條，一名蒜苗，可爆，可醋。胡荽。一作芫荽。固安陳志：芫荽一名園荽。昌平志作蘫荽。按：文選閒居賦，李善注：荽，香菜也。今土人亦呼爲香菜。其性能舒散，與蘇同。薤。《甯河關志》：薤葉似韭而闊，間有野生者。按：薤，五音篇海，胡戒切，蓋菜也，古與葱、韭並稱，今惟用葱，不用薤矣。白菜。《固安陳志》：白菜數種，一名黄芽。《甯河關志》：白菜古名菘，有青、白二種。青者莖圓厚，曰箭桿白。白者莖扁薄，曰黄芽菜。五月下種，六月畦栽，霜後收治，故曰秋末晚菘也。

味甘香，蔬中勝品。《居易録》：今京師以安肅白菜爲珍品，肥美香嫩，南方士大夫以爲渡江所無。按：黄芽菜爲菘之最晚者，莖直心黄，緊束如捲，今土人專稱爲白菜，蔬食甘而腴，作鹹齏尤美。其根宿在土中，至春續生苗，土人謂之唐白菜，蔬食亦佳。唐白菜。見上注。油菜本名芸薹。《本草綱目》：此菜易起薹，須採其薹，食則分枝必多。冬種，至春起薹摘之，名薹心菜。後留其花，結子收之，可榨油。今按：京師專名油菜，枝莖細小，爆食甚佳。瓢兒菜。按：爲菘之別種也，因其形似瓢而名。心黄，葉濃緑，蔬食甜而軟。蒜菜一名蒜苗，一名甜菜。按：爲菘二。蘘荷菜。一稱苦荷。《宛平王志》、《房山志》並作苦荷，字之譌也。《廣雅》：荷，蕢也。王懷祖《疏證》曰：此苦菜之一種也。廣或作蘘，或作苣。今北方處處原野生之。家種者莖葉闊大，北方謂之蘘荷菜。萵苣菜。《固安陳志》：俗呼萵苣筍，出爲國，故名。按：可生拌，可鹽醬，其葉可燖食。生萵菜。見《薊州沈志》。按：即白苣也。南方或謂之生菜，言其葉脆可生食也。《本草拾遺》：白苣如萵苣，葉有白毛。又按釋智朴《盤山志》：有苦益菜，言似野菊葉，叢生溝澗中，三月中采之，醃蒸三、五次，作乾菜，頗佳。疑苦益亦即白苣也。白苣一稱苦苣，益苣爲聲近字。苣本字作萵，廣韻萵菜似蕨，生水中是也。三月可菜食。南方有謚云：三月食苦。即此菜也。萵苣。《固安陳志》作苘萵，云一名萵萵。按：苘當爲蔥。《釋草》郭注：蔥萵，萵萵也。蘇軾詩：萵滿地蘆芽短，正是河豚欲上時。今京師於二三月食之。正稱萵萵其名。苘萵者別一種。《宛平王志》：似菜而根苦。《盤山志》：諸葛菜即山芥菜，一名白薹，又名灰菜。《廣雅疏證》曰：今處處原野有之。四月，其苗有紫紅線稜，葉端有缺，面青，背有白灰。蕨。《昌平宋志》：初生如拳，採爲蔬，亦可爲粉。《盤山志》：蕨生於九華峯後。按：《齊民要術》引《詩》義疏曰：蕨，山菜也。《爾雅義疏》曰：今蕨菜全似貫衆而差小，初出時，如小兒拳，故名拳菜。其莖紫色，故名紫蕨。光禄寺則例名麒麟菜，每歲二月，由昌平州例進，祭奉先殿用。蔓菁。《宛平王志》：似菜而根苦。《盤山志》：諸葛菜即山芥菜，野蔬之最早者，產上方寺及桃園溝。按：蔓菁即葑也。陸璣《詩疏》，幽州人或謂之芥。郝懿行曰：以蔓菁爲芥，非矣。芥味辛，蔓菁味甜，燒食蒸啖甚美。然則《盤山志》指爲山芥，誤也。別有一種花紫者，名葸菜，與蔓菁相似，俗亦呼爲諸葛菜。莧固安陳志：有馬齒莧、紅莧、白莧。《宛平王志》：即赤根菜。莧河關志：有青、紅二種，味甘滑，其野出者，葉如瓜子，爲馬齒莧。莧與蓛同食，能殺人。按：赤莧莖葉純紫，濃如燕支，根淺赤色，嫩時作蔬，較白莧味滑。白莧莖老可作葙，野莧根治霍亂轉筋甚效。白花菜。《東安李志》：即野菜。按：即蒿也。《畿輔唐志》：蔬屬有蒿。《釋草》郭注：大葉，白華。義疏曰：蒿蔓生難治，故詩傳云：蒿，惡菜也。黄花菜《畿輔唐志》：一名金針。《盤山志》：黄花菜一名緑葱，盤山溝澗中處處有之。按：即蕹草花也。五月抽莖作花，其嫩苗及花蒨鮮時，燖食極美，乾亦可佐羞。紅花菜即山丹花，詳下百合注。菠薐。《宛平王志》：即赤根菜。南河關志：俗呼菠菜，正二月種，可備春蔬，八、九月種，可供冬乏。茭白見《通州志》。按：即菰菜，生水鄉，春抽白萌，五月采食，南方以爲常蔬，至秋不絶，本土産此甚尠。今西直門外海淀有之，目爲蔬中珍品，其實即菰米，詳穀屬。荇。見《宛平王志》。按：荇與蓴相似，其莖白，其葉如連錢，夏日開黄花，或有白者，莖葉可食，餘詳藥屬。芹昌平山水記：芹城在州東三十里，有橋，橋下有水，出芹。《南河關志》：可作葅及瀹食之，有赤、白二種，白芽爲佳。蘋《南河關志》：蘋葉四合，成中折十字如田形，夏秋開小白花，瀹之可食。按：即萍之大者。萍見藥屬。竹筍，蘆筍，蒲筍。《南河關志》：筍有蘆、竹、蒲諸種，邑祇有蘆、蒲二種。《文安楊志》：蒲筍，灘裏村出者佳。按：本土産竹處甚少，其産者半如南方之石竹，長細而勁，三月間抽萌，土人掘而食之，名爲小竹筍，近年來萌緜於昔矣。蒿，《薊州沈志》作蓬蒿。按：當作皤蒿，其色白，春初生，及秋香美可食，土人呼爲蒿菜，餘詳藥屬。茄。《固安陳志》：紫、白、水三種。《南河關志》：茄，落蘇也。有紫、白二種。白者味勝，謂之水茄。《昌平志》：海茄色紫極大，宜熟食，摘葉布路上，以灰圍之，則子必繁，謂之嫁茄。水茄色有紫、白。按：水茄、白茄實二種，惟色皆白耳。本草：水茄甜嫩而生食。固安志：水、白分爲二。是也。辣，今增。按：一名辣椒，有大小數種，長而尖，實俱下垂，其味辛。亦有圓如小柿者，初則純青，老則純赤，青時可生食。薺。見《三河陳志》。按：薺菜野生，無栽種之法，可燖，可生拌。菌畿輔唐志：木生者如芝，草生者如蓋，土生者如丁，土人總名曰蘑菇。惟凍黄、天花、延壽、猴頭、羊肚、雞腿爲最。《盤山志》：菌北人呼爲蘑，有數種：松蘑黄色，延壽蘑紫色，土人呼爲雞臟蘑，京蘑白色，出蔣福山一帶，大者如盤，雜蘑有青、黄、赤、白色者，有毒，不可食。日下舊聞：松蘑出盤山，土人目爲紫蘑菇。按：蘑菇以口外牛羊骨生者爲勝，故稱口蘑。今本土産者土人通稱爲口蘑，鮮時可充茹，其乾者有大口蘑、小口蘑、口蘑丁之分。葦蘑南河關志：潮河兩岸以及傒口莊之七里海，每早年溽暑，則葦灘中敗葉腐草蒸鬱生蘑，村人采而曬乾，味如口蘑，而湯較黑，亦美品也。芥固安陳志：有數種。《南河關志》：芥，古名芥菜，白者上，芥心味香美，扁而細者佳，醃藏作齑，蒸曝可經久，白芥子入藥。按：芥類不一，今本土有一種，葉青莖紫者爲紫芥，作齑甚美，土人通稱芥菜。《香河劉志》：蔬屬無芥，有春不老。南方謂之芥藍，葉可擘食，北人故謂之擘藍，葉大于菘，根大于芥臺，苗大于白芥，子大如蕪菁。按：擘藍根如葵，土人醃藏之，四時常食，其臺亦可充蔬，辛味。蘿蔔。《固安陳志》：即菜菔，紅、白二種。南河關志：蘿蔔四時可栽，惟末伏初秋爲善，破甲便可供食，兼消麪積。《本草綱目》：生沙壤者脆而甘，生瘠地者堅而辣，根葉皆可生，可熟，可菹，可醬，可豉，可醋，可餹，可腊，可飯，乃蔬中之最有利益者。

按：蘿蔔子入藥，萃葉爲蘿蔔菜，或醃作乾菜，尤美，芽初生可食，土人謂之蔴蔔纓兒。水蘿蔔。《昌平志》：水菜蔵色白，亦有微紫者，味甘，氣辛。按：圓大如甕，皮肉皆緑，近尾則白，亦有皮紅、心白，或皮紫者，祇可生食，極甘脆，土人呼爲水蘿蔔。今京師以西直門外海淀出者爲尤美。胡蘿蔔。《宿河關志》：胡蘿蔔内黄，外紅，味甘，八月下種，冬月收，根生熟可啖。《昌平志》：元時始得此種。按：有皮肉俱紅，心微黄者，長二三寸、三四寸不等，純甘，有藥氣。薯蕷即山藥，一作薯蓣。《神農本草》：薯蕷始生，赤莖細蔓，五月花白，七月實青黄，八月熟落，根中白皮黄，類芋。《本草綱目》：山藥，藤上所結子名零餘子，煑熟去皮，食之勝于山藥，美于芋子。《宿河關志》云：零餘子，散綴山藥莖旁，大小不一，霜後收啜，味亦甘滑益人。《日下舊聞》：産采育者甘美異他處。今按：冬月掘根，可蒸，可爆，京師以豬油及白沙糖和之蒸爛，謂之山藥泥。芋《昌平宋志》：七芋一名土豆，圓如卵，可蒸食。按：有水、旱二種。水芋爲勝。京師西直門外海淀産此。能充飢，可餬，可鹽，可醬，可蔬。《宿河關志》云：芋能備荒，性易活，水邊隴畔皆宜，此地不經見，然秦蜀皆有，未有不宜于此者，故紀之以待老圃之利。甘藷。即番薯，又呼山薯，煑食味甘，生食亦甘脆，微有藥氣。色白，亦有微紅者。土人專呼白薯。宿河關志云：良鄉、涿州俱有，味甘性温，可代糧，宜廣種。通州王志云：乾隆二十三年，官飭民種，今每年長發利民。百合。《宿河關志》：百合根如蓮座，六七月可采食，味微苦，能益氣。白花者佳，一種曰山丹，又一種曰卷丹，形味略同。山丹花可入藥。《盤山志》：百合産盤山澗中，秋冬剔之，甘香可食。按：白花者入藥。《本草綱目》：百合根如蓮座，六七月可采食，味微苦，能益氣。白花者佳，一種曰山丹，又一種曰卷丹，形味略同。山丹花可入藥。《盤山志》：百合産盤山澗中，秋冬剔之，甘香可食。按：白花者入藥。椿芽。按：香椿樹嫩芽，俗呼香椿頭。可蔬，可菹，今土人醃藏之，名鹽香椿。馬蘭。見東安李志。《本草綱目》：一名紫菊，可采灼，曝乾爲蔬。茶。《昌平宋志》：一名天香菜。《宿河關志》：俗呼曲蟮菜。《詩・邶風》：荼苦。《禮・月令》：苦菜是也。野田皆有之。春初生苗，掘嫩白根，長二寸，醋醬拌食，味苦。五六月，莖高二尺許，中空而脆，葉似鳳仙，開黄花似野菊，刈苗蒸曬，可供歲儲。按：與程氏通菰録所説茶菜同。茶也，蘆筍菜也，皆苦菜也，特各種耳。莉頭菜。《畿輔唐志》引《奥室記》：大房山有草，葉初生如椿芽，僧摘爲蔬，食之甚脆。《昌平志》作茨椿頭，云如椿芽，肥似過之，但不香，瀹之去滤，入肉更良。荳苗菜。《盤山志》：叢生似荳苗，山家采之作羹，極鮮美。杏葉菜。《盤山志》：形似杏葉，味甘可食。筆管菜。《昌平宋志》：形如筆管，清肥可愛。《盤山志》：即黄精苗。詳藥屬。木蘭芽《昌平宋志》：嫩芽可食，老可染皁。木耳，《昌平宋志》：韓文謂之樹雞，出銀山者佳。龍鬚菜《盤山志》：即知母苗。畿輔唐志引《析津日記》：天壇生龍鬚菜，清明後鬻于市，食之甚脆。苜蓿菜見《固安陳志》。按：葉似豌豆，可茹，其苗春生，一科數十莖，一莖三葉，紫花，秋結實似穭，入藥。甘露。《東安李志》：甘露俗名滴露，一名玉環。《昌平宋志》：一名草石蠶，可蔬，可果。蘇《宛平王志》：子可作油。《昌平宋志》：有紫、白二種，可炒食，亦可作油。按：白者爲荏，詳藥屬。薇《昌平宋志》：薇似萑，即東坡所謂修元菜。按：即野豌豆，一名大巢菜。

郭柏蒼《海錯百一録》卷四《記海菜》

石花菜。生海礁上，狀如鷹爪蘭，長二三寸，得日者紅，背日者白，蘸醋拌食。李時珍曰：石花菜生南海沙石間，高二三寸，狀如珊瑚，有紅白二色，枝上有細齒。以沸湯泡去沙屑，沃以薑醋，食之甚脆。一種稍粗而似雞爪者，謂之雞脚菜，味更佳。二物久浸，皆化成膠凍也。福州暑天所市草凍，肩挑入和水飲之，即此菜。無力役者勿食。

鵝掌菜。《連江志》生海石上，色微黑。凡海産之菜，多帶鹹味，宜醋拌料蝦。故李時珍於海菜，亦有和醯之説。

龍鬚菜。即麒麟菜。李時珍曰：龍鬚菜生東南海邊石上，叢生，無枝葉，狀如柳根，鬚長者至尺餘，白色。以醋浸食，亦佳蔬也。蒼按：色白欲清則和醯，欲濃則蒸肉。《福建通志》甕菜，土人號龍鬚菜，誤。

燕窩菜。《閩部疏》：燕窩菜竟不辨是何物，漳州海邊已有之。燕飛渡海中，翮力倦則擲置海面，浮之若杯，身坐其中，久之復銜以飛。陳懋仁《漳南雜記》：閩之遠海近番處，有燕名金絲者，首尾似燕而甚小，毛如金絲。臨卵育子時，羣飛近汐沙泥有石處，啄蠶螺食。有海商詢之，土番云：蠶螺背上肉有兩肋，如楓蠶絲堅潔而白，食之可補虚損已癆瘵，故此。燕食之肉化而肋不化，并津液嘔出，結爲小窩附石上，久之與小雛鼓翼而飛。海人依時拾之，故曰燕窩。《嶺海異聞》：海鷰小如鳩，春回巢，於古嚴危壁葺壘乃白，海菜也。島夷伺其秋去，以修竿接鏟，取而鬻之，謂之海鷰窩。隨舶至廣，貴家宴品珍之，其價翔矣。蒼按：《閩部疏》所云擲置海面，浮之若杯者，來降燕，乃睇之燕，防風雨則水無小魚可啖，以此爲糧，被風吹集海岸，是已至血燕毛燕兩種，乃冬月海燕巢於海上山巖林中，取者覆其巢，奇慘甚矣。海燕大小不同，皆能作窩，儲糧於海旁，凡沙磧無淤泥之處，所産海菜脂瑩輭膩，燕色純黑，屬水，并其津液，搏成魚螺之味，漸化海菜之味，漸加血燕毛燕及各種燕窩，多至厦門，始製成片片。獨越燕胡燕蛇燕急於哺子，且屬客居，故不儲蓄。互見卷五海燕條下。

鰲腸菜。《閩書》生海石上，長四五寸，其薄如帶，色黄，漳浦多。又蔣菜不種自生，葉圓而厚，藤相糾結，又名浮藤，産下遊臺灣。和蔣作羹爲佳。子紫黑色，可染布。

紫菜。海潭皆産之，名曰紫菜，潭互相傳買，勿得竊採。出興化及惠安小岾者，最有風味，福清産者亦佳。《三山志》紫菜附石生海上，色青，取乾則紫，其莖

纖而希，其味尤珍。出福清者佳。《福州府志》紫菜一名索菜。《吳都賦》綸組紫絳。注：紫紫菜也，蓋其生黏帶石上，潮浸則散擊擊，然潮落復黏於石。嫩者搓取之而成索，長者摘取之則皆散。生時色青，乾則紫。《本草》紫菜生南海中，附石正青色，取而掇之則紫色。李時珍曰：閩越海邊悉有之，被人掇成餅狀，曬乾貨。其色正紫，亦石衣之屬也。蒼按：紫菜，釋名爲紫莧，有大潭小潭之別。大潭出者肥厚，或掇爲餅，或糾爲索，潔淨無沙。小潭出者薄弱，散曬之，沙多而味淡。初出水青色，見風日即紫，不紫而仍青者，下品也。《閩書》苔垢菜：紫菜取盡，就上復生苔衣，狀類浮垢。又有石蓴，即紫菜之經，曝而不紫者味醬。藏器曰：石蓴生南海，附石而生，似紫菜色青。據此，則石蓴又是一種。

苔菜，如髮，洗淨壓乾，入鹽薑番椒香油和韮芽拌食，或以油微炸夾光餅。《閩書》海苔綠色如亂絲，生海泥中，其細嫩者名澀苔。

澀苔。生海泥中，似青海所出之髮菜。味淡，名淡苔。

赤菜。即鹿角菜。《海物異名記》：赤菜，海生而紫蔓。又其大者爲鹿角菜，又名猴葵。《南越志》：猴葵色赤，生石上，南越謂之鹿角，以其莖有歧也。《三山志》鹿角菜生海中，亦能解藝熱。藝熱即藝毒也。蒼按：鹿角菜大如鐵線，分了如鹿角，其色紫黃。入湯盪之，醋香油拌食。乾之，可以行遠。醋拌如新。又藍菜生海中邊沙地上，長半寸許，成簇而綠。蒼按：蠣菜、蝸菜皆以味稱，紫菜味亦如蠣，故閩人作蠣湯炮蠣，必用紫菜。

線菜。《閩書》生海中沙地上，其長如線，色微紅，出漳浦。

神黛。《閩書》生海邊泥泊上，葉葱蒨如黛。歲饑，和米作粥食之。出興化漳浦。《通志》曰神黛，異之也。

白薯。即甘藷。島嶼間有野生者，一莖延蔓，至數十百莖，節節皆有根莖，附物而高。有實如卵者，有實如臂者，皆於土中掘得之。亦有二月種之，十月收者，剪其莖亦可種。皮白肉白者白薯，皮紫肉紫者紫薯，紫薯勝於白薯。搗爲泥，和糖棗瓜子，稱爲薯泥。劑爲丸，調各味，稱薯丸。蒸熟切而曬乾，可充糧糗，和米爲丸，或蒸爲酒。《南方草木狀》云：南人二毛者，百無一二，惟海中之人壽百餘歲者，由不食五穀，食甘藷故耳。四川梁山縣雙桂堂有黑牡丹一株，其寺僧多壽，蓋後山杞菊水入飲盆。建甯縣某鄉男女皆壽，後淘井取出綠毛大龜，自此鄉少壽考。

烏菜。附海石生，以色名，羅源甯德人取以入饌。凡海邊及石上所產各菜，均乏辛芳之氣。

郭柏蒼《海錯百一録》卷五《附記海草》 海蘆　隨在有之，長丈許，中空，皮薄色白者，葭也，蘆也，葦也。短小於葦而中空，皮厚色有清蒼者，葵也，蔰也，荻也，荏也。其最短小而中實者，蒹也，簾也，皆以初生已成得名。蘆一名葦，一名葭，花名蓬蘆，筍名薕，葉四向而中垂，心抽幹長丈許，中虛，皮薄色青，老則白莖，中有白膚，較竹紙更薄。身有節如竹，葉隨節生若箬葉，下半裹其莖，無旁枝。花白作穗若茅花，根若竹根而節疎，堪入藥。海蘆皆爨，不入藥。荻一名荻，一名蔰，一名萑，初生爲葭，長大爲蔰，成則爲萑，或謂之藋。至秋堅成，謂之荻。其初生三月中，其心挺出，其下本大如箸，上銳而細，揚州謂之馬尾蒹，一名簾，似萑而細，高數尺，中實。是數者，皆蘆類也。其花皆名芀，其萌名薕，堪食。如筍可煮食，亦可鹽醃，海人謂之苗菜。

海蒲　叢生海渚間，似莞而褊，有脊而柔。初生出水，取其中心入土，白蒻如匕柄者，生啖之甘脆。又醋浸如食筍，亦美。至夏花抱梗端，謂之蒲槌。藥之蒲黃，即花中蘜屑，細若金粉，欲開時便取之。八月，收其葉以織蓆。或曲梭之名海袋，以裹貨裝船出洋。

海藻　有二種，皆可食。馬尾藻生淺水中，細黑色。又大葉藻生深海中，葉如水藻而大，海人没水取之。五月以後，有大魚傷人，不可取也。《爾雅》：蒓，海藻是也。

長順等《光緒吉林通志》卷三三《物產上》 韭　非菁，可醃作茹。廣羣芳譜十三

馬攬《茅齋自敘》：阿骨打聚諸酋共食薤韭、野蒜、長瓜，皆鹽漬，肉或生臠，多芥蒜漬沃。《北盟會編》三

長順等《光緒吉林通志》卷三三《物產上》 苦蕒　葉似苦苣而細，斷之有白汁，花黃似菊，根葉皆可茹。此爲苦菜，即詩之荼也。同上。渠麻菜　吉林有之，然生無常地，常時多在旺地。《吉林外紀》七

灰條爲蔬甚佳，其子蒸曝取仁，可炊飯及磨粉食。《廣羣芳譜》十五

芋　味甘，蒸煮任意。土芋肉白皮黃，以灰煨熟，食之尤美。《廣羣芳譜》十六

近有海外土豆，皮淡紅色，大於中產。又高麗土豆黃白色，但其味均不甚美耳。《採訪册》

甘藷，其根似芋，大者如鵝卵，小者如雞鴨卵，剥其皮肉白如肌，蒸煮皆甜美。《廣羣芳譜》十五有紅白二種，紅者名紅藷，白者名白藷，俗呼地瓜。《本草綱目》二十七

長順等《光緒吉林通志》卷三三《物産上》 擘藍，其根比芥頭稍大，以醬醃之，脆美異常，葉可作菹或作乾菜。《廣羣芳譜》八十九

黄花菜，野生田澤，小科如薺，花黄色，一科數花，結細子，形似油菜，但味少苦，取爲羹，茹甚香美。《廣羣芳譜》十七

龍芽有二種，一曰樹龍芽，葉似椿而大，初長刺條，來年於頂上吐芽，採爲茹，其條便枯。一曰地龍芽，葉亦相似。《盛京通志》

攪瓜，形類倭瓜而小，内生筋絲，醬醃蜜漬皆宜。食時以筋攪取出之，似縷切者，同上。俗呼西葫蘆。《採訪册》

姚思勤《東河櫂歌》 梗長葉闊東門菜，壓擔挑來小雪天。鎮日青青河畔洗，阿儂辛苦手卷然。

晁補之《七述》云：杭之爲州，負海帶江，而東南美味之所聚焉。水羞陸品不待賈而足，菜則蔞蒿、茵陳、紫蕨、青蓴、韭畦芋區，茭首芹根，藤花羞盤，菊葉薦筥，薑辛薤淡，薺甘荼苦，此吾杭之菜，見稱于文士之始。周平園《二老堂雜志》云：東門菜，西門水，南門柴，北門米。蓋東門絶無民居，彌望皆菜圃也。小雪前後，人家皆買冬菜，名曰長梗白，瀕河兩岸，洗菜家家。

郭雲陞《救荒簡易書》卷一《月令・正月菜類解》 南瓜立春日種。解：南瓜，俗人呼爲倭瓜，老而切煮食之，甚能代飯充飽。李時珍《本草綱目》曰：南瓜種出南番，轉入閩浙，今燕趙諸處亦有之矣。滑縣老農、長垣老農、祥符老農皆曰：南瓜若立春日種，芒種夏至節即可食也。

筍瓜立春日種。解：筍瓜，炒食甚美，味似鮮嫩竹筍，故加以筍名。諸書俱未及收，想亦元明之時來自外國也。滑縣老農、長垣老農、祥符老農皆曰：筍瓜若立春日種，芒種夏至節即可食也。

假南瓜立春日種。解：假南瓜，亦筍瓜之類也，炒食次於筍瓜，其肉可簸成條，曬爲乾菜。滑縣老農、長垣老農、祥符老農皆曰：假南瓜若立春日種，芒種夏至節即可食也。

紅薯正月掩母種。【略】元扈先生《甘藷疏》曰：昔人云蔓菁有六利，又云柿有七絶。余續之以甘藷有十三勝，一畝收數十石，一也。色白味甘，於諸土種中，特爲夐絶，二也。益人與薯蕷同功，三也。遍地傳生，剪莖作種，今歲一莖，次年便可種數十畝，四也。枝葉附地，隨節作根，風雨不能侵損，五也。可當米穀，凶歲不能災，六也。可充籩實，七也。可以釀酒，八也。乾久收藏，屑之旋作餅餌，勝用餳蜜，九也。生熟皆可食，十也。用地少而利多，易於灌溉，十一也。春夏下種，初冬收入，枝葉種盛，草穢不容其間，但須壅土，勿用耘鋤，無妨農功，十二也。根在深土，食苗至盡，尚能復生，蟲蝗無所奈何，十三也。

馮繩祖《救貧捷法・種菜》 凡菜見霜變味，惟青菜不遇霜則味苦澀，一遇霜後，味更甘美。可曬乾菜，可腌鹹菜，亦能久留。

蘿蔔，蔬中之最有益者。生沙壤者大而甘，産瘠土者小而辣。根葉俱可食，可生、可熟、可菹、可薹、可醬、可臘、可糖，或片或絲，曬干甚佳。但須用手多搓，即有糖味。用鹽全个腌之，可以久食。子名萊服，能制面毒，下氣利膈，去痰消谷。用羊肉煮炖食，功抵人參。

姜，御濕之菜也。性老愈辛，通神明，闢邪惡，散風寒，去痰濕。留皮涼，去皮熱。生熱，熟中和，專于發散，能行津液而和榮衛。若早行山谷，取姜一片含口中，不犯霜露蒸濕及山嵐瘴氣。可以熟食、醋浸、鹽腌、糟腌、蜜煎，可蔬，可果，可調和，可入藥。冬至去皮，切厚片，鹽腌一日夜，綫串曬乾。冒寒及心悶欲吐者食少許，立止。語云：養羊種姜，本少利彊。又云：千畦姜韭，其人與千户侯等。真不可不種者也。

藕，蓮根也。其生應月月生一節，遇閏益一節，有孔、有絲，大者如臂。可生、可熟、可粉、可蔬、可果，氣味甘平，和血益氣，消食解渴。子去心殼食之，交心腎，厚腸胃。或作粥，佳。

王韜《瀛壖雜志》卷一 時逼殘年，居民皆爲度歲之需，入肆購置果實，謂之年市。家具殺菽爲宿歲之儲，新年以餉戚友，謂之年物。滬人多剔取山筍作片，曝而乾之，嫩者爲繡鞋底，至此漸漬於水，縷切之，與肉同煮，味清而腴，此他處所無也。

王韜《瀛壖雜志》卷一 蔬菜與他地略同，惟稱名稍異耳。芥菜一種細莖扁心者，名銀絲芥，亦名佛手芥，顧氏製爲菹，稱於世，味經年不變。製菹之法，寸切之匀，醯醬入煮，勿令熟，貯於甕内。越一二日啟食之，味芳烈，於酸鹹之外得别趣，真江鄉佳品也。顧其種移植他處不榮。芥子可研爲膏，螫舌芳辛，古稱芥醬。陸佃云：望梅生津，食芥墮淚。即此也。

北郭外多西人菜圃，有一種不識其名，形如油菜，而葉差巨，青翠可人，脆嫩

異常。冬時以沸水漉之，入以醯醬，即可食，味頗甘美。海昌李君壬叔酷嗜之，曰：此異方清品，非肉食者所能領略也。薤菜一種亦來自異域，莖肥葉嫩，以肉緂拌食，別有風味。每歲發芽於夏，至秋則老。按：薤菜見晉嵇含《南方草木狀》，蓋嶺表物也。

白菜爲蔬中上品，唐人所謂澗葉吳菘是也。陸佃《埤雅》云：菘性凌冬不彫，四時常見，有松之操，故曰菘。滬中冬月有一種塌地而生者，其形如盆，葉多縐紋，色深碧，名盤科菜，又名塌科菜，一經濃霜，則味甘如飴，烹食最佳，他處所無也。

羅漢菜，向惟嘉定鄉間有之，近日滬地園圃中，叢生甚衆，市上亦復盈筐挑賣。其菜於冬末春初，遍產田野間，細葉巨根，至百餘瓣，氣味辛芳，滬人醃之爲菹，雜以青果裝瓶，以貽遠客，味甚美。

史夢蘭《止園筆談》卷四 國初，平南王尚之信最嗜菘菜，凡飲饌須先一簋，烹治極精，出自愛妾茶兒之手，藩下人名菜曰茶兒菜。陳恭尹曾作歌以記之，與梁佩蘭《養馬行》同意。茶兒姓謝，以烹飪被寵，頗尚氣節，多權略。之信將爲變，茶兒調菜奠以進，中有迷藥，之信委頓不能發謀，遂伏法。

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷六〇《物產一・衡州府》 衡山出土芋，一名黃獨，可煮食。《南嶽志》唐李使君《贈僧懶殘詩》：糞火但煨黃獨美，銀鉤那識紫泥新。尚無情緒收寒涕，誰有工夫問俗人。

衡山羅漢芋，以夜半采其根，久煮乃可食，聞人聲則辛沸，又名鬼芋。《南嶽志》宋張栻《詠羅漢果詩》：黃實纍纍本自芳，西天名字著諸方。里稱勝母吾常避，珍重山僧自煮湯。朱子次韻：目勞足倦登喬嶽，吻燥腸枯到上方。從遣山僧煮羅漢，未妨分我一杯湯。

《益部方物略》：海芋高不過四五尺，葉似芋而有根幹，向見峒嵷峯寺僧所種，詢之名磨芋。幹赤葉大如茄、柯高二三尺。至秋，根下實如芋魁，磨之漉粉成膏，微作羶辛。蔬品中味猶乳酪，似是《方物略》所指。宋祁贊曰木幹芋葉是也。《瀟湘聽雨録》

李鴻章、黃彭年等光緒《畿輔通志》卷七二《輿地二七・方言》 細莧即野莧也，北人呼爲糠莧。《本草綱目・菜部》

謹案：《本草》莧實，別録一名蒉實，細莧亦同。葉如藍，十一月采。陶宏景曰莧實當是白莧所以云細莧亦同葉如藍也細莧即是糠莧食之冷利被霜乃熟故云十一月采韓保昇曰：莧凡六種，赤莧、白莧、人莧、紫莧、五色莧、馬莧也。蘇頌曰：人莧、白莧俱大寒，亦謂之糠莧，又謂之胡莧，或謂之細莧，其實一也。但大者爲白莧，小者爲人莧耳。其子霜後方熟，細而色黑。紫莧，莖葉通紫，吳人用染爪者。赤莧亦謂之花莧，莖葉深赤，根莖亦可糟藏，食之甚美，味辛。五色莧今亦稀有。細莧俗謂之野莧，猪好食之，又名猪莧。今案：糠莧柔莖細葉，生即結子，味比家莧更勝，一如李時珍所云。赤莧，《爾雅》謂之蕢，亦可食，味厚美。郝懿行謂人家種以飾園庭，不堪啖，蓋沿陶説也。

菜瓜，北方名苦瓜。《羣芳譜・蔬類》

謹案：《羣芳譜》云，蔓葉俱如甜瓜，生時，色青質脆可生食，間有苦者，亦可作豉醃菹，故名菜瓜。熟亦微甜，生秋月，大小不一，止可醃以備冬月之用。今案：苦瓜，今名醃瓜，狀如菜瓜微短，熟在立秋前，瓤微紅止可醃菹，無他用。

李鴻章、黃彭年等光緒《畿輔通志》卷七三《輿地二八・物產一》 韭，正月園有見韭。《夏小正》。菜一種，而久者謂之韭。《説文解字》。韭者，嫩人菜，以其不須歲種也。《爾雅翼》李時珍曰：北人至冬移根於土窖中，培以馬屎，暖則長，高可尺許，不見風日，其葉黃嫩，謂之韭黃，豪貴皆珍之。《本草綱目》。京師有韭黃，蓋地窖火炕中所成。《五京雜俎》。元許有壬《韭花詩》，西風吹野韭，花發滿沙陀。氣校葷蔬媚，功於肉食多。濃香誇薤柱，餘味及瓜茄。我欲收其實，歸山種澗阿。

山韭，李時珍曰：金幼孜《北征録》云，北邊雲臺戎地多野韭，沙蔥，人皆采而食之。陳藏器曰：孝文韭生塞北山谷，狀如韭，人多食之，云是後漢孝文帝所種。《本草綱目》

菘，燕趙所種者最肥，大而厚，一本有種十餘斤者，北方人多入窖內。羣芳譜極爲脆美，其細者爲箭幹白，宜鹽漬爲菹。又一種産平泉州境內者，名回回白菜。熱河志出安肅者佳，有箭幹白，四時可用。又太倉白出廣府。《雍正志》唐高適《白菜詩》：耕地桑柘間，地肥菜嘗熟。爲問葵藿資，何如廟堂肉。

黃芽菜，李時珍曰：北方多入窖內，燕京圃人又以馬糞入窖培壅，不見風日，長出苗葉，皆嫩黃色，脆美無滓，謂之黃芽，豪貴以爲佳品。《本草綱目》白菜別種，莖葉俱扁，葉緑莖白，惟心帶微黃，以初吐有黃色，故名黃芽。《羣芳譜》

葑，幽州人謂之芥。《蟲魚草木鳥獸疏》一名臛菜，其氣辛辣有介然之義，又可過冬也。羣芳譜出保定者，根肥壯，可瀹食。雍正志宋陸游《芥詩》：人生各自有貴賤，北風開時促高宴。劉伶病醒相如渴。長魚大肉何由薦。凍蟄此際價千金，不數清泉槐葉鱠。摩娑便腹一欣然，作歌聊續冰臺傳。

菠薐，一名菠斯草，出西域頗陵國，北人以爲常食，春月出臺，嫩而且美，春

暮臺漸老，沸湯晾過，曬乾備用甚佳，誠四時可用之菜也。《草芳譜本是頗陵國種，謂爲菠薐，俗呼菠菜，正二月種，可備春蔬。八九月種，可備冬乏。《南河縣志》

蕨，叢生山谷間，最爲繁茂，土人多採之，曝乾爲束，鬻於關內。今灤平縣境內有蕨菜溝，以多蕨得名。又一種似蕨而葉細者，俗名野雞膀子。《熱河志》產九華峰後。《盤山志》

椒，秉五行之精華，葉青、皮紅、花黃、膜白、子黑、氣香，最易蕃衍。同上有二，家椒、野椒，出五盆溝，七月間居人採之，醃菜味同小茴香。《盤山志》

地椒，松州上產地椒。《元一統志》李時珍曰：出北地，即蔓椒之小者，貼地生葉，形小味微辛，土人以煮羊肉，食香美。《本草綱目》元許有壬《地椒詩》：凍雨吹花紫，輕風散野香。刺沙尖葉細，敷地亂條長。楚客收成裹，奚童擷滿筐。行厨供草具，調鼎爾非良。

灰藋一名灰條菜，一名金鎖天，處處原野有之。《草芳譜》

地螺，菜名，如小螺，鹽漬可食。《熱河志》

蘿蔔，一名萊菔，一名紫花菘，處處有之，北土尤多，狀有長、圓二類，根有紅白二色，根葉皆可生、可熟、可菹、可壅、可醬、可豉、可糖、可醋、可臘、可飯。《草芳譜》

黃花菜，一名金針。雍正志一名緑蔥，盤山溝澗中處處有之。《盤山志》花未開時，嶺外土人呼爲白果肚兒，採食之，味甚美，花半開時，土人名爲枇杷抽兒，其味稍次，及花開則爲黃花菜。《口北三廳志》

豆苗菜，叢生似豆苗，山家採之作羹，極鮮美。《盤山志》

杏葉菜，形似杏葉，味甘可食。

苦益菜，似野菊，葉有浮毛，叢生溝澗中。三月間採之，煠去水，醃蒸三五次，作徽乾菜頗佳。俱同上

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《杭州糟瓜》 宋錢易《南部新書》云：余久主判户部，逐年所上貢，咸絶，但杭州進糟瓜耳。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一一《姚乾》 國朝李斗《揚州畫舫録》云：貯草坡豆腐乾，姚氏爲最，稱爲姚乾。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一三《素食中置雞汁》 近世搢紳家，素食中，往往潛入雞鶩汁，此事古亦有之。周密《齊東野語》紀阜陵事云，上居高宗喪，百日後，尚進素膳。吴夫人者，潛邸舊人也，密諭尚食内侍云，官家食素多時，甚覺清瘦，汝輩可自作商量。於是以雞汁襍之素饌中以進，上食之，覺異。詢所以然，内侍以實告。乃出吴夫人於外，内侍等罷職有差。

俞樾《茶香室叢鈔》卷一三《以麪偶爲羊豕之屬》 《北夢瑣言》：唐崔侍中安潛，崇奉釋氏，鮮茹葷血。鎮西川三年，宴諸司，以麪及蒟蒻之類，染作顏色，用象豚肩羊膀胹炙之屬，皆逼真也，時人比之梁武。

按：近人蔬食，有素雞、素鴨之類，余每笑之，謂既蔬食矣，何取乎此，乃古人則亦有然矣。

俞樾《茶香室叢鈔》卷二一《小八珍》 國朝李斗《揚州畫舫録》云：酒店之類，賣小八珍，皆不經煙火物。如春夏則燕筍、牙筍、香椿、早韭、雷菌、萵苣，秋冬則毛豆、芹菜、冬筍、醃菜，水族則鮮蝦螺蛳，牲畜則凍蹄、版鴨、鷄炸、薰鷄，皆門户家軟盤，達旦弗輟也。

按：陸放翁詩有野八珍之語，可以並傳矣。

俞樾《茶香室叢鈔》卷二一《文思豆腐》 國朝李斗《揚州畫舫録》云：枝上村天甯寺，西園下院也，僧文思居之。文思字熙甫。工詩，又善爲豆腐羹，甜漿粥，至今效其法者，謂之文思豆腐。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《五葷》 國朝沈自南《藝林彙考》引《留青日札》，道家以韭、蒜、芸薹、胡荽、薤爲五葷。《楞伽經》云：五辛，一大蒜，二茖葱，三慈葱，四蘭葱，五興渠。按：三葱似同類之物，未知其審興渠不知何物也。

又引《説略》云：《梵網經》言五辛者，一葱二薤三韭四蒜五興渠。釋慧日云：僧徒中多迷興渠，或云芸薹胡荽，或云阿魏。《浄土集》：五辛此土惟有四，闕於興渠，回至于闐，方得見之，根麤如細蔓菁根而白，其臭如蒜，彼國人種取根食。薹荽非五辛，所食無罪。按：此則佛家所禁五辛，中國止有其四，茖慈蘭三葱當即葱薤韭三物耳。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《荒年産物充飢》 宋朱弁《曲洧舊聞》云：熙甯末，浙西荒歉，杭州境内，産物如珠，可炊可飯。水産蔬如菌，可以爲菹，民賴以充飢，前此不聞也。

金武祥《赤溪雜志》卷下 市蔬入饌者，如菠、茄、芹、莧、蘿蔔、豇豆之屬，不下十餘種，而余尤嗜瓠，愛其蒼皮碧理，瑩潔如玉，可爲清供，質極鬆滑，以之合肉作羹亦受和。因於隙地種之，引蔓垂藤，緑滿壞牆敗甃間。結實時，顏蒙藥有致，固不必五石六升以致用也。余有句云：未脱朝衫思菩筍，且欣公膳有

甘瓠。

何剛德《撫郡農產攷畧》卷下《草類二》 藕，形圓有節，中多孔，色白味甘。莖葉濃緑，花有紅白二種，白者蓮藕俱蕃，紅者蓮實多而藕不茂，香味亦差。蓮乃藕花之質也。撫郡藕不如建金邑，係湘種與各屬稍別。

人事：種時須選藕節之有嫩芽者。肥料宜人髮、猪毛及人畜糞。蓮實蓄半月後收之，去其外殼暴乾，歷久不壞。燉食之，與新鮮者無異。

物用：藕百斤值錢六七百，蓮子百斤值錢二十千有奇。荷葉百斤值二三百錢，藕粉百斤值錢十千有奇，紅藕粉較賤。藕十斤率得粉一斤。荷葉、藕粉銷行較廣。

何剛德《撫郡農產攷畧》卷下《草類二》 大蒜，葉匾而長，其莖圓而白，蒜結根下，圓如大橘，味香而熱，多食傷目。一蒜數瓣，多者十餘瓣，亦有獨顆者，撫屬皆有之。

物用：苗嫩時，即掐食愈盛。拔而售之，初時一株可得一錢，種蒜一畝，可得錢二十餘千。蒜實一斤值二三十錢，郡中種蒜客，蒜種多本地種，少以留種則占地多，故恒於二三月連根拔起，客種貴時，每斤三十錢，賤二十五錢。葉可爲蔬，實可醃、可醬。生食辟暑穢之氣。可爲藥，被蠍螫者，以生蒜久磨螫處自愈。凡無名瘡毒，切蒜片以艾絨灸之，有奇效。大實并可榨油，鄉人每攙入茶油內售之。

薑，苗高尺許似箭竹，葉稍長，兩葉相對，近梢者青，近根者紫。臨川、金谿、樂安、東鄉皆有之。

物用：薑一株可長薑二斤，少亦十兩，每百斤約值錢一千二百，老薑倍之。畝田約有錢二十千，較種稻出息更厚。運售南昌各處，薑鹽醃、蜜錢、醬均宜，有做豆豉薑者，尤佳。

何剛德《撫郡農產攷畧》卷下《草類四》 莧菜，有紅莧、白莧、花莧、馬齒莧、過冬莧諸名，赤莖白葉者爲紅莧，一名金鳳花，其汁紅。莖葉皆白者爲白莧，其汁淡。花莧則葉有花紋，馬齒莧莖赤葉青，葉如馬齒。過冬莧葉粗厚逾於諸莧。莧菜味俱淡，惟紅莧差好，諸莧撫屬均有之。

物用：可爲蔬，每斤四五錢。穀貴時，以米粉和莧菜煮食之，使可果腹，亦救荒良法也。紅白莧忌用刀切，切則變味。過冬莧味較濃。馬齒莧性清涼，可治熱病，愈痢疾。

葵名鱟日花，又名錦葵，花黄色，莖葉皆青色，約高五六尺，盤大四五寸，撫屬間種之。

物用：葉嫩時可茹。以筋將花箱下浸麻油中封固，可治湯火傷。瓜子炒熟，味甘香，每斤值三四十錢。子可榨油。其稭浸水中剥皮爲縷，可織布及搓繩，又可點火照夜行。墻外門前種葵一株，可保合宅不染瘟疫及一切時症。

蕨形如鳳尾草，其幹青色。金谿縣内翠雲寺山上所出甚多。

人事：不須肥料。

物用：葉可代薪，兼可搗粉，洗澄取粉，性甚温煖。蕨粉每斤四十錢。《授時通考》莖嫩時無葉，採取以灰湯煮去涎滑，曬乾作蔬，味甘滑。肉炙甚美，薑醋拌食亦佳，荒年可救饑。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・正月》 春盤

新春日獻辛盤。雖士庶之家，亦必割雞豚，炊麪餅，而雜以生菜、青韭芽、羊角葱，冲和合菜皮，兼生食水紅蘿蔔，名曰咬春。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・二月》 時品

菠薐於風帳下過冬，經春則爲鮮赤根菜，老而碧葉尖細，則爲火焰赤根菜。同金鉤蝦米以麪包合，烙而食之，乃仲春之時品也。至若丁香紫、壽帶黄、杏花紅、梨花白，所謂萬紫千紅總是春。元鳥至，則高堂畫棟銜泥結草以居；至秋社，城村燕各將其雛於采育東土阜，名聚燕臺，呢喃竟二日而後去。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・六月》 時品

盛暑食飲，最喜清新，是以公子調冰，佳人雪藕。京師蓮實種二：内河者嫩而鮮，宜承露，食之益壽；外河堅而實，宜乾用。河藕亦種二：御河者爲果藕，外河者多菜藕。總以白蓮爲上，不但果菜皆宜，曬粉尤爲佳品也。且有鮮菱、芡實、茨菇、桃仁，冰湃下酒，鮮美無比。其蓮藕芡菱，涼水河最勝，有坊曰十里荷香。避暑山莊金蓮映日處，廣庭數畝，金蓮萬本，天下無二。茉莉花、福建蘭，摘以薰茶；六月菊、白鳳仙，俱堪浸酒；夜蘭香、晚香玉，落日香濃；勤娘子、馬纓花，平明蕊放。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・七月》 立秋雨

秋前五日爲大雨時行之候，若立秋之日得雨，則秋田暢茂，歲書大有。諺云：「騎秋一場雨，遍地出黄金。」立秋預日，陳冰瓜，蒸茄脯，煎香蓋飲，院中露一宿，新秋日闔家食飲之，謂秋後無餘暑瘧痢之疾。

陳銘珪《浮山志》卷二《浮山續記》 酥醪洞中産野薑，乾之堅實如石，齒嚼不能碎，肉黑色，氣味辛温，勝蜀薑。治中風中寒極效，故俗稱風薑。介生師謂爲仙人所種，亦名仙薑。此品舊志不載，今遠近採買之，以爲上藥，遠行者每攜以備不虞。

菘俗謂之白菜，酥醪洞所出尤佳。東坡《雨後行菜》詩：白菘類羔豚，冒土出蹯掌。余居觀中，秋末冬初，摘之供膳，竊以爲羔豚不及也。今峒氓乾之出貨於市，謂之酥醪菜，世稱珍饌。其産洞外欖溪者味稍遜，然可濫充，此亦舊志所未載者。

奚誠《耕心農話・芋》 芋一名蹲鴟，又曰土芝，有水旱數種。○詩曰：園收芋粟未全貧。古人有以蹲鴟起家者。

旱芋山地種，水芋澤田種，水芋味勝。區種法：於低田畎中，掘深三尺，長亦如之，取蚕豆箕納區中，足踐實，厚尺許，用熟糞和土，平鋪箕上，再踏足二尺許，種芋子五枚於四角及中央，覆以河泥，積水過土，勿令乾燥，相間三尺，仍前區種，蓋寬則透風，深則根大而息多。芋着人看，并畏刮鍋聲，犯之少息。在三月種者，比及炎熱，根科大旺，頻鉏其旁，秋生子葉，以土壅根，霜降捩葉，使液歸根。當心出苗者，爲芋頭。四邊側生者，爲芋子，上有芋白，擘下以滾水爆過曝乾，炒食勝蒲笋。芋充食料，又可療飢，如寒夜擁爐，食此真味，所謂煨得芋頭熟，天子不如我。且蟲蝗不能傷，故禦窮之良菜也。

奚誠《耕心農話・菰》 菰一名雕胡，又曰茭白，亦曰茭筍。

葉如蒲葦，四五月取以裹粽。中心白蕈，筆素皆用，糟食、醬食並佳。晉張翰思吴中蓴菰，即此類也。逐歲移栽，心不生黑灰，犯銕器即成野菰。清明前分秧種水田中，不用澆灌，春秋兩刈。

奚誠《耕心農話・芡實》 芡實一名雞頭。【略】○《郡志》謂黄山南蕩藕，食之無渣，他産不滿九竅，此獨過之。杭州西湖藕甘脆，匾眼者佳。高郵者，皮班黄如鍍鏽，節短壯而多漿，土人不以爲美。過江則味腴，且久藏不變。鎮江以金壇爲勝。二月起蕩取老。藕，實之糯米，煮食之。或磨漿曬乾爲粉，調食甚佳。花時採者曰花下藕，鮮食香美。清明取單葉白蓮小藕，栽淺水中，用短髮灰糞墊底，候曬乾土裂，庶水養之，則當年有花，採之蒸露，芬芳沁肺以消暑氣。蓮子亦佳菓也，鮮食清香甜嫩，曝乾爲果，有建蓮湘蓮之分。秋後摘葉用之包物，亦煩需也。

袁棟《書隱叢説》卷一三《秋風蓴菜》 太湖最饒蓴菜，吴江人往往于三四月間採食，湖濱山居者，每于秋間採食之，蓴更肥而大，曰春間不足食也。季鷹秋風之思，正謂此耳。

沈日霖《粤西瑣記・容筍》 容筍

筍出容縣者佳，予啖其乾者，已屬芳鮮嫩美，若鮮食之不知更作何味，東坡之玉版禪師，不足參也。

蔣博《盤山志》卷一五《物産》 山豆苗酸生似薇，二三月生溪澗側，出土輒垂首向下，山家采之，作羹極鮮美。廬山亦有豆苗，産豆菜坪。

傳記

李昉《太平廣記》卷一六五《鄭餘慶》 鄭餘慶，清儉有重德。一日，忽召親朋官數人會食，衆皆驚。朝僚以故相望重，皆淩晨詣之。至日高，餘慶方出，閒話移時，諸人皆枵然。餘慶呼左右曰：處分廚家，爛蒸去毛，莫拘折項。諸人相顧，以爲必蒸鵝鴨之類。逡巡，舁臺盤出，醬醋亦極香新。良久就餐，每人前下粟米飯一椀，蒸葫蘆一枚。相國餐美，諸人强進而罷。出《盧氏雜説》

林洪《山家清供》卷上《素蒸烏又云盧懷謹事》 鄭餘慶召親朋食，勑令家人曰：爛爇去毛，勿拗折項。客意鵝鴨也，良久各蒸葫蘆一枚耳。今岳倦翁珂書食品付庖者詩云：動指不須占染鼎，去毛切莫拗蒸鼈。岳勳閥閱也，而知此味異哉。

林洪《山家清供》卷上《考亭碑》 考亭先生每飲後，則以瘿菜供。瘿一出於旴江，分於建陽，一生於巖灘石上，公所供蓋建陽種，集有瘿詩可攷。峪孫嵚以沙臥瘿食其苗，云生臨汀者尤佳。

林洪《山家清供》卷上《太守羹》 染蔡遵爲吴興守，不飲郡井。齋前自種白莧紫茄以爲常餌。世之醉醲飽鮮而怠於事者，視此得無愧乎。然茄莧性俱微冷，必加芼薑爲佳耳。

林洪《山家清供》卷上《玉帶羹》 春坊趙純湖豐茅行澤雍亦在焉，論詩把酒，及夜，無可供者。湖曰：吾有鏡湖之蓴。澤曰：雍有稽山之筍，僕咲可有一杯羹矣。廼命僕作玉帶羹，以筍侶玉蓴侶帶也。是夜甚適，今猶喜其清高而愛客也。每誦忠簡公躍馬食肉付公等浮家泛宅，真吾徒之句有此耳。

紀事

張華《博物志・逸文》 伏波將軍唐資，蜀人煞薑法，先洒掃，別籠細爲三輩，盛著籠中，作沸湯没籠，著湯中，須臾取一片，横截斷，視其熟否。裏既熟，訖，便内著甕中，細擣米末以覆上，令薑不見，訖以向湯，令復沸，使相淹消息。○《御覽》九百七十七

王仁俊《經籍佚文子編・晉張華博物志佚文》 伏波將軍唐資，蜀人煞薑法，先灑掃，別籠細爲三輩，盛著籠中，作沸湯没籠，著湯中。須臾取一片，横截斷，視其熟否。裏既熟，訖，便内著甕中，細擣米末以覆上，令薑不見，訖，以向湯令復沸，使相淹消息。視甕中當自沸，沸便陰乾之。《御覽》九百七十九。

賈思勰《齊民要術》卷二《種瓜第一四》 冬瓜、越瓜【略】八月斷其梢，減其實。一本但留五六枚，多留則不成也。十月，霜足收之。早收則爛。削去皮子，於芥子醬中，或美豆醬中藏之，佳。

賈思勰《齊民要術》卷三《蔓菁第一八》 【略】其葉作菹者，料理如常法。擬作乾菜及釀人文反。菹者，醸菹者，後年正月始作耳，須留第一好菜（醲）[擬]之。其菹法列後條。

賈思勰《齊民要術》卷三《蔓菁第一八》 收根依畤法：一頃收二百載。二十載得一婢。細剉和莖飼牛羊。全擲乞猪，並得充肥，亞於大豆耳。一頃收子二百石，輸與壓油家，三量成米，此爲收粟米六百石，亦勝穀田十頃。是故漢[桓]帝詔曰：横水爲災，五穀不登，令所傷郡國，皆種蕪菁，以助民食，然此可以度凶年，救饑饉，乾而蒸食，既甜且美，自可藉口，何必饑饉。若值凶年，一頃乃活百人耳。

蒸乾蕪菁根法。作湯淨洗蕪菁根，漉著一斛瓮子中，以葦荻塞瓮裏以蔽口，合著釜上，繫甑帶，以乾牛糞然火，竟夜蒸之，爛細均熟。謹謹著牙，具類鹿尾。蒸而賣者，則收米十石也。

賈思勰《齊民要術》卷三《種胡荽第二四》 作胡荽菹法：湯中煠出之，著大瓮中，以暖鹽水經宿浸之。明日，汲水淨洗，出別器中，以鹽、酢浸之，香美不苦。亦可洗訖，作粥（津）[清]麥麩（味）[未]，如醯芥菹法，亦有一種味。作裹菹者，亦須煠去苦汁，然後乃用之矣。

賈思勰《齊民要術》卷三《種胡荽第二四》 作胡荽菹法：湯中煠出之，著大瓮中，以暖鹽水經宿浸之。明日，汲水淨洗，出別器中，以鹽、酢浸之，香美不苦。亦可洗訖，作粥（津）[清]麥麩（味）[未]，如醯芥菹法，亦有一種味。作裹菹者，亦須煠去苦汁，然後乃用之矣。

賈思勰《齊民要術》卷三《蕪菁第一七》 食經藏蕤荷法：蕤荷一石，洗，漬。以苦酒六斗，盛銅盆中，著火上，使小沸。以蕤荷稍稍投之，小萎便出，著席上令冷。下苦酒三斗，以三升鹽著中。乾梅三升，使蕤荷一行，以鹽酢澆上，緜覆盥口。二十日便可食矣。

賈思勰《齊民要術》卷五《種竹第五一》 二月，食淡竹笋，四月、五月，食苦竹笋。蒸、煮、鬻、酢，任人所好。其欲作器者，經年乃堪殺。未經年者，軟未成也。

筍：爾雅曰：笋，竹萌也。說文曰：笋，竹胎也。孫炎曰：初生竹謂之笋。詩義疏云：筍皆四月生。唯巴竹笋，八月生，盡九月，成都有之。箇，冬夏生，始數寸，可煮，以苦酒浸之，可就酒及食。又可米藏及乾，以待冬月也。【略】

竟年常有笋不絶也。

竹譜曰：棘竹笋，味淡，落人髻髮。篁、節二笋，無味。雚（頭）[頭]竹笋，肥美。菊竹笋，冬生者也。

食經曰：淡竹笋法：取笋肉五六（升）[寸]者，按鹽中一宿，出，拭鹽令盡。煮糜一斗，分五升與一升鹽相和。糜熟，須令冷，内竹笋醃糜中一日。拭之，内淡糜中，五日，可食也。

賈思勰《齊民要術》卷八《羹臛法第七六》 作胡麻羹法：用胡麻一斗，擣，煮令熟，研取汁三升。葱頭二升，米二合，煮火上。葱頭、米熟，得二升半在。

賈思勰《齊民要術》卷八《蒸魚方九切法第七十七》 蒸藕法：水和稻穰（糟）[糠]揩令淨，斫去節，與蜜灌孔（裏）[裏]使滿，漫蘇麵，封下頭，蒸。熟，除麵，寫去蜜，削去皮，以刀截，奠之。又云：夏生冬熟。雙奠亦得。

賈思勰《齊民要術》卷九《素食第八七》 食次曰：葱韮（糞）[羹]法。

下油水中煮葱韮，[五]分切，沸俱下。與胡芹、鹽、豉、研米糝，粒大如粟米。瓠羹，下油水中煮極熟，瓠體横切，厚三分，沸而下。與鹽、豉、胡芹。累奠之。

油豉，豉三合，油一升，酢五升，薑、橘皮、葱、胡芹、鹽，合和，蒸。蒸熟，更以油五升，就氣上灑之。訖，即合甑覆瀉甕中。

膏煎紫菜，以燥菜下油中煎之，可食則止。擘奠如脯。

賈思勰《齊民要術》卷九《素食第八七》 蜜薑，生薑一斤，淨洗，刮去皮，竿子切，不患長，大如細漆箸。以水二升，煮令沸，去沫。與蜜二升煮，復令沸，更去沫。椀子盛，合汁減半奠，用箸二人共。無生薑，用乾薑，法如前，（淮）[唯]切欲極細。

魚瓜瓠法：冬瓜、越瓜瓠，用毛未脫者，毛脫即堅。漢瓜用極大饒肉者，皆削去皮，作方臠，廣一寸，長三寸。油亦好。特宜菘菜。蕪菁、肥葵、韭等皆得。蘇油、宜大用菟菜。細擘葱白，葱白欲得多於菜，無葱，薤白代之。渾豉、白鹽、椒末先布菜於銅鐺底，次肉，無肉以蘇油代之。次瓜、次瓠、次葱白、鹽、豉、椒末，如是次第重布，向滿爲限。少下水，僅令相淹漬。魚令熟。

又魚漢瓜法：直以香醬、葱白、麻油魚之，勿下水亦好。

魚菌其殞反。法：菌，一名地雞，口未開，肉外全白者佳，其口開裏黑者，臭不堪食。其多取欲經冬者，收取，鹽汁洗去土，蒸令氣餾，下著屋北陰（中）[乾]之。當時隨食者，取即湯爆去腥氣，擘破。先細切葱白，和麻油，蘇亦好。熬令香，復多擘葱白、渾豉、鹽、樹末，與菌俱下，魚之。宜肥羊肉，雞、豬肉亦得。肉魚者，不須蘇油。肉亦先熟煑，（蘇）[薄]切，重重布之，如魚瓜瓠法，唯不著菜也。魚瓜瓠、菌，雖有肉素兩法，然此物多充素食，故附素條中。

魚茄子法：用子未成者，子成則不好也。以竹刀骨刀四破之，用鐵則渝黑。湯爆去腥氣。細切葱白，熬油令香，蘇彌好。香醬清，擘葱白，與茄子俱下，魚令熟，下樹薑末。

賈思勰《齊民要術》卷九《作菹藏生菜法第八八》 作酢菹法：三石甕，用米一斗，擣，攪取汁三升，煑滓作三升粥。令肉菜甕中，輒以生漬汁及粥灌之。一宿，以青蒿、薤白各一行，作麻沸湯澆之，便成。

賈思勰《齊民要術》卷九《作菹藏生菜法第八八》 葵、菘、蕪菁、蜀芥鹹菹法：收菜時，即擇取好者，菅蒲束之。作鹽水，令極鹹，於鹽水中洗菜，即內甕中。若先用淡水洗者，菹爛。其洗菜鹽水，澄取清者，瀉著甕中，令沒菜把即止，不復調和。菹色仍青，以水洗去鹹汁，煮爲茹，與生菜不殊。其蕪菁、蜀芥二種，三日抒出之。粉黍米，作粥清，擣麥麩作末，絹篩。布菜一行，以麩末薄坌之，即下熱粥清。重重如此，以滿甕爲限。其布菜法，每行必莖葉顛倒安之。舊鹽汁還瀉甕中，菹色黃而味美。作淡菹，用黍米粥清，及麥麩末，味亦勝。

作湯菹法：菘菜佳，蕪菁亦得。收好菜，擇訖，即於熱湯中爆出之。若菜巴萎者，水洗。（混）[漉]出，經宿生之，然後湯爆。爆訖，冷水中濯之，鹽、醋中，熬胡麻油著，香而且脆。多作者，亦得至春不敗。

薤菹法：菹，菜也。一曰：菹不切曰薤菹。用乾蔓菁，正月中作。以熱湯浸菜，令柔軟，解辨，擇治，淨洗。沸湯爆，即出，於水中淨洗，復作鹽水（斬）[暫]度，出著箔上。經宿，菜色生好。粉黍米粥清，亦用絹篩麥麩末，澆菹布菜，如前法，然後粥清不用大熱。其汁纔令相淹，不用過多。泥頭七日，便熟。菹甕以穰茹之，如釀酒法。

作卒菹法：以酢漿煑葵菜，擘之，下酢，即成菹矣。

藏生菜法：九月、十月中，於牆南日陽中（稻）[掘]作坑，深四五（赤）[尺]。取雜菜，種別布之，一行菜，一行土，去坎一（赤）[尺]許便止。以穰厚覆之，得經冬。須即取，粲然與夏菜不殊。

食經作葵菹法：擇燥葵五斛，鹽二斗，水五斗，大麥乾飯四（升）[斗]，合瀨。案葵一行，鹽、飯一行，清水澆滿。七日黃，便成矣。

作菘鹹菹法：水四斗，鹽三升，攪之，令殺菜。又法：菘一行，女麴間之。

蒲菹：《詩義疏》曰：蒲，深蒲也。《周禮》以爲菹。謂菹始生，取其中心入地者，蘘大如匕柄，正白，生噉之，甘脆。又煑，以苦酒（受）[浸]之，如食筍法，大美。今吳人以爲菹，又以爲酢。

世人作葵菹不好，皆由葵大脆故也。十日種之。使葵至藏，皆欲生花乃佳耳。葵經十朝（若）[苦]霜，乃采之。秫米爲飯，令冷。取葵著甕中，以向飯沃之。欲令色黃，煑小麥時時糝桑葚反之。

崔寔曰：九月，作葵菹。其歲溫，即待十月。

食經曰：藏瓜法：取白米一斗，鹽中熬之，以作麨。下鹽，使鹹淡適口，調寒熱。熟拭瓜，以投其中，密塗甕。此蜀人方，美好。又法：取小瓜百枚，豉五升，鹽三升。破去瓜子，以鹽布瓜片中，次著甕中，綿其口。三日豉氣盡，可食之。

食經藏越瓜法：糟一斗，鹽三升，淹瓜三宿。出以布拭之，復淹如此。凡瓜欲得完，慎勿傷，傷便爛，以布囊就取之佳。豫章郡人晚種越瓜，所以味亦異。

食經藏梅瓜法：先取霜下老白冬瓜，削去皮，取肉方正薄切如手板。細施灰，羅瓜著上，復以灰覆之。煑（杭）[杭]皮、烏梅汁著器中。細切瓜，令方三分，長二寸，熟燥之，以投梅汁。數日可食，以醋石榴子著中，並佳也。

食經曰：樂安令徐肅藏瓜法：取越瓜細者，不操拭，勿使近水，鹽之令鹹。十日許，出拭之，小陰乾嫗之，仍內著盆中。作和法，以三升赤小豆，三升秫米，並炒之，令黃，合舂，以三斗好酒解之。以瓜投中，密塗，乃經年不敗。

崔寔曰：大暑後六日，可藏瓜。

賈思勰《齊民要術》卷九《作菹藏生菜法第八》 釀瓜菹酒法：秫稻米一石，麥麴成剉隆隆二斗，女麴成剉平一斗。釀法，須消化，復以五升米酘之，消化，復以五升米酘之。再酘酒熟，則用，不迮出。瓜，鹽揩，日中曝令皺，鹽和暴糟中停三宿，度內女麴酒中爲佳。

瓜菹法：採越瓜，刀子割，摘取，勿令傷皮。鹽揩數徧，日曝令皺。先取四月白酒糟鹽和，藏之。數日，又過著大酒糟中，唯久佳。又云：不入白酒糟亦得。又云：大酒接出清，用醅，若一石，與鹽三升，女麴三升，蜜三升。女麴曝令燥，手拃令解，渾用。女麴者，麥黃衣也。又云：瓜淨洗，令燥，鹽揩之。以鹽和酒糟，令有鹽味，不須多，合藏之，密泥甌口。軟而黃，便可食。大者六破，小者四破，五寸斷之，廣狹盡瓜之形。又云：長四寸，廣一寸。仰奠四片。瓜用小而直者，不可用(貯)[嗢]。

瓜芥菹：用冬瓜，切長三寸，廣一寸，厚二分。芥子，少與葫芦子，合熟研，去滓，與好酢，鹽之，下瓜。唯久益佳也。

湯菹法：用少(葱)[菘]、蕪菁，去根，暫經湯沸，及熱與鹽、酢。渾長者，依杯截。與酢，并和葉汁，不爾(火)[太]酢。滿奠之。

苦笋紫菜菹法：笋去皮，三寸斷之，細縷切之，小者手捉小頭，刀削大頭，唯細薄，隨置水中。削訖，漉出，細切紫菜和之。與鹽、酢、乳。用半奠。紫菜，冷水漬，少久自解。但洗時勿用湯，湯洗則失味矣。

竹菜菹法：菜生竹林下，似芹，科大而莖葉細，生極穊。淨洗，暫經沸湯，速出，下冷水中，即搦去水，細切。又胡芹、小蒜，亦暫經沸湯，細切，和之。與鹽、醋。半奠。春用至四月。

蕺菹法：蕺去土、毛、黑惡者，不洗，暫經沸湯即出。多少與鹽。一升，以暖米清瀋汁淨洗之，及暖即出，漉下鹽、酢中。若不及熱，則赤懷之。又湯撩葱白，即入冷水，漉出，置蕺中，並寸切，用米。若椀于奠，去蕺節，料理接奠，各在一邊，令滿。

菘根橘菹法：菘淨洗徧體，須長切，方如箅子，長三寸許。束根，入沸湯，小停出，及熱與鹽、酢。細縷切橘皮和之，料理，半奠之。

熯呼幹反菹法：淨洗，縷切三寸長許，束爲小把，大如筆簟。暫經沸湯，速出之，及熱與鹽、酢，上加胡芹子與之。料理令直，滿奠之。

胡芹、小蒜菹法：並暫經小沸湯出，下冷水中，出之。胡芹細切，小蒜寸切，與鹽、酢。分半奠，青白各在一邊。若不各在一邊，不即入於水中，則黃壞。滿奠。

菘根蘿蔔菹法：淨洗通體，細切長縷，束爲把，大如十張紙卷。暫經沸湯即出，多與鹽。二升暖湯合把手按之。又細縷切，暫經沸湯，與橘皮和，及暖與則黃壞。料理滿奠。煴菘、葱、蕪菁根悉可用。

紫菜菹法：取紫菜，冷水漬令釋，與葱菹合盛，各在一邊，與鹽、酢，滿奠。

蜜薑法：用生薑，淨洗，削治，十月酒糟中藏之。泥頭十日，熟。出，水洗，絞去汁，即下杭汁，令小暖。經宿，漉出。煑一升烏梅，與水二升，取一升餘，出梅，令汁清澄。與蜜三升，杭汁三升，生橘二十枚，去皮核取汁，復和之，合煑兩沸，去上沫，清澄令冷。內瓜訖，與石榴酸者、懸鉤子、廉薑屑。石榴、懸鉤，一杯可下十度。嘗看，若不大澀，杭子汁至一升。又云烏梅漬汁淘奠。石榴、懸鉤，一奠不過五六。(度)[煮]熟，去蠹皮。杭一升，與水三升，煑取升半，澄清。

木耳菹：取棗、桑、榆、柳樹邊生猶軟濕者，乾即不中用，柞木耳亦得。煑五沸，去腥汁，出置冷水中，淨洮。又著酢漿水中，洗出，細縷切。訖，胡荽、葱白、少著，取香而已。下豉汁、醬清及酢，調和適口，下薑、樹末。甚滑美。

蘘菹法：毛詩曰：薄言采芑。毛云：菜也。詩義疏曰：蘘似苦菜，莖青，摘去葉，白汁出，甘(脆)[脆]可食，亦可爲茹。青州謂之芑。西河、鴈門蘘尤美，時人戀戀，不能出塞。

蕨，《爾雅》云：蕨，鼈。郭璞注云：初生無葉，可食。《廣雅》曰：紫蘇，非也。諸義疏曰：蕨，山菜也，初生似蒜，莖紫黑色。二月中，高八九寸，老有葉，三月中，其端散爲三(秋)[枝]，枝有數葉，葉似青蒿，長麤堅强，不可食。周秦曰蕨，齊魯曰鼈，亦謂蕨。又澆之。

食經曰：藏蕨法：先洗蕨，杷著器中，蕨一行，鹽一行，薄粥沃之。一法，以薄灰淹之，一宿出，蟹眼湯瀹之。出煏，內糟中，可至蕨時。

蕨菹：取蕨，暫經湯出，小蒜亦然。令細切，與鹽、酢。又云：蒜、蕨俱寸切之。

荇字或作莕。：《爾雅》曰：莕，接余。其葉荇。郭璞注曰：叢生水中，葉圓，在莖端，長短隨水深淺。江東蒩食之。《毛詩・周南》國風曰：參差荇菜，左右流之。毛注云：接余也。詩義疏曰：接余，其（葉）[莖]白，（莖）[葉]紫赤，正圓，徑寸餘，浮在水上，根在水底。莖與水深淺等，大如釵股，上青下白，以苦酒浸之爲菹，脆美，可案酒。其（華）[華]爲蒲黃色。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《土瓜》 《爾雅》云：菲，芴。注曰：即土瓜也。《本草》云：王瓜，一名土瓜。衛詩曰：采葑采菲，無以下體。毛云：菲，芴也。義疏云：菲，似蕪，莖麤，（葉）[莖]厚而長，有毛。三月中，蒸爲（茹）[茹]，滑美，亦可作羹。《爾雅》謂之蒠菜。郭璞注云：菲草，生下濕地，似蕪菁，華紫赤色，可食。今河內謂之宿菜。

韓鄂《四時纂要》卷二《春令・二月》 乾菜脯，枸杞、甘草、牛膝、車前、五茄、當陸、合歡、決明、槐芽，並堪入用，爛蒸碎搗，入椒醬，脫作餅子，多作以備一年。

韓鄂《四時纂要》卷四《秋令・八月》 作諸粉。藕不限多小，淨洗，搗取濃汁，生布濾澄取粉。芡蓮、鳧茈、澤瀉、葛、蕨蘘、茯苓、署藥、百合，並皆去黑。逐色各搗，水浸澄，取爲粉。已上當服，補益去疾，不可名言，又不妨備厨饌，悉宜留意。

段公路《北户録》卷二《食目》 老鹹薑。採老菜以鮓和塩藏之，一如常法。有入蕉心者，其瓮埋於池塘間，至三年，菜色如金，土人所重。

曾慥《類説》卷五四《玉堂閒話》

芋墻

閣皂山一寺僧甚專力種芋，歲收極多，杵之如泥，造塹爲牆。後遇大飢，獨此寺四十餘僧食芋塹以度凶歲。

陶穀《清異録》卷上《翰林蘘》 右補闕崔從授余翰林蘘法，每用時菜五七種，擇去老壽者，細長破之，入湯。審硬軟作汁，量淺深，慎啟閉，時檢察。待其玉潔而芳香則熟矣。若欲食，先煉雍州酥，次下乾薑及鹽花。冬春用熟筍，夏秋用生藕，亦刀破，令形與薑同。既熟，攪於羹中，極清美。盧質在翰林躬爲之。

陶穀《清異録》卷上《胡麻自然汁》 羹薑寸截，連汁置潔器中，煉胡麻自然汁投之。更入白鹽，搗薑攪勻，潑淡湯餅。此乃餘杭壽禪師法，非事佛者，加煉熟蔥韭，益佳。

李昉《太平廣記》卷四八三《芋羹》 百越人好食蝦蟆，凡有筵會，斯爲上味。先于釜中置冰，次下小芋烹之。候湯沸如魚眼，即下其蛙，乃一一捧芋而熟。如此呼爲抱芋羹。又或先于湯內安笋筍，後投蛙，及進于筵上，皆執笋筍，瞪目張口。而座客有戲之曰：賣燈心者。又云，介皮者最佳，擲于沸湯，即躍出，其皮自脱矣。皮既脱，乃可以修饌。時有一叟聞茲語，大以爲不可，云：切不得除此錦襖子，其味絶珍。聞之者莫不大笑。出《南楚新聞》

贊寧《筍譜・三之食》 李績《本草》云：竹筍味甘無毒，主消渴，利水道，益氣，可久食。又陳藏器云：諸筍皆發冷血及氣，不如苦筍不發病。今詳諸説皆冷，久食亦發風，苦筍冷毒尤甚。陳説非也，以親驗爲證。諸筍以豉汁漬之，能解酒毒。又《本草》云：淡竹葉味辛平，大寒，主胃中痰熱，欬逆上氣。又葦竹吹苦竹，淡竹甘竹葉。又實中竹並以筍爲佳，是知筍食去前病，當葉根茹一半明矣。若丹石熱渴，煮淡竹根汁以療之，筍汁亦可除丹砂毒。噦嘔逆氣鬼氣，可取筍中酒服之。謂糟中筍，節中水也，最止小兒嘔吐。又食簨柱等筍，或中簨柱之刺毒發，唯草犀根能療之。草犀解諸毒、生嶺南及睦婺洪饒間，生苗高二三尺，獨莖對葉，根如細辛，生研服之，以功如犀，故名草犀。陳藏器云也，次則麻油薑皆殺筍毒，凡食筍之要，譬若治藥，脩練得門則益人，反是則損。採筍之法，可避露，日出後掘深土取之，半折取鞭根，旋得投密竹器中，以油單覆之，勿令見風，風吹旋堅，以巾紛拭土，又不宜見水，含殼沸湯瀹之，煮宜久。

按：煮筍實可一周時已熟，或見生水還，重煮一周時。

驗知筍不可生，生必損人，苦筍最宜久，甘筍出湯後去殼，澄煮筍汁爲羹，茹味全加美，然後始可與語爲食筍者矣，此外不足算也。

不然蒸取美味，全塘灰中煨後，入五味尤佳。

採筍一日曰蕎，二日曰笋，見風則觸本堅，入水則浸肉硬，脱殼煮則失味，生著刃則失柔。採而停久非鮮也，盛而苦風非藏也，揀之脱殼非治也，淨之入水非洗也，蒸煮不久非食也。筍萌之味或甘或苦，甘則脾藏食，苦則肝藏食，原其本性實酸，蓋本性也。食甘多則損脾而逆胃何耶。竹實少陽之氣，終剋於脾土也。食苦多則補肝而助膽何耶，與肝同類木也，二味都利大小腸。

民間有煮苦筍方入，出水自貽，伊毒竹肉一周時，臨熟爲水濺食，可以皮膚爆裂。苦筍與竹實同氣，而降一等也。

一説滑利大腸，無益於肺也，俗或謂之刮腸篦是也。凡物過度而食，益少而

損多，豈止筍耶。殺筍之毒，吳蜀薑麻油如竹叢，欲敗以油滓沃，明年則凋踈矣。
菹法，《周禮》云如豆之實，筍菹魚醢。注：筍，箭萌，筍竹萌。今詳鄭注。不言
菹法，如南人筍筍是也。此久藏法，鹽出水後，加鹽，糯米粥藏，可以過暑月，到
無筍時食。暴藏或鹽酢而已，如蒲菹亦爾，古加于豆籩中，以享賓客，用薦鬼
神也。

鮓法，煮用鹽米粥藏之，加以椒辛物，或炒熟油藏爲醢，食極美矣。

藏法，《食經》云：淡竹安鹽中一宿，煮糠令冷，藏之再出，別煮糠加鹽藏
之，五日可食。

生藏法，將陶器一口可受一石者，選肥筍覆之，密泥塞之，勿令風入，到無筍
時揭器，則宛轉器中，取其弱處剪之，勿令見風。入湯便瀹後方脫皮，一將筍截
其尖銳，用鹽湯煮之，停冷入瓶，用前冷鹽湯同封瓶口令密。後沉於井底，至九
月井水暖，早取出如生，可五味治之而食。

乾法，將大筍生去尖銳，頭中折之，多鹽漬停久，曝乾。用時久浸易水，而漬
作羹如新筍也。

脯法，作熟脯，搥碎薑酢漬之，火焙燥後，盎中藏，無令風犯。

會稽箭筍乾法，多將小筍蒸後，以塩酢焙乾，凡筍宜蒸味全，今越箭乾爲美
啖也。

結筍乾法，秦隴已來出筍纖長，土人用土塩塩乾結之，市于山東道，浸而爲
臛菜，甚美。

取麻法，南方作踈作扇作鞋，取篁竹麻竹，當其正月新竹上表獨是，筍下已
成竹逐節斷，重重起，已入湯煮柔韌，作績纖，踈作鞋，隨意可也。

陶宗儀《説郛》卷七〇僧贊寧《笋譜》 麻油薑皆殺笋毒，凡食笋之要，譬若
治藥修鍊得法則益人，反是則損。採之法，可避露，日出後，掘深土取之，半折取
鞭根，旋得投密竹器中，以油單覆之，勿令見風，風吹旋堅。以巾紛拭土，又不宜
見水，含殼沸湯瀹之，煎宜久，生必損人。苦笋最宜久，甘笋出湯後去殼澄，煮笋
汁爲羹茹，味全嘉美。不然蒸最美味全。爐灰中煨後，入五味尤佳。

採笋一日曰篤，二日曰笴，見風則觸，本堅入水則侵，肉硬。脱殼煮則失味，
生著刃則失柔。採而停久非鮮也，盛而苦風非藏也。揀之脱殼，非治也，浄之入
水非洗也，蒸煮不久非食也。如此，然後可以語食笋矣。此外不足筭也。

笋一名萌，一名籜竹，一名竹胎，一名竹牙，一名茁，一名初篁。笋，

竹牙也，名有數種，各以時而生，而其滋味亦各有不同者，然皆鮮而嫩者爲佳，日
乾甚耐久藏。野人致滋味煮，或藏以備，蔬食尤妙者也。

宋祁《益部方物略記》 植根水中，端若串珠，皿而瀹之，可代蔬。
右真珠菜，戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖蔓，首貫珠，蜀人以蜜煠食之，或以醢
煮，可行數千里不腐也。

蘇軾《物類相感志・蔬菜》 笋候出之時，去老嫩兩頭，於湯中煮熟，取出令
乾，入新瓶中實按之，用淺盆中盛鹽酒寸許，將笋瓶口覆蓋酒盆上，至冷取出用。
然後曝乾入甕瓶，謂之釀也。

李石《續博物志》卷七 作乾薑法：水淹三日，畢，置流水中六日，更去皮，
此三度，苦酒浸一宿，爲末。日服方寸匕，令人不老。

李石《續博物志》卷一〇 冬瓜仁七升，以絹袋盛之，投三沸湯中，暴乾。如
其陰陽也。陰煉秋石法，余昔有之，沈暘所傳是也。大豆卷法，大豆於壬癸日浸
井華水中，候豆生芽，取皮作湯使之。

王鞏《隨手雜録》 又教馮[悦]以陰煉秋石。以大豆卷濃煎湯下遂悉平和

莊綽《雞肋編》卷上 余嘗行役，元日至鄧州順陽縣，家家閉户，無所得食。
令僕叩門糴米，其家輒叫怒，謂驚其家親。卒不得。賴蔓菁根有大數斤者，煮之
甘軟，遂以充腸。

朱勝非《紺珠集》卷五《荆楚歲時記》 七種菜，正旦以七日謂人日，採七種
菜作羹。

孟元老《東京夢華録》卷九《立冬》 是月立冬前五日，西御園進冬菜。京師
地寒，冬月無蔬菜，上至宫禁，下及民間，一時收藏，以充一冬食用。于是車載馬
駝，充塞道路。時物：姜豉、剉子、紅絲、末臟、鵝梨、榅桲、蛤蜊、螃蟹。

林洪《山家清供》卷上《碧澗羹》 芹，楚菜也，又名水英，有二種，荻芹取根，
赤芹取葉與莖，俱可食。二月三月作羹時，採之洗浄，入湯焯過取出，以苦酒研
芝蘇，入鹽少許，與茴香漬之，可作菹。惟瀹而羹之者，既清而馨，猶碧澗然，故
杜甫有青芹碧澗羹之句。或者芹微草也，杜甫何取焉，而誦詠之不暇不思，野人
持此猶欲以獻於君者乎。

林洪《山家清供》卷上《苜蓿盤》 開元中，東宫官寮清淡，薛令之爲左庶子，
以詩自悼曰：朝日上團團，照見先生盤。盤中何所有，苜蓿長欄干。飯澁匙難
滑，羹稀箸易寬。以此謀朝夕，何由保歲寒。上幸東宫，因題其旁曰：若嫌松桂

寒，任逐桑榆暖之句。令之皇恐歸，每誦此未知爲何物。偶同宋雪巖伯仁訪鄭禁野翰見所種者，因得其種并法，其葉緑紫，色而灰，長或丈餘，採用湯焯油炒，薑鹽隨意，作羹茹之，皆爲風味。本不惡，令之何爲厭苦如此。東宮官僚當極一時之選，而唐世諸賢見於篇什，皆爲左遷令之寄思，恐不在此盤。寘僚之選至起食無餘之嘆，上之人乃諷以去吁薄矣。

林洪《山家清供》卷上《傍林鮮》 夏初林筍盛時，掃葉就竹邊煨熟，其味甚鮮，名曰傍林鮮。文與可守臨川，正與家人煨笋午飯，忽得東坡書詩云：想見清貧饞太守，渭川千畝在胷中。不覺噴飯滿案，想作此供也。大凡笋貴甘鮮，不當與肉爲友。今俗庖多雜以肉，不纔有小人便壞，君子若對。此君成大嚼，世間那有揚州鶴，東坡之意微矣。

林洪《山家清供》卷上《博金煑玉》 筍出鮮嫩者，以料物和薄麵，拖油煎煿熟，其味甚如黄金色，甘脆可愛。舊遊莫干，訪霍如菴正夫延早供，以笋切作方片，和白米煮粥佳甚。因戲之曰：此法製，惜氣也。濟顛《筍疏》云：拖油盤内煿黄金，和米鐺中煑白玉。二句兼得之矣。霍北司貴分也，乃甘山林之味異哉。

林洪《山家清供》卷上《柳葉韭》 杜詩夜雨剪春韭，世多誤爲剪之於畦，不知剪字極有理，蓋於爇時，必先齊其本，如烹薤圓齊王箸頭之意。乃以左手持其末，以其本竪湯内少煎，其末棄其觸也。只爇其本，帶性投冷水中，取出之甚脆，然必竹刀截之。韭菜嫩者，用薑絲醬油滴醋拌食，能利小水治淋閉。

林洪《山家清供》卷上《元脩菜》 東坡有故人巢元脩菜詩，云每讀豆莢圓而小，槐芽細而豐之句。未嘗不實搜畦隴間，必求其是。時詢諸老圃亦罕能道者。一日永嘉鄭文干歸自蜀過梅邊，有叩之，荅曰蚕豆也，即彎豆也。蜀人謂之巢菜，苗葉嫩時可採以爲茹。擇洗，用真麻油熟炒，乃下鹽醬煮之。春盡苗葉老則不可食，坡所謂點酒下鹽豉，縷橙芼薑葱者，正庖法也。君子耻一物不知，必游歷久遠而後見聞傳。讀坡詩二十年，一日得之喜可知矣。

林洪《山家清供》卷上《蒿蓼菜　蒿魚羹》 舊客江西林山房書院，春時多食此菜。嫩莖去葉湯焯，用油鹽苦酒沃之爲茹，或加以肉燥，香脆良可愛。後歸京師，春蒭思之。偶與李竹埜制機伯恭隣，以其江西人，因問之。李云《廣雅》名菱，生下田，江西用以羹魚。陸疏云：葉似艾白色，可蒸爲茹。即《漢廣》言茹即刈，其蒌之矣。山谷詩云：蓼蒿數筋玉簪横。及證以詩註果然。李乃怡軒之子，嘗從西山問宏詞法，多識草木宜矣。

極可愛，飯後得之，醍醐甘露未易及此。詢庖者，止用菜與蘆蔑細切，以井水煮之，爛爲度，初無他法。後讀東坡詩，亦只用蔓青菜蔑而已。詩云：誰知南嶽老，解作東坡羹。中有蘆蔑根，尚含曉露清。勿語貴公子，從渠嗜膻腥。以此可想二公之嗜好矣，今江西多用此法者。

林洪《山家清供》卷上《沆瀣漿》 雪夜張一齋飲客，酒酣，簿書，何君時峯出，沆瀣漿一瓢。與客分飲不覺酒，客爲之洒然。客問其法，謂得水禁苑，止用甘蔗、白蘿蔔各切方塊，以水爛煮而已。蓋蔗能化酒，蘿蔔能消食也。酒後得此，其益可知也。《楚辭》有蔗漿，恐只此也。

林洪《山家清供》卷下《通神餅》 薑薄切，葱細切，以鹽湯焯，和白糖白麪，庶不太辣。入香油少許爇之，能去寒氣。朱晦翁論語注云：薑通神明。故名之。

林洪《山家清供》卷下《山家三脆》 嫩笋、小筍、枸杞頭入鹽湯焯熟，同香熟油、胡椒鹽各少許，醬油滴醋拌食。趙竹溪蚤夫酷嗜此，或作湯餅以奉親，名三脆麪。嘗有詩云：笋筍初萌杞採纖，燃松自煮供親嚴。人間玉食何曾鄙，自是山林滋味甜。章亦名募

林洪《山家清供》卷下《如齊菜》 劉彝學士宴集間，必欲主人設苦賣。狄武襄公青帥過時，邊郡難以時置。一日集彝與韓魏公對坐，偶此菜不設，謾罵狄分至黥卒。狄聲色不動，仍以先生呼之。魏公知狄真將相器也。詩云：誰爲茶苦劉可謂。甘之如齊者，其法用醯醬獨拌生菜，然作羹則加之薑鹽而已。《禮記》孟夏苦菜秀是也。《本草》一名荼，安心益氣，隱居作屑飲不可寐。今交廣多種之。

林洪《山家清供》卷下《假煎肉》 瓠與麩薄切，各和以料煎，麩以油浸煎，瓠以肉脂煎，加葱椒油酒共炒。瓠與麩不惟如肉，其味亦無辨者，吴何鑄宴客或出此。吴中貴家而喜與山林朋友嗜此清味，賢矣。

林洪《山家清供》卷下《鶯黄荳生》 温陵人前中元數日，以水浸黑荳，曝之及芽，以糠粃實盆中，鋪沙植荳，用板壓。及長則覆以桶，曉則曬之，欲其齊而不爲風日損也。中元則陳於祖宗之前，越三日出之，洗焯以油鹽苦酒香料可爲茹，卷以麻餅尤佳。色淺黄，名鶯黄荳生。僕遊江淮二十秋，每因以起松楸之念，將賦歸以償，此一大願也。

林洪《山家清供》卷下《滿山香》 陳習菴填學圃詩云：只教人種菜，莫悞客看花。可謂重本而知山林味矣。僕春日渡湖訪雪獨菴，遂留飲供春盤，偶得詩云：教童收取春盤去，城市如今菜色多。非薄菜也，以其有所感而不忍下箸也。薛曰：昔人讚菜有云，可使士大夫知此味，不可使斯民有此色。詩與文雖不同，而愛菜之意無以異。一日山妻煮油菜羹，自以爲佳品。偶鄭渭濱師吕至供之，乃曰：予有一方爲獻，只用蒔蘿茴香薑椒爲末，貯以葫蘆，候煮菜少沸，乃與熟油醬同下，急覆之而滿山已香矣。試之，果然名滿山香。比聞湯將軍孝信嗜盒菜，不用水只以油炒，候得汁出，和以醬料盒熟，自謂香品過於禁臠。湯武士也而不嗜殺，異哉。

林洪《山家清供》卷下《酒煮玉蕈》 鮮蕈淨洗，約水煮少熟，乃以好酒煮，或佐以臨漳緑竹笋，尤佳。施雲隱樞玉蕈詩云：幸從腐木出，取被齒牙和。真有山林味，難教世俗知。香痕浮玉葉，生意滿瑶枝。饕腹何多幸，相州獨有詩。今後苑多用酥炙，其風味猶不淺也。

林洪《山家清供》卷下《鴨脚羹》 葵似今蜀葵，叢短而葉大以傾陽，故性温。其法與羹菜同，《豳風》六月所烹者是也。採之不傷其根則復生。古詩故有採葵莫傷根，傷根葵不生之句。昔公儀休相魯，其妻植葵，見而拔之，曰食君之禄，而與民爭利可乎。今之賣餅貨醬，貿錢市藥，皆食禄者，又不止植葵，小民豈可活哉。白居易詩云：禄米盧牙稻，園蔬島脚羹。因名。

林洪《山家清供》卷下《石榴粉銀絲羹附》 藕截細塊，砂器内擦稍圓，用梅水同胭脂染色，調菉豆粉拌之，入雞汁煮，宛如石榴子狀。又用熟笋細絲，亦和以粉煮，名銀絲羹。此二法恐相因而成之者，故併存。

林洪《山家清供》卷下《鬆玉》 文惠太子問周顒曰：何菜爲最。顒曰：春初早韭，秋末晚菘。然菘有三種，惟白於玉者甚鬆脆，如色稍青者絶無風味。因侈其白者曰鬆玉，亦欲世人知有所取擇也。

林洪《山家清供》卷下《東坡荳腐》 荳腐葱油煎，用研槌子一二十枚，和醬料同煮。又方純以酒煮，俱有益也。

林洪《山家清供》卷下《自愛淘》 炒葱油用純滴醋和糖醬作鏧，或加以荳腐及乳餅，候麵熟過水，作茵供食，真一補藥也。食須下熨麵湯一杯。

林洪《山家清供》卷下《脆琅玕》 萵苣去葉皮寸切，瀹以沸湯，搗薑鹽熟油醋拌漬之，頗甘脆。杜甫種此旬不甲拆，且難君子脱微禄。轗軻不進，猶芝蘭困荆杞。以是知詩人非有口腹之奉，寔有感而作也。

林洪《山家清供》卷下《牛旁脯》 孟冬後，採根净洗，去皮煮，每令失之過。搥扁壓乾，以鹽醬茴蘿薑椒熟油諸料，研泡一兩宿，焙乾食之，如肉脯之味。苟與蓮脯同法。

林洪《山家清供》卷下《不寒蘆》 法用極清麵湯，截菘菜和薑椒茴蘿，欲極熟，則以一杯元蘆和之，又入梅英一掬，名梅花蘆。

林洪《山家清供》卷下《素醒酒冰》 米泔浸瓊芝菜，曝以日頻攪，候白，洗搗爛，熟煮取出，投梅花十數瓣，候凍，姜橙爲鯁蘆供。

林洪《山家清供》卷下《豆黄簽》 豆麵細茵，曝乾藏之，青芥菜心同煮爲佳。第此二品，獨泉有之，如止用他菜及醬汁亦可，惟欠風韻耳。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷四《人日》 人日以七種菜爲羹。

《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 爛蒸葫蘆。唐盧懷慎爲相清儉，召客食曰爛蒸去毛，莫拗折項，疑鵝鴨。已而下栗米飯一器及盛葫蘆一枚。《盧氏雜録》

楊萬里《誠齋集》卷二八《記張定叟煮筍經》 江西貓笋未出尖，雪中土膏養新甜。先生别得煮笋法，丁寧勿用醯與鹽。巖下清泉須旋汲，煞出霜根生蜜汁。寒芽嚼作冰片聲，餘瀝仍和月光吸。菘羔楮雞浪得名，不如來叅玉板僧。醉裏何須酒解醒，此羹一椀爽然醒。大都煮菜皆如此，淡處當知有真味。先生此法未要傳，爲公作經藏名山。

周守忠《養生月覽》卷上《正月》 正月韭始青可以食，凡韭不可以作羹食損人，作鏧佳。凡作蓋必先削一所地，去上一寸土取韭，不洗便投沸湯中，漉出，鋪所削新土上，良久，然後入水淘擇。同上

周守忠《養生月覽》卷上《四月》 四月之節，宜食笋。以寬湯湧滿，先旋湯轉，然後投笋於中令其自轉，不得攪，攪即破。候熟出之，如此則色青而軟，軟而不爛，可以食。和皮擘開，内粳米飯，細切羊肉，并土蘇、椒、鹹、豉汁、塩花等，却以麵封之。文火燒，聞香即熟，去皮，厚一寸截之以進，笋味此最佳。同上

陶宗儀《説郛》卷一九曾三異《同話録》 蕈羹，千里蓴羹，未下鹽豉。世多以淡煮蓴羹，未用鹽與豉相調和。非也，蓋未字誤書爲未。未下乃地名，千里亦地名，此二處産此二物耳。其地今屬平江郡。

陳耆卿《赤城志》卷三六《風土門一・土貢》 乾薑。陶弘景云：乾薑惟臨海章安二三村善爲之。其法，以水淹三日，去皮置流水中，更六日，又去皮，然後曬乾，置甕甌中，

謂之釀也。今章安城門黃杜所出尤佳，齊孔琇之爲守，至以爲獻，則其來久矣。

劉祁《歸潛志》卷一一 ［崔］立又自詣軍前，求免剽掠；又求縱百姓出城挑菜充飢，于是人得出近郊採蓬子窠、秋菜、甜苣菜、雜米粒以食。又聞京西一作「西京」陳岡上有野麥甚豐，立請百姓往收之。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・爛蒸葫蘆》 鄭餘慶與人會食，日高，衆客皆餒。呼左右曰：爛蒸去毛，莫拗折項。諸人相顧，以爲必蒸鵝鴨。良久就餐，每人前下粟米飯一椀，蒸葫蘆一枚。餘慶餐美，諸人强進而罷。東坡汁字韻詩却作盧懷慎，豈其偶忘之耶。《太平廣記》見《泊宅編》

祝穆《古今事文類聚》前集卷六《天時部・七種菜羹》 人日，採七種菜作羹。《歲時記》

祝穆《古今事文類聚》後集卷二四《竹笋部》僧贊寧《笋譜》 麻油蘆皆殺笋毒，凡食笋之要，譬若治藥，脩煉得門則益人，反是則損。採筍之法，可避露，日出後掘深土取之，半折取鞭根，旋得投密竹器中，以油單覆之，勿令見風，被吹旋堅，以巾帨拭土，又不宜見水含殼。沸湯瀹之，煮宜久，生必損人。苦笋最宜久。甘笋出湯後去殼，澄煮笋汁爲羹，茹味全加。羹不然，蒸最美味。全塘灰中煨後，入五味尤佳。採笋一日曰蔫，二日曰笋，見風則堅，入水則硬，脫殼煮則失味，生著刃則失柔。採而停久非鮮也，盛而苦風非藏也，揀之脫殼非治也，淨之入水非洗也，蒸煮不久非食也，如此然後可與語食笋矣，此外不足筭也。

《塵史》云：僧贊寧爲《笋譜》甚詳，其掎摭古人詩詠，自梁元帝至唐楊師道，皆詩中言及笋者，非專爲題詠也。惟孟蜀時徐光溥等二人詩句乃在《笋譜》，然退之和侯協律笋二十六韻獨不見收，何耶。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六一《蔬門・笋》 僧贊寧《笋譜》。麻油蘆皆殺笋毒，凡食筍之要，譬若治藥修煉，得法則益人，反是則損。採筍之法，可避露，日出後，掘深土取之半折，取鞭根，旋得投密竹器中，以油單覆之，勿令見風，風吹旋堅，以巾帨拭土。又不宜見水，含殼沸湯瀹之，煮宜久，生必損人。苦笋最宜久，甘笋出湯後去殼，澄煮笋汁爲羹茹，味全嘉美。不然蒸最美味，全爐灰中煨後，入五味尤佳。採筍一日曰蔫，二日曰笋，見風則觸本堅，入水則浸肉硬，脫殼煮則失味，生著刃則失柔。採而停久非鮮也，盛而苦風非藏也，揀之脫殼非治也，淨之入水非洗也，蒸煮不久非食也，如此然後可與語食笋矣，此外不足筭也。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・韭》 剪韭。郭林宗見友人夜冒雨剪韭作炊餅，令洛人效之。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六一《蔬門・笋》 投生菜。江折間，以大綱貯米泔，投生菜釀其中作羹羹。《雜志》非萍是擣，石崇爲客作豆粥，咄嗟便辦每冬得韭萍蓄。王愷密問其帳下，云豆至難熟，豫作熟味，客來但作白粥，投之韭萍蓄，擣韭根雜以豆苗耳。《晉書》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二三《蔬部・笋》 雜著

麻油蘆皆殺笋毒，凡食笋之要，譬若治藥修煉，得法則益人，反是則損。採笋之法，可避露日出後，掘深土取之，半折取鞭根，旋得投密竹器中，以油單覆之，勿令見風，風吹旋堅，以巾帨拭土，又不宜見水。含殼沸湯瀹之，煮宜久，生必損人。苦笋最宜久，甘笋出湯後去殼，澄煮笋汁爲羹茹，味全嘉美，不然蒸最美味，全塘灰中煨後，入五味尤佳。採笋一日曰篤，二日曰笋，見風則堅，入水則硬，脫殼煮則失味，生著刃則失柔。採而停久非鮮也，盛而苦風非藏也，採之脫殼非治也，淨之入水非洗之，蒸煮不久非食也，如此然後可與語食笋矣，此外不足筭也。僧贊寧《笋譜》。僧贊寧爲《笋譜》甚詳，其掎摭古人詩詠，自梁元帝至唐楊師道皆詩中言及笋者，非專爲題詠也。惟孟蜀時徐光溥等二人詩句，乃在《笋譜》。退之和侯協律二十六韻獨不見收，何耶？《塵史》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二四《蔬部・薤》 碎録

壅，墜也，本作壅。《説文》今江浙間以大缸貯米泔，投生菜釀其中，作壅羹。

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録・製蔬》 配鹽瓜菽

老瓜、嫩茄合五十斤，每斤用淨鹽二兩半。先用半兩醃瓜茄一宿出水，次用橘皮五斤，新紫蘇連根三斤，生薑絲三斤，去皮杏仁二斤，桂花四兩，甘草二兩，黄豆一斗，煮酒五斤，同拌入瓮，合滿捺實。箬五層，竹片捺定，箬裹泥封，曬日中。兩月取出，入大椒半斤，茴香、砂仁各半斤，勻，晾曬在日内。發熱乃酥美。黄豆須揀大者，煮爛，以麩皮罨熱，去麩皮淨用。

糖蒸茄

牛妳茄嫩而大者，不去蒂，直切成六稜，每五十（斤）［片］用鹽一兩拌勻，下湯焯，令變色，瀝乾。用薄荷、茴香末夾在内，砂糖三斤，醋半鍾，浸三宿，曬乾還滷，直至滷盡茄乾，壓匾收藏之。

釀瓜

青瓜堅老而大者，切作兩片，去瓤，略用鹽出其水。生薑、陳皮、薄荷、紫蘇

俱切作絲，茴香、炒砂仁、砂糖拌勻，入瓜內，用線扎定成個，入醬缸內。五六日取出，連瓜曬乾收貯，切碎了曬。

蒜瓜

秋間小黃瓜一斤，石灰、白礬湯焯過，控乾。鹽半兩醃一宿，又鹽半兩，剝大蒜瓣三兩，搗爲泥。與瓜拌勻，傾入醃下水中，熬好酒醋浸着。涼處頓放。冬瓜茄子同法。

三煮瓜

青瓜堅老者，切作兩片。每一斤用鹽半兩，醬一兩，紫蘇、甘草少許醃。伏時，連滷夜煮日曬，凡三次。煮後曬，至雨天，留甑上蒸之。曬乾收貯。

蒜苗乾

蒜苗切寸段一斤，鹽一兩，醃出臭水，略晾乾，拌醬、糖少許，蒸熟曬乾收藏。

藏芥

芥菜肥者，不犯水，曬至六七分乾，去葉。每斤鹽四兩，醃一宿取出，每莖扎成小把，置小瓶中。倒瀝盡其水，并煎醃出水同煎，取清汁，待冷，入瓶封固，夏月食。

芥辣

二年陳芥子，碾細，冰調，納實椀內，韌紙封固。沸湯三五次，泡出黃水，覆冷地上，頃後有氣。入淡醋，解開布，濾去查。

醬佛手香橼梨子

梨子帶皮，入醬缸內，久而不壞。香橼去穰醬皮，佛手全醬。新橘皮、石花、麵筋皆可醬食，其味更佳。

糟茄子法

五茄六糟鹽十七，更加河水甜如蜜。茄子五斤，糟六斤，鹽十七兩，河水兩三碗，拌糟，其茄味自甜。此藏茄法也，非暴用者。

糟蘿蔔方

蘿蔔一斤，鹽三兩，以蘿蔔不要見水，揩淨，帶須半根曬乾，糟與鹽拌過。少入蘿蔔，又拌過，入甕。此方非暴喫者。

糟薑方

薑一斤，糟一斤，鹽五兩，揀社日前可糟，不要見水，不可損了薑皮。用乾布擦去泥，曬半乾後，糟鹽拌之入甕。

做蒜苗方

苗用此少鹽醃一宿，晾乾。湯焯過，又晾乾。以甘草湯拌過，上甑蒸之，曬乾入甕。

三和菜

淡醋一分，酒一分，水一分，鹽、甘草調和，其味得所。煎滾，下菜苗絲、橘皮絲各少許，白芷一、二小片，糝菜上重湯頓，勿令開，至熟食之。

暴薤

菘菜嫩莖，湯焯半熟，紐乾，切作碎段，少加油，略炒過，入器內，加醋些少，停少頃，食之。

取紅細胡蘿蔔切片，同切芥菜，入醋略醃片時，食之甚脆。仍用鹽些少，大小茴香、薑、橘皮絲，同醋共拌，醃食。

胡蘿蔔鮓

切作片子，滾湯略焯，控乾。入少許葱花、大小茴香、薑、橘絲、花椒末、紅麴，研爛，同鹽拌勻，醃一時食之。

又方

白蘿蔔、茭白、生切筍，煮熟三物，俱同此法，作鮓可供食。

蒜菜

用嫩白蒜菜，切寸段，每十斤用炒鹽四兩，每醋一碗，水二碗，浸菜於瓮內。

攤茄子於瓦上，以乾爲度，藏至正、二月內，和物勻食，其味如新茄之味。

盤醬瓜茄法

黃子一斤，瓜一斤，鹽四兩，將瓜擦原醃瓜水，拌勻醬黃，每日盤二次，七七四十九日入罈。

乾閉瓮菜

菜十斤，炒鹽四十兩，用缸醃菜，一皮菜，一皮鹽，醃三日，取起菜入盆內，揉一次，將另過一缸，鹽滷收起聽用。又過三日，又將菜取起，又揉一次，將菜另過一缸，留鹽汁聽用。如此九遍完，入瓮內，一層菜上洒花椒、小茴香一層，又裝菜如此，緊緊實實裝好。將前留起菜滷，每罈沒三碗，泥起，過年可吃。

撒拌和菜

將麻油入花椒，先時熬一二滾收起。臨用時，將油倒一碗，入醬油、醋、白糖些少，調和得法，安起。凡物用油拌的，即倒上些少拌吃，絶妙。如拌白菜、豆芽、水芹，須將菜入滾水焯熟，入清水漂着。臨用時，榨乾拌油方吃，菜色青翠不黑，又脆可口。

蒸乾菜

將大窠好菜擇洗淨乾，入沸湯内焯五六分熟，曬乾，用鹽、醬、蒔蘿、花椒、砂糖、橘皮同煮，極熟，又曬乾，并蒸片時，以磁器收貯。用時，着香油沖揉，微用醋，飯上蒸食。

鵪鶉茄

揀嫩茄切作細縷，沸湯焯過，控乾。用鹽、醬、花椒、蒔蘿、茴香、甘草、陳皮、杏仁、紅豆研細末，拌匀曬乾，蒸過收之。用時，以滾湯泡軟，醮香油煠之。

食香瓜茄

不拘多少，切作棊子，每斤用鹽八錢，食香同瓜拌匀，於缸内醃一二日，取出控乾。日曬，晚復入滷水内。次日，又取出曬，凡經三次，勿令太乾，裝入罈内用。

糟瓜茄

瓜茄等物，每五斤鹽十兩，和糟拌匀。用銅錢五十文，逐層鋪上，經十日，取錢不用，别换糟入瓶。收久翠色如新。

茭白鮓

鮮茭切作片子，焯過控乾，以細葱絲、蒔蘿、茴香、花椒、紅麴研爛，并鹽拌匀，同醃一時食。藕梢鮓，同此造法。

糖醋茄

取新嫩茄切三角塊，沸湯澆過，布包榨乾，鹽醃一宿。曬乾，用薑絲、紫蘇拌匀，煎滾糖醋潑浸，收入磁器内。瓜同此法。

蒜冬瓜

揀大者，去皮穰，切如一指濶，以白礬、石灰煎湯焯過，漉出控乾。每斤用鹽二兩，蒜瓣三兩，搗碎，同冬瓜裝入磁器，添以熬過好醋浸之。

醃鹽韭法

霜前，揀肥韭無黄梢者，擇净洗，控乾，於磁盆内鋪韭一層，糝鹽一層，候鹽韭勻，鋪盡爲度。醃一二宿，翻數次，裝入磁器内。用原滷加香油少許，尤妙。

造穀菜法

用春不老菜臺，去葉洗浄，切碎如錢眼子大，曬乾水氣，勿令太乾。以薑絲炒黄豆大，每菜一斤，用鹽一兩，入食香相停，揉回滷性，裝入罐内，候熟隨用。

黄芽菜

將白菜割去梗葉，止留菜心，離地二寸許，以糞土壅平，用大缸覆之，缸外以土密壅，勿令透氣。半月後取食，其味最佳。

倒蘸菜

每菜一百斤，用鹽五十兩醃了，入罈裝實，用鹽滷調毛灰，如乾麵糊口，上攤過封好，不必草塞。用芥菜不要落水，晾乾軟了，用滾湯一焯就起，篩籮撈在節子内晾冷。將焯菜湯晾冷，將篩子内菜用鬆鹽些少撒拌，入瓶後，加晾冷菜滷澆上，包好，安頓冷地上。

笋鮓

春間取嫩笋，剥浄，去老頭，切作四分大一寸長塊，上籠蒸熟，以布包裹，榨作極乾，投於器中。下油用，製造與麩鮓同。

曬淡笋乾

鮮笋猫耳頭，不拘多少，去皮，切片條，沸湯焯過，曬乾收貯。用時，米泔水浸軟，色白如銀，鹽湯焯，即醃笋矣。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人瀉痢諸方》 食治老人消渴煩熱，心神狂亂，躁悶不安，冬瓜羹方。

冬瓜半斤，去皮。豉心二合，綿裹。葱白半握。

右以和煮作羹，下五味調和，空心食之，常作粥佳。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸風方》 食治老人中風邪毒，臟腑壅塞，手足緩弱，蒜煎。

大蒜一升，去皮細切。大豆黄炒二升。

右以水一升和二味微火煎之，似稠即止，空心每服食嚥三二匙，亦補腎氣。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷三 造山藥麵法

取山藥去皮薄切，日中暴乾，柳箕中挼爲粉下節，如常麵食之，加酥蜜爲淳麵尤精，益氣力，長肌肉，久服輕身，耳目聰明，不饑延年。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷三 乾蕨菜

採嫩蕨菜蒸熟，以乾灰拌之，同曝極乾，灌去灰，又曝乾收之。臨食湯浸令

軟，味如合蕈。

石芥孛菜

此二物極辛，爲菹大佳。

苦蓋菜

苦蓋菜、青蘘苦麻，皆可作羹。

苦麻即今俗謂之胡麻者，葉作羹，大甘滑。其苗名青蘘。

松蘗

去赤皮，取嫩白者密漬之，略燒令蜜熟，勿太熟，極香脆。

白芷

蜜漬糟藏皆可食。

防風芽

防風芽如臙脂色，天門冬芽如馬椿，芹菜莒芽。又有蘼蕪、枸杞芽、菊芽、苕菜、水藻、牛膝芽、地黃嫩葉，皆如常菜治之。

東坡詩云：秋來霜露滿東園，盡廬服生兒芥有孫。我與何曾同一飽，不知何苦食雞豚。況藥菜之佳乎。

水苔

立春前採嫩者，淘澤令極淨，其間多沙石蝶蟲取，得壓乾，只入鹽油完椒切薤白，同入瓶中，釀爲醋醋，浸食之甚佳，又可油炒，加鹽醬亦善。

瓜蠹

生甜瓜揀去未熟者，每十斤隨瓣切開，去穰不用，就百沸湯綽過，以鹽五兩勻擦醺轉。豆豉末半升，醶醋升半，麪醬斤半，馬芹、川椒、乾薑、陳皮、甘草、茴香各半兩，蕪荑二兩，並爲細末，同瓜一處拌勻，入瓷瓮內醃壓，於冷處頓之。經半月後則熟，瓜色明透，絶類琥珀，味甚香美。

菜蠹

大菘菜叢採十字劈裂，菜菔取緊小者破作兩半，同向日中曬去水脚，二件薄切作方片，如錢眼子大，入淨罐中。以馬芹、茴香、雜酒醋水等，令得所調，淨鹽澆之，隨手舉罐撼觸五七十次，密蓋罐口，置電上温處。仍日一次如前法，撼觸三日後可供。菜色青白間錯，鮮潔可愛。

藕蠹

嫩藕梢隨意切作方塊如骰子大，就蟹眼湯內快手綽，上取牽牛花揉汁醃染片時，投冷熟水中，滌過控乾，以馬芹鹽花泡湯，入少醋加蜜作蠹，澄冷澆供之。

豆蠹

先取濕沙納甕器中，以菜豆勻撒其上如種蕓法，深桶覆藏室中，勿令見風，日一次掬水洒透。竣其苗長可尺許摘取，蟹眼湯綽過，以料蠹供之。赤豆亦可種，然不如菜豆之佳。

薺羹。俗謂薺爲東風菜，方言訛而爲公爹菜，謂可以奉公爹也。

東坡與徐十三書云：今日食薺極美，天然之珍，雖不甘於五味，而有味外之美。其法取薺一二升許，淨擇入淘了米三合，冷水三升，生薑不去皮搥兩指大，同入釜中，澆生油一蜆殼，當於羹面上不得觸，觸則生油氣，不可食。不得入鹽醋，君若知此味，則陸海八珍皆可厭也。天生此物，以爲幽人山居之祿，輒以奉傳不可忽也。羹以物覆則易熱，而羹極爛乃佳也。

《本草》薺和肝氣明目，凡人夜則血歸於肝，肝爲宿血之臟，過三更不睡，則朝旦而色黃燥，意思荒浪以血不得歸故也。若肝氣和則血脉流通，津液暢潤。

東坡嘗有詩云：時遶麥田求野薺，强爲僧舍煮山羹。陸放翁亦有詩云：小着鹽醯助滋味，微加薑桂助精神。風爐飲缽窮家活，妙訣何曾肯授人。

筍鱖

東坡回錢穆父書云：竹萌蒙佳貺，取筍蕈菘心與鱖魚相和，清水煮熟，用薑蘆菔自然汁及酒三物等，入少鹽，漸漸斂洒之，過熟可食，不敢獨味，此請依法作，與老嫂共之。

老人有性善茹素，不忍害物者，菽水之奉，在嘉蔬藥菜料理如法，殊益於人。杞菊苕术等苗嫩時採食之，或煮或蠹或炒或羹，悉用土蘇鹹豉汁加鹽下飲甚良，蔓菁作蠹最妙。不斷五辛者，春秋嫩韭，四時採薤甚益，菉豆、紫蘇、烏麻須宜貯，俱能下氣，其餘豉醬之徒，食所不可少，皆須貯蓄肉食，心不害物，但以錢買猶愈於殺。第一戒慎勿殺，然肉須新鮮似有氣息，則不宜食爛臟損氣，切須慎之戒之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷三　藕

春初掘取藕三節無損處，種入深泥，令到硬土。穀雨前種，當年有花。

藕可作粉，其法取蠶藕不限多少，淨洗截斷，浸三宿，數換水，看灼然潔淨，然後漉出，碓中碎擣，以新布絞取汁。重擣取汁盡爲度，又以密布濾去蠹惡物，澄去清水，如稠難澄，以水攪之然後澄，看水清即瀉去，一如造米粉法。

雞頭

雞頭粉，取新熟者去皮熟擣實，如上法。

菱角粉，去皮如上法。

薑粉，以生薑爛研搦汁，如上法以和麪。

葛粉，去皮如上法，開胃止煩熱。

茯苓粉，剉如彈子，以水浸去赤汁，如上法。

松栢粉，春採嫩葉如上法，須垂露採爲之，經宿則無，粉如嫩草鬱鬱可愛。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《食治方》 蘿蔔菜，治酒疾，下血旬日不止。生蘿蔔，右一味，揀稍大圓實者二十枚，留上青葉寸餘及下根，用甕瓶取井冰煮令十分爛熟，薑米淡醋，空心任意食之立止。用銀器重湯煮尤佳。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 妊娠諸病

葱豉湯，治妊娠傷寒頭痛。豉一合。葱白一握，去根切。生薑一兩半。右以水一大盞煮至六分，去滓，分二服。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 産後諸病

生藕汁飲，治産後惡血不利，壯熱虛煩。生藕汁、地黄汁，各半盞。蜜一匙。淡竹葉一握切，以水一盞半煎取汁半盞。右四味同煎沸熟温，分三服，日二夜一。

又方

治婦人蓐中好食熱麪酒肉，變成渴燥。生藕汁、生地黄汁各半盞。右二味相和温煖，分爲三服。

魯明善《農桑衣食撮要》卷上 四月，【略】

做筍乾

筍肉一百斤，用鹽五升，水一小桶。候沸湧，拗取汁，候乾。旋添汁煮熟，撈出壓之，或用手揉。在鍋隔夜則黑熟，曬則枯。一日曬乾則硬，不揉則不軟。臨食時，取浸筍汁煮筍，則有味。

煮新筍，

以沸湯煮則易熟而脆，味尤美。若蔫者，少入薄荷同煮，則不蔫。與猪羊肉同煮，不用薄荷。收諸色菜子。

斫倒，就地曬打收之。用餅罐盛貯，標記名號。

韓奕《易牙遺意》卷上《蔬菜類》 配鹽瓜茄

老瓜、嫩茄合五十斤，每斤用淨塩二兩半。先用半兩淹瓜茄一宿出水，次用橘皮五斤、新紫蘇連根二斤，生姜絲三斤，去皮杏仁二斤，桂花四兩，甘草二兩，黄豆一斗，煮酒五斤，同拌入瓮，合滿捺實。箬五層，竹片捺定，箬裹泥封，曬日中兩月取出。入大樹半斤，茴香、砂仁各半斤，拌匀，眼曬在日内，發熱乃酥美。

糖蒸茄

牛妳茄嫩而大者，不去蒂，直切成六稜。每五十斤用塩一兩拌匀，下湯焯令變色。瀝乾，用薄荷、茴香末夾在内，沙糖二斤，醋半鍾，浸三宿。曬乾還滷，直至滷盡茄乾，壓扁收藏之。

蒜梅

青硬梅子二斤，大蒜一斤，或囊剥淨。炒塩三兩，酌量用水煎湯，停冷浸之。候五七日後，滷水將變色傾出，再煎其水，停冷浸之。入瓶，至七月後食，梅無酸味，蒜無葷氣也。

釀瓜

青瓜堅老而大者，切作兩片，去穰，略用塩出其水。生姜、陳皮、薄荷、紫蘇，俱切作絲，茴香炒，砂仁、沙糖拌匀，入瓜内，用線扎定，成箇，入醬缸内。五六日取出，連瓜曬乾收貯，切碎了曬。

蒜瓜

秋間小黄瓜一斤，石灰、白礬湯焯過，控乾。塩半兩淹一宿，又塩半兩，剥皮大蒜瓣三兩，搗如泥，與瓜拌匀，傾入淹下水中，煞好酒醋浸，着涼處頓放。冬瓜茄子同法。

三煮瓜

青瓜堅老者，切作兩片。每一斤用塩半兩，醬一兩，紫蘇、甘草少許，淹伏時，連滷夜煮日曬，凡三次。煮後曬至雨天，留甑上蒸之，曬乾收貯。

蒜苗乾

蒜苗切寸段一斤，塩一兩，淹出臭水，略眼乾，拌醬糖少許，蒸熟曬乾收藏。

藏芥菜法

芥菜肥者不犯水，曬至六七分乾，去葉。每斤塩四兩，淹一宿取出。每莖扎

成小把，宜小瓶中倒瀝盡其水，并前淹出水同煎，取清汁。待冷，入瓶封固，夏月食。

菉豆芽

將菉豆冷水浸兩宿，候漲，換水淘兩次，烘乳。預掃地潔淨，以水洒濕，鋪紙一層，置豆於紙上，以盆蓋之，一日兩次洒水。候芽長，淘去殼，沸湯略焯，姜醋和之，肉燥尤宜。

糟茄

中樣晚茄嫩者，水浸一宿時。每斤用塩四兩，好香糟一斤，三宿脆妙。

醬姜

社前姜嫩無絲，布擦之。少塩一宿哏乳，入瓶，布裹口，置醬缸內。

三和菜

淡醋一分，酒一分，水一分，塩、甘草調和其味得所。煎滾，乘熱下菜，姜絲、橘皮絲各少許，白芷一兩片，摻菜上，重湯頓，勿令開至熟。

暴薑

菘菜嫩莖湯焯半熟，紐乳，切作碎。少許油略炒過，舀器內，入淡醋些許，窖少頃，可供。

芥辣

二年陳芥子研細，水調，捺實碗內，韌紙封固。沸湯三五次，泡去黃水，覆冷地上，頃後有氣，入淡醋，解開布濾去查。

茄乳

夏月十分嫩茄，蒸過曬乳，入瓮中，封至冬月。用苦黃菜湯中焯過，曬乳，至冬月用。

醬梨

梨子帶皮入醬缸內，久而不壞。香橼去穰入醬，亦可作蔬。

易牙遺意上卷終

韓奕《易牙遺意》卷下《齋食類》 造粟腐

罌粟和水研細，先布後絹濾去壳，入湯中如豆腐漿，下鍋令滾，入菉豆粉，攪成腐。凡粟二分，豆粉一分。芝麻腐同法。

麩鮓

麩切作細條一斤，紅麴末染過雜料物一斤，笋乳、蘿蔔、葱白皆切絲，熟芝麻、花樹二錢，砂仁、蒔蘿、茴香各半錢，塩少許，熟香油三兩，拌勻供之。

煎麩

上籠麩坯不用石壓，蒸熟，切作大片。料物酒漿煮透眼乳，油鍋內浮煎用之。

魯明善《農桑衣食撮要》卷上 七月，【略】

做葫蘆茄匏乾。茄切片，葫蘆匏子削條，曬乾收，依做乾菜法。

魯明善《農桑衣食撮要》卷上 六月，【略】

醬醃瓜茄。新摘瓜茄塩醃二三日，於醬內醃之，則肥美。

魯明善《農桑衣食撮要》卷下 八月，【略】

糟薑，社前取薑，用布擦去皮。每一斤用塩二兩、臘糟一升醃藏，用乾淨罐盛頓。忌生水濕器。

九月，【略】

醃芥菜，取紫青白芥菜切細，於沸湯內灼過，帶湯撈於盆內，與生萵苣同熟油芥花或芝麻白塩約量拌勻，按於甕內。熟則攪動按下，待二三日，變黃色，可食至春間，味不變，十月亦可醃。

醃藏諸般菜，葱韭胡荽冬瓜茄子胡蘿蔔等菜，可依時候醃藏。所用物料宜者爲佳，忌生水濕器收貯。

藏薑，宜掘深窖，以穀稗糠秕合埋之，則不致凍損。

魯明善《農桑衣食撮要》卷下 十月

醃蘿蔔，蘿蔔不論多少，削去根鬚，淨洗，以塩擦之，放於甕內，醃五六日。下水時，復攪勻，一月後可食。用一二鵝梨，則香脆。春間有食不盡者，就以鹵水將蘿蔔煮透，控乾入醬，或切作細條，曬乾收起，候臨食之時，熱湯浸透，炒食味美。

醃鹽菜，白菜削去根及黃老葉，洗淨曬乾。每菜十斤，鹽十兩，用甘草數莖，放在潔淨甕盛，將鹽撒入菜了內，排頓甕中。入蒔蘿少許，以手實捺至半甕，再入甘草數莖，候滿甕，用磚石壓定。醃三日後，將菜倒過，拘出鹵水，於乾淨器內另放，忌生水，却將鹵水澆菜內。候七日，依前法再倒，用新汲水淹浸，仍用磚石壓之，其菜味美香脆。若至春間食不盡者，於沸湯內灼過，曬乾收貯。夏間，將菜温水浸過，壓水盡，入香油勻拌，以甕椀盛頓，飯上蒸之，其味尤美。

胡古愚《樹藝篇·蔬部》卷四《胡荽》 作胡荽菹法：湯中漤出之，着大瓮

中，以暖塩水經宿浸之。明日汲水浄洗，出別留中，以塩酢浸之，香美不苦。亦可洗訖作粥津麥麪，味如醯芥菹法。亦有一種味作裹菹者，亦須漤去苦汁，然後乃用之矣。《齊民要術》

佚名《居家必用事類全集》己集《飲食類》　蔬食

造菜羹法，塩韮菜，去梗用葉，鋪開如薄餅大，用料物糝之。

陳皮，碾砂，紅豆，杏仁，花椒，甘草，蒔蘿，茴香。

右件碾細，同米粉拌匀，糝菜上。鋪菜一層，文糝料物一次，如此鋪糝五層。重物壓之，却於籠内蒸過，切作小塊，調豆粉稠水醮之，香油煠熟，冷定，納磁器收貯。

食香瓜兒，菜瓜不以多少薄切，使少塩淹一宿漉起。用元滷煎湯焯過，晾乾，用常醋煎滾候冷，調砂糖、薑絲、紫蘇、蒔蘿、茴香拌匀，用磁器盛，日中曝之，候乾收貯。

食香茄兒，新嫩者切三角塊，沸湯焯過，稀布包榨乾，塩淹一宿曬乾。用薑絲、橘絲、紫蘇拌匀，煎滾糖醋澆，曬乾收貯。

食香蘿蔔，切作骰子塊，塩醃一宿，日中曬乾，切薑絲、橘絲、蒔蘿、茴香拌匀，煎滾常醋澆，用磁器盛，日中曝乾收貯。

蒸乾菜法，三四月間，將大窠貯菜擇洗浄，略曬過，沸湯内煠五六分熟，曬乾，用塩醬、蒔蘿、花椒、沙糖、橘皮同煮極熟，曬乾，再蒸片時收貯。用時香油挼微入醋，飯上蒸熟用。

糟瓜菜法，不拘多少，用石灰白礬煎湯，冷浸一伏時，使煮酒泡糟塩，入銅錢百餘文拌匀。醃十日取出拭乾，別換好醋塩煮酒再拌，入罐收貯，箬葉扎口，泥封口。

糟茄兒法，八九月間，揀嫩茄絶去蒂，用活水煎湯冷定，和糟塩拌匀入罈，箬葉扎口，泥封頭。

造脆薑法，嫩生薑去皮，甘草、白芷、零陵香少許，同煮熟切作片子，食之脆美異常。

五味薑方，嫩薑一斤，切作薄片，用白梅半斤打碎去仁，入炒塩二兩拌匀，曬三日取出，入甘松三錢、甘草五錢、檀末三錢，再拌匀，曬三日，入磁器收貯。

造糟薑法，社前嫩薑不以多少，去蘆揩擦浄。用煮酒和糟塩拌匀，入磁罈中，上用沙糖一塊，箬葉扎口，泥封頭。

造醋薑法，不以多少，炒塩醃一宿，用元滷入醸醋同煎數沸，候冷入薑，箬扎瓶口，泥封固。

蒜茄兒法，深秋摘小茄兒，擘去蒂揩浄，用常醋一椀水一椀，合和煎微沸，將茄兒焯過控乾，搗碎蒜并塩和，冷定，酸水拌匀，納磁罈中爲度。

蒜黄瓜法，深秋摘小黄瓜，醋水焯，用蒜如前法。

蒜冬瓜法，揀大者留至冬至前後，去皮穰，切作一指闊條，以白礬石灰煎湯焯過，漉出控乾。每斤用塩二兩，蒜瓣二兩，同搗碎拌匀，裝入磁器，添熬過好頭醋浸之。

醃韮花法，取花半結子時，收摘去蒂，每斤用塩三兩，同搗爛納磁器中。醃鹽韮法，霜前揀肥韮無稍者，擇浄，洗控乾，於磁盆内，鋪韮一層，糝塩一層。候塩菲匀，鋪盡爲度。醃二三宿，翻數次，裝入磁器，用元滷加香油些小，尤妙。

胡蘿蔔菜，切作片子，同好芥菜入醋内略焯過，食之脆。芥菜内，仍用川椒、蒔蘿、茴香、薑絲、橘絲、塩拌匀用。

假蒿笋法，金鳳花梗，大者去皮，削令乾浄，早入糟，午供食之。

胡蘿蔔鮓，切作片子，略略焯過控乾，入少許細葱絲、蒔蘿、茴香、花椒、紅麴，研爛并塩拌匀，同菴一時，食之。

造茭白鮓，薄切，製法同前。

造熟笋鮓，但笋要煮，製法同前。

造蒲笋鮓，生者一斤寸截，沸湯焯過，布裹壓乾，薑絲、熟油、橘絲、紅麴、粳米飯、花椒、茴香、葱絲拌匀，入磁器，一宿可食。

造藕稍鮓，用生者寸截，沸湯焯過，塩醃去水，葱油少許，薑橘絲、蒔蘿、茴香、粳米飯、紅麴，研細拌匀，荷葉包，隔宿食。

造鹽菜法，先將水洗浄菜，揀去黄損者，每菜一科，用塩十兩，湯泡化，候大温逐窠洗菜就入缸，看天道涼煖。煖則來日菜即溍下，隨即倒下者居上，一層菜，一層老薑，約菜百斤老薑二斤。大寒遲一日倒，倒訖以石壓，令水溍過菜。

相公鹽法，蘿蔔切作薄片，萵苣條或嫩蔓菁，白菜切如蘿蔔條，各以塩煞之，良久用滾湯焯過，入新水中，然後煎酸漿水泡之，以椀蓋覆，入井中浸冷爲製，佳。

芥末茄法，小嫩茄切作條，不須洗浄，曬乾，多着油鍋内加塩炒熟，入磁盆中攤

開候冷，用乾芥末勻摻拌，磁罐收貯。

造瓜薑法，甜瓜十枚，帶生者，竹籤穿透，塩四兩拌入瓜內，瀝去水令乾，用醬十兩拌勻。烈日曬，番轉又曬，令乾，入新磁器內收之。用塩用醬，又看瓜大小，斟量用之得宜。

醬瓜茄法，醬黃與瓜茄，不拘多少，先以醬黃鋪在磁缸內，次以鮮瓜茄鋪一層，摻塩一層。如此層層相間，醃七日夜，斷乳奠，牛乳一升，銀石器熬，候凝入碗，用薑塩，可供兩分。

假灌肺，蒟蒻切作片焯過，用杏泥椒薑醬醃兩時許，揩淨。先起葱油，然後同水研乳，椒薑調和勻，蒟蒻煠過，合汁供。

假灌肺，熟麪觔切肺樣塊，五味醃，豆粉內滾煮熟，合汁供。

炒鮮乳薑淘，切細麪煮熟過水，用麪觔同豆粉灑顏色，水搜和，捏餅細切，焯熟如鱔魚色，加乳合薑汁，澆麪供。

山藥飥餺，每麪一斤，熟山藥一斤，薑汁一兩，豆粉一合，入水搜和如水滑麪硬，骨魯搥研開，切作箸子，入豆粉卧定案上，槎約長尺許。下鍋煮熟。合葷素汁任用。

酸餡，饅頭皮同褶兒，較麅餡子，任意，豆餡，或脫或光者。

七寶餡，栗子黃、松仁、胡桃仁、麪觔、薑米、熟菠菜、杏麻泥，入五味牽打拌，滋味得所，搦餡包。

菜餡，黃蘑碎切，紅豆、粉皮、山藥片、加栗黃尤佳，五味拌打，拌搦餡包。

灌漿饅頭包子餛飩角兒糝字撒，餡做此製造，麻汁澆。

澄沙糖餡，紅豆煑熟，研爛淘去皮，小蒲包濾極乾，入沙糖食香。搦餡脫。或麪劑開。做此餡造澄糖千葉蒸餅。

豆辣餡，菉豆磨破，浸去皮蒸熟，入油塩薑汁拌，搦餡包。

甘露餅，麪一斤上籠紙襯蒸過，先以油水中停攪，加餳汁傾入麪，拌和豆粉爲粹，捍作薄餅，細攢褶兒，兩頭相啣綽，住手按開，再加粉粹。骨魯搥研圓，油煠控起，蜜澆糝松仁。

素油餅，等做肉油餅造，餡用蜜或棗穰包。

兩熟魚，每十分熟山藥二斤，乳團一箇，各研爛。陳皮三片，生薑二兩，各剉碎。薑末半錢，塩少許，豆粉半斤，調糊一處拌。再加乾豆粉，調稠作餡。每粉皮一箇，粉絲抹濕入餡，折掩捏魚樣，油煠熟，再入蘑菇汁，內煮棵供。糝薑絲菜頭。

酥燉鹿脯，每十分生麪觔四塊，細料物二錢，韭三根，塩一兩，紅麴末一錢，同剉爛如肉色，温湯浸開，搓作條煮熟絲，開醬醋，合蘑菇汁醃片時，控乾油煎，

膳生，每十分生麪觔一塊，手按薄，籠內先鋪粉皮上，蒸熟。用油抹過候冷，切三寸長細條。三色粉皮各一片，如上切，熟麪觔一塊切絲，筍十根切絲，蘑菇三兩絲，油炒，簇裝碗內盪過，熱汁澆。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》 素食素下酒并素下飯。

玉葉羹，每十分乳團二箇薄批，方勝切，入豆粉拌，煑熟蘑菇絲四兩，天花桑皮一箇，粉絲抹濕入餡，折掩捏魚樣，油煠熟，再入蘑菇汁，內煮棵供。糝薑絲菜頭。

却下醃汁同炒乾。

鹹豉，熟麪觔絲，碎笋片，木耳、薑片，或加蘑菇、桑莪蕈，下油鍋炒半熟，傾入擂爛，醬椒沙糖少許，粉牽塢熟，候汁乾供。

帶汁鹹豉，製造同上。加浸蘑菇汁，菠菜少許，帶汁供。

三色雜燒，桑莪蘑菇乳團，下油鍋少塩炒，用原滷，合汁供。

炙脯，熟麪觔隨意切，下油鍋掠炒，以醬醋葱椒塩料物擂爛，調味得所，醃片時，用竹簽插，慢火炙乾，再蘸汁炙。

炙蕈，肥白者湯浴過握乾，塩醬油料等拌，如前炙之。

酒炕蕈，逐根栽立沙土內，米泔潑經宿令鮮潤脆軟絲開，用炒葱油薑橘絲塩醬料物酒攪勻，炕熟供，不用醋。

假蜆子，鮮蓮肉不切，菱肉剉骰塊，焯過，物料醃，油爁楪供。

煠骨頭，乳團豆粉生麪一斤，塩醬茴香橘皮椒末和勻，蒸熟，切作骨頭樣，油煠却入醬清汁擂，炒熟大麻子加沙糖合汁，慢火燒入少麪牽，不須用油麻子，炒不熟令人瀉。

煠山藥，熟者切作段粉牽內蘸，摻梔子水拌的粹，煠熟供。

假魚膾，薄批熟麪觔，用薄粉皮兩箇牽抹濕，上下夾定，蒸熟薄切。別染紅粉皮縷切，筭絲、蘑菇絲、蘿蔔、薑絲、生菜、香菜，間裝如春盤樣，用鮓醋澆。

水晶鮓，瓊芝菜洗去沙，頻換米泔浸三日，略煮一二沸，入盆研極細，下鍋煎化，濾去滓，候凝結縷切，如上簇盤，用醋澆食。

假水母線，以蒟蒻切絲，滾湯焯，如上裝簇，膾醋澆食。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》 肉羹食品

三色醬，熟麪筋一堝碎切，醬瓜兒二箇，糟薑半斤，各細切，下油鍋，加葱絲炒熟食。無糟薑，生薑亦可。

四色荔，用白茄五箇，切兩半，再切半月。又五箇切作兩段，上用刀按作棊盤樣，再十字切，於油內煠過三分。黃瓜五箇切作兩半，再切半月，塩醃片時去水，薑醋內拌。生精羊肉四兩燥子，塩醬薑橘絲各少許，仍用熟油炒熟，同半月茄一處拌，一半與荔枝茄一處拌。荔枝茄內入塩豉少許拌勻，又用大蘿蔔一箇切作絲，塩醃去水，細乾醬醋炒熄拌。松仁半合研爛，下於肉湯一盞內，醬醋少拌勻，分作四分，於楪中心供。用松仁汁少許，澆之同胡餅供。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》 造諸粉品

藕粉，麄者洗淨截斷，碓中擣爛，布絞取汁，以密布再濾，澄去上清水。如汁稠難澄，添水攪即澄爲粉。服此輕身延年。

蓮子粉蒸粉，並取新者蒸熟，烈日曬皮，即開春作粉。

菱粉，與藕粉製造同，鳧茨、澤瀉、葛根、芋頭、茯苓等，皆可造。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 雪盞菜，用春菜心少留葉，每棵作二段入碗內，以乳餅厚切片，蓋滿菜上，以花椒末於手心揉碎糝上，椒不須多，以醋酒入塩少許，澆滿碗中，上籠蒸，菜熟爛啖之。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 醋筍法，用筍汁入白梅糖霜，或白沙糖、生薑自然汁少許，調和合味，入熟筍淹少時，泠啖，不可留久。

燒蘿蔔法，用切作四方長小塊，置淨器中，以生薑絲花椒粒糝上，用水及酒少許，塩醋調和，入鍋一沸，乘熱澆蘿蔔上，急蓋之，置地澆汁，令浸沒蘿蔔。

糟薑法，淨有揩去嫩芽，每薑一斤，用糟一斤半，炒塩一兩半，拌勻，即入瓶，以炒塩少許糝面封之。

煮蘑菇，用水淨洗數四，至沙泥淨盡，然後雞肉汁內發之。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》 熟灌藕，用絶好真粉入蜜及麝少許，灌藕內，從大頭灌入，用油紙包扎，煮藕熟，切片，熱啖之。

劉基《多能鄙事》卷二《飲食類・回回女真食品》 麪豉

熟麪觔絲、碎笋片、木耳、薑片，或加蘑菇桑鵝香菌之類，下油鍋炒半熟，傾入，研爛醬椒沙糖，少許粉擡塢熟，候汁乾供之。

王葉羹

熟麪觔一堝碎切，醬瓜兒兩箇，糟薑半斤，各細切，下油鍋加葱絲炒熟食。薑只用生者亦可。

炙脯

熟麪觔隨意切，下油鍋略炒，以醬醋葱椒塩料物研爛，調味得所，醃片時，用竹簽插慢火炙乾，又蘸炙汁，盡爲度。

酒塢菌

乾香菌逐根截立沙土內，用米泔潑，經宿令鮮潤，絲開用，炒葱油薑橘絲塩醬料物酒，攪勻塢熟。

假蜆子

鮮蓮肉不切，菱肉剉骰子塊，焯過，物料醃，油爁熟。

煠骨頭

乳團豆粉生麪一斤，以鹽醬茴香橘皮椒末和勻，蒸熟，切作骨頭樣，油煠。却入醬清汁，擂炒熟麻子加沙糖，合汁慢火熾入，麪牽不用油。

假魚鱠

薄批熟麪觔，用薄粉皮兩箇，牽抹濕上下夾定，蒸熟薄切。別染紅粉皮，細切筍絲、蘑菇絲、蘿蔔、薑絲、生菜、香菜，間裝如春盤樣，用鱠醋澆。

水晶鱠

瓊芝菜洗去沙，頻換米泔浸三日，略煠一二沸，入盆研極細，下鍋煎化，濾去滓。候凝結縷切，簇盤，以鱠醋澆食。

劉基《多能鄙事》卷三《飲食類・治蔬菜法》 菜脯

鹽齏菜去梗用葉，鋪開如薄餅大，用料物糝之。料物用陳皮、碪砂、杏仁、甘草、蒔蘿、茴香為細末，糝菜上，更鋪葉一重，又糝料物。如此鋪糝五重，以平石壓之，籠內蒸過，切作小塊，調豆粉稠水蘸之，入油煠熟，冷定，磁器收之。

香瓜

菜瓜薄切醃一宿，漉起，用原鹵煎湯焯過晾乾。用好醋煎滾候冷，調沙糖、薑絲、紫蘇、蒔蘿、茴香拌勻，用磁器貯日中。

糖醋茄

新嫩茄切三角塊，沸湯焯過，粗布包壓乾。壓乾，鹽醃一宿暴乾，用薑絲、橘皮絲、紫蘇拌勻，煎滾糖醋澆，暴乾收之。

香蘿蔔

香蘿蔔根切骰子塊，鹽醃一宿，日中曬乾。用薑橘絲、時蘿、茴香拌勻，煎滾甜澆，磁器盛，暴乾收之。

乾菜

大窠菘芥菜洗淨，略曬過，沸湯內煠五六分熟。曬乾，用鹽、醬、蒔蘿、茴香、花椒、陳砂糖同煮熟，曬乾，再蒸少時，收貯。用時以油搜，微入醋，飯上蒸熟。

糟菜瓜

菜瓜用石灰白礬煎湯，冷浸一伏時，用煮酒泡糟鹽，入銅錢百餘文拌勻，醃十日。取出拭乾，別換好糟入鹽，嘗味適中，煮酒泡再拌，入罈收貯，箬葉扎口，泥封之。

糖糟茄

八九月嫩茄線抽去蒂，用活水煎湯，冷定，糟鹽拌勻，入罈泥封之，每糟一斤，茄一斤，用鹽二兩。

鵪鶉茄

嫩茄切兩半，以刀縷細勿冷透，沸湯焯過控乾，用鹽醬花椒、蒔蘿、茴香、甘草、橘皮、杏仁、紅豆研細，林入縷縫，曬乾，蒸過收貯。用時以沸湯醮香，過油煠熟。

脆薑

嫩生薑去皮，以甘草、白芷、零陵香少許，同煮熟，切片食之，真極美。

燒通草

通草實者刻作物像，以紫灰淋汁煮，用水浸去灰脚，以沙糖瓦器煎之。

炒栗

栗不拘多少，沙銚或熨斗中，入細紙撚一箇同炒，極美。

木香餅

木香二兩為極細末，用水三升煎至二升，入牛乳半斤，蜜二兩，於銀石器內煎如稀糊，郎入羅過粳米粉半合，又煎。候米熟稠硬，捏作薄餅，切城棋子，暎乾收之。

燒杏仁

杏仁用香油煠，燋胡色為度，用鐵結絡甩出，候冷定，極肥美。

製杏仁

杏仁一斤，用滾水淖過曬乾，麩炒熟。煉蜜拌勻，下後，頃藥末抹之，縮砂、陳皮、茴香、人參、薄奇、白豆蔻、檀香各二錢，粉甘草三錢炙過，同為細末，以拌杏仁，食能治肺氣喘促，心腹脹悶。

五味薑方

嫩薑一斤切作薄片，用白梅半斤打碎去仁，入炒鹽二兩拌勻，曬三日取出，入甘松三錢，甘草五錢，檀末三錢，再拌勻，曬三日，入磁器收貯。

造糟薑法

社前嫩薑不以多少，去蘆揩擦淨，用煮酒和糟鹽拌勻，入磁罈中，上用沙糖一塊，箬葉扎口，泥封頭。

造醋薑法

不以多少，炒鹽醃一宿，用原滷入釀醋，同煎數次，候冷入薑，箬扎瓶口，泥

封固。

蒜茄法

深秋，摘小茄兒擘去蒂揩淨，用常醋一碗、水一碗，合和煎微沸。將茄焯過控乾，搗碎蒜并鹽和，冷定，酸水拌勻，納磁罈中爲度。

蒜黃瓜法

深秋，摘小黃瓜，醋水焯，用蒜如前法。

蒜冬瓜法

揀大者留至冬前後，去皮穰，切作一指闊條，以白礬石灰煎湯焯過，漉出控乾。每斤用鹽二兩，蒜瓣二兩，同搗碎拌勻，裝入磁器，添熬過好頭醋浸之。

醃韮花法

霜前揀肥韮無稍者擇淨，洗控乾，於磁盆內鋪韮一層，糝鹽一層，候鹽韮勻鋪盡爲度。醃二三宿，翻數次，裝入磁器，用原滷加香油此少，尤妙。

胡蘿蔔菜

切作片子，同好芥菜入醋內略焯過，食之脆。芥菜內仍用川椒、茴香、蓽絲、橘絲、鹽拌勻用。

假萵筍法

金鳳花梗大者去皮，削令乾淨，早入糟，午供食之。

胡蘿蔔鮓

切作片子，略略焯過，控乾，入少許細葱絲、茴蘿、茴香、花椒、紅麴，研爛并鹽拌勻，同醃一時食。

茭白鮓、筍鮓、如胡蘿蔔法同。

蒲筍鮓

生蒲筍一斤寸截，沸湯焯過，布裹壓乾。薑絲、熟油、橘絲、紅麴、粳米飯、花椒、茴香、葱絲，同拌勻入瓶，一宿可食。

藕稍鮓

生藕稍寸截，沸湯焯過，鹽醃去水。葱油少許，薑絲、蒔蘿、茴香、粳米飯、紅麴，研細拌勻，荷葉包，隔宿食。

韲菜

先將菜去黃者，淨洗控乾，每菜一秤，用鹽十兩，湯化候温，逐窠洗過，就入缸。看天色温涼，温則來日即倒下者居上，以原鹽水浸之。一層搗碎老薑，或剉碎片亦可。約菜百斤，老薑二斤，天寒遲一日倒，倒了以石壓，令水淹過菜。

蘿蔔韲

蘿蔔切作片，萵苣條，或嫩蔓菁、白菜切大小同，各以鹽煞之良久，用湯沸焯過，入新水中，然後煎酸醬泡之，以椀蓋入井中浸冷。

芥末茄

嫩茄切作條，不須洗便曬乾，多着油，鍋內加鹽炒熟，入磁盆中，攤開候冷，用乾芥末糝拌勻，磁瓶收貯之。

瓜韲

甜瓜生者，用竹籤穿透，每瓜十枚，用鹽四兩醃，瀝去瓜水令乾。用醬十兩拌勻，烈日暴，翻轉，又令乾，入新磁器內收之，用鹽醬，又看瓜大小，斟量用之。

燒茄

乾鍋內澆香油三兩，茄兒去蒂十箇，排鍋內，盆焐發火燒，候軟如泥，研鹽醬料物、麻香泥蒜酪食。

收乾藥苗作菜

枸杞、地黃、牛膝、青蘘、甘菊、槐芽、椿芽、白术、車前、黃精、合歡，當陸決明、黃連樹芽之類皆可。

右各取嫩心燁之，醬水澤了，以鹽汁浸握去汁，暴乾收於竹器中。以紙包之，勿令風塵入，以暖湯漬令軟淨澤，去惡汁，更以別湯煮熟，隨意調和。

蕨乾

嫩蕨蒸熟，以乾灰拌，同曬乾，洗去灰，又暴乾收。欲用以湯浸軟，物料炒之。

乾蒜臺

肥嫩蒜臺用鹽湯焯過，暴乾，用時以湯浸軟。

乾藤花

藤花半盞盛開者，去枝蒂，鹽湯漉拌勻，入甑蒸熟，暴乾收之，用作麪食餡，葷素皆可。或以鹽醋浸，作菜亦佳。

乾筍

鮓筍去皮切，沸湯焯過，曬乾收貯，以米泔浸用，或以鹽湯焯亦可。

紅花子膏

紅花子淘去浮者，搗碎入湯泡汁，更煎汁鍋內，沸入醋點，絹挹之，似肥肉。

豆芽菜

菉豆揀淨，用水浸兩宿，候漲以新水淘，控乾。掃淨地水濕，鋪紙一重，勻糝豆，用器覆蓋。一日兩次灑水，候芽長寸，淘去皮爲佳。亦小豆亦可。

糟瓜

糟瓜每五斤用鹽七兩，和糟勻醃，用古錢五十枚，逐層頓。十餘日取出去錢并舊糟，依前用鹽，入甕收之。

法製薑

製薑之法，先須釀花。其法隔宿煎沸湯八升，入鹽三斤打勻，次早別取清水，以白梅半斤搥碎和浸，同前鹽水合和貯頓。逐日菜牽牛花去白帶，隨多少投水中，候水色深濃，盡去其花。取嫩薑千斤拭去紅殼，隨意切塊片，先用白鹽五兩，白礬五兩，沸湯五椀化開澄清，以薑浸之，微向日影中晾二日，將薑攤出，入花汁中浸，直透紅攤出晾乾。再入少鹽拌和，置烈日中曬，以薑上白鹽凝燥爲度，入器收之。

琥珀瓜

五甘瓜隨瓣切開，去穰不去皮，於百沸湯中焯起。每十斤用鹽五兩，撥翻轉。豆豉米半斤，麪醬一斤半，馬芹、川椒、橘皮、薑末、茴香各半兩，蕪荑二兩，並爲細末。仝瓜拌勻，入甕醃壓，收冷處。半月後熟，色如虎珀而味美。

黃葱薑

葱多采積頓陰室中，根須靠內，候根畔迸出嫩黃，摘取，寸截，盛以甌鉢之屬，覆小器蓋之，令可透水。將沸湯，從蓋上澆下，急漉下，急漉起，以滷汁供之。

糟茄

茄子天晴時亭午，摘去蒂，用麥麩煮粥浸一宿，夜取出，以軟帛拭乾。每十斤用鹽二十兩，飛過，白礬末一兩，糟十斤，拌勻，如常法收之。久而茄色愈黃透不黑。又糟茄，於罈面平，其糟上作一次穴，貯以清水，則茄熟透明真美。

青白菜薑

大菘菜如十字劈剖，擇緊小蘿蔔破作兩片，日曬去水，切薄方片入淨罐中，以馬芹、茴香、雜酒醋水，調白鹽，澆手舉之，隨手舉罐，撼撞五六十次，密蓋罐口，置竈上溫處。仍日一次，依上撞之，三日可。茄色青白相間，盡佳。

糟藏法

凡糟藏醃時，先用鹽糟過十數日，收須別用一項鹽糟，其先次所醃糟須盡拭去，不犯生水。大抵花醃多，因初糟內醃出宿之故。

香蘇

紫蘇嫩心長三寸許，采擇洗淨控乾，每一筒箕許用鹽三兩，醃一宿，再用梅滷浸三宿。曬乾，入甘草、甘菘、白芷、桂末，勻糝收之。

藏芥菜

芥菜擇肥美者，停五午，菜勿見水，就沸湯焯過，控乾。將原湯再煮沸，杓置缸中候冷，內菜浸冷過緊，封缸口，用則旋開還封之，可經年。

糟筍

筍大者五十莖帶皮，用鹽三十斤，沸湯化，浸筍三日，取出曬乾，入磁鉢內。用糟五斤，以鹽拌勻糟之，以鹽化水二椀，藏於盆內。

醃蘿蔔

蘿蔔採之停數日，以烏豆一升炒，舂去黑皮，相入水約高三指許，候熟取用。

醋蒜

淨蒜頭一斤，用石灰湯焯過，晾乾。用鹽三錢醃一宿，漉出再晾乾，用鹽七錢炒乾，以頭醋投入炒鹽內，煎一二沸，候冷，入瓶泥封，經年不壞。

糟蒜

每一斤亦用灰湯焯過，晾去水痕。鹽一兩半，糟一斤半，拌勻入瓶內，泥封，兩月後方可食。

冬瓜煎

好冬瓜切作片子，滾湯焯過，鹽醋仝生芥菜拌勻，同浸三兩次漉出。冬瓜入熬熟冷蜜內，餅貯緊封閉，十日後可嗽。

橄欖煎

用水於瓦上擦去厚皮，銅刀界破，入蜜，一半沸湯浸了，煮一飲時，自然去核，候乾煉蜜，再煎數沸收之。

鄘璠《便民圖纂》卷五《樹藝類下・種諸色蔬菜》 豆芽菜，揀菉豆水浸二宿，候漲，以新水淘控乾，用蔗席洒濕襯地，摻豆於上，以濕草蔫覆之，其芽自長。

鄘璠《便民圖纂》卷一四《製造類上》 治飯不餿。用生莧菜鋪蓋飯上，則飯不作餿氣。

鄘璠《便民圖纂》卷一四《製造類上》 煮筍。如猫頭筍之類，煮而不可食者，先以薄荷葉數片入鍋，同塩煮熟，則無筍氣。

造芥辣汁。芥菜子淘淨，入細辛少許，白蜜醋一處同研爛，再入淡醋，濾去相，極辣。

造脆薑。嫩生姜去皮，甘草、白芷、零陵香少許，同煮熟，切作片子，則脆美異常。

糟薑。社前嫩薑去蘆揩淨，用煮酒和糟塩拌勻，入磁罈。上用沙糖一塊，箬紮泥封。

醋薑。炒塩醃一宿，用元滷入釀醋，同煎數沸。候冷，入薑，箬紮瓶口，泥封固。

醬茄。將好嫩茄去蒂，酌量用塩醃五日去水，別用市醬醃五七日。其水去盡，揩乾，曬一日，方可入好醬內。

糟茄。八九月間，揀嫩茄去蒂，用河水煎湯，冷定，和糟塩拌勻入罈，箬紮泥封。訣云：五茄六糟塩十七，更加河水甜如蜜。

蒜茄。深秋摘小茄，去蒂揩淨，用常醋一碗水一碗，合和煎微沸。將茄燥過控乾，搗蒜并塩和，冷定醋水拌勻，納磁罈中。

香茄。取新嫩者切三角塊，沸湯燥過，稀布包榨乾。塩醃一宿，曬乾，用薑絲、橘絲、紫蘇拌勻，煎滾糖醋潑，曬乾收貯。

香薷葫。切作骰子塊，塩醃一宿，曬乾。薑絲、橘絲、蒔蘿、茴香拌勻。煎滾常醋潑，用磁器盛，曝乾收貯。

收藏瓜茄。用淋過灰曬乾，埋王瓜茄子於內，冬月取食如新。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》　立春之儀，【略】舉酒則縷切粉皮，雜以七種生菜，供奉筵間，蓋古人辛盤之遺意也。

王可大《國憲家猷》卷四八《方技一》　雪夜張一齋飲客，酒酣，簿書何居時蜂出螫漿一瓢，與客分飲。不覺酒，客爲之洒然。問其法，謂得之禁死，止用甘蔗、菜服各切作方塊，以水爛煮而已。蓋蔗能化酒，菜服能化食也。酒後得此，其益可知。《楚辭》有蔗漿，恐只此也。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　芹，楚菜也，又名水英，有二種。荻芹取芹，赤根取葉，與莖。二月三日作羹，而采之，入湯，取出，以苦酒研。芥子入塩，與茴香漬之，可作葅，清馨如碧，故云碧澗羹。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　久藏筍法。先塩出水，再加塩糯米粥口，可受一石者，選肥筍覆之，密泥塞之，勿令風入。到無筍時，揭器，則宛轉器中，取其弱處剪之。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　用染坊淋退灰曬乾，埋藏黃瓜、茄子，冬月可用。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　煮筍宜久，須一周時，以煮汁作羹更清。諸筍以豉汁漬之，解酒毒。

陶珽《説郛續》卷二八田汝成《熙朝樂事》　立春之儀【略】舉酒，則縷切粉皮，雜以七種生菜，供奉筵間，蓋古人辛盤之遺意焉耳。

陶珽《説郛續》卷二一顧元慶《雲林遺事・飲食第五》　雪裏菜，用春菜心少留葉，每科作二段入碗內，以乳餅厚切片，蓋滿菜上。以花椒末於手心揉碎糝上，椒不須多，以純酒入塩少許，澆滿碗中。上籠蒸，菜熟爛啖之。

熟灌藕，用絶好真粉入蜜，用磨少許，灌藕內，從大頭灌入，用油紙包扎，煮藕，熟切片啖之。

郎瑛《七修類稿》卷四七《事物類・食用製法》　鷄頭煮者，以防風水浸之，經月不壞。生者一斗，用防風四兩，換水浸之，可以度年。

郎瑛《七修類稿》卷四七《事物類・食用製法》　用染坊淋退灰曬乾，埋藏黃瓜茄子，冬月可用。

陶珽《説郛續》卷二五顧岭《海槎餘録》　酸筍大如臂，摘至用沸湯泡出苦水，投冷井水中，浸二三日取出，縷如絲，醋煠可食。好事者携入中州，成罕物，京師勳戚家會酸筍湯，即此品也。

俞安期《唐類函》卷一七八《食物部三・葅北堂書鈔》　藏菜，《聲類》云：葅，藏菜也。生釀，《釋名》云：葅阻也，生釀之，遂使阻於寒温之間，不得爛也。

王圻《稗史彙編》卷一二九《飲食門・食類下》　食用製法：【略】又蒸遇乾冬菜同肉炒，亦然不出氣。

高濂《四時幽賞録・春時幽賞》　西溪樓啖煨筍

西溪竹林最多，筍産極盛，但筍味之美，少得其真。每于春中筍抽正肥，就彼竹下埽葉煨筍，至熟，刀截剥食，竹林清味，鮮美莫比，人世俗腸，豈容知此真味。

徐光啓《農政全書》卷二八《樹藝・蔬部》　《農桑通訣》曰：蔓菁，四時仍藏之，可過暑月，到無笋時食。

有。春食苗，夏食心，謂之蔓子，秋可爲菹，冬蒸根食；菜中之最有益者。杜詩云：「冬青飯之半。」其子九蒸九曝，可搗爲粉，塗帛者資之。亦可爲油，陝西惟食此油。燃燈甚明，能變鬚髮。

李時珍曰：六月種者，根大而葉麤；八月種者，葉美而根小。唯七月初種者，根葉俱良。今燕京人以瓶醃藏，謂之閉甕菜。

《齊民要術》蒸乾蕪菁根法曰：作湯，淨洗無菁根，漉著一斛甕子中。以荻塞甕裏以蔽口。著釜上，繫甑帶，以乾牛糞然火，竟夜蒸之。麄細均熟；謹謹著牙，真類鹿尾。蒸而賣者，則收米十石也。

又蕪菁作鹹菹法曰：收菜時，即擇取好者，菅蒲束之。作鹽水令極鹹，於鹽水中洗菜，即內甕中。（若先用淡水洗者菹爛。）其洗菜鹽水，澄取清者，瀉著甕中，令沒菜肥即止。不復調和，菹色仍青。以水洗去鹹汁，煑爲茹，與生菜不殊。三日抒出之。粉黍米作粥清，搗麥麵麪作末，絹篩。布菜一行，以麪末薄坌之，即下熱粥清。重重如此，以滿甕爲限。其布菜法：每行必莖葉顛倒安之。舊鹽汁，還瀉甕中。菹色黃而味美。作淡菹：用黍米粥清，及麥麪末，味亦勝。

又作湯菹法曰：收好菜。擇訖，即於熱湯中煠出之。粉黍米作粥清，搗麥麪作末，絹篩。布菜一行，以麪末薄坌之，即下熱粥清。重重如此，以滿甕爲限。其布菜法：每行必莖葉顛倒安之。舊鹽汁，還瀉甕中。菹色黃而味美。作淡菹：用黍米粥清，及麥麪末，味亦勝。

又藏菹法曰：菹，菜也。不切曰藏菹。用乾蔓菁，正月中作。以熱湯浸菜，令柔軟；解瓣擇治淨洗。沸湯煠，即出；於水中淨洗。便復作鹽水斬度，出著箔上。經宿，菜色生好。粉黍米粥清，亦用絹篩麥麪末，澆菹布菜，如前法。然後粥清不用大熱；其汁纔令相淹，不用過多。泥頭七日便熟。菹甕以穰茹之，如釀酒法。

藏生菜法：九月十月中，於牆南日陽中，搯作坑，深四五尺。取雜菜，種別布之：一行菜，一行土。去坎一尺，便止，穰厚覆之。得經冬須即取，粲然與夏菜不殊。

《食經》藏瓜法：取白米一斗，鑊中熬之，以作糜。下鹽，使鹹淡適口。調寒熱。熟拭瓜，以投其中。密塗甕。此蜀人方，美好。又法：取小瓜百枚，豉五

徐光啓《農政全書》卷二八《樹藝・蔬部》《食經》：藏蘘荷法：蘘荷一石，洗漬以苦酒六斗，盛銅盆中，著火上，使小沸。以蘘荷稍稍投之，小萎，便出著席上令冷。下苦酒三斗，以二升鹽著中，乾梅三升。使蘘荷一行，鹽酢澆上。綿覆罌口，二十日便可食矣。

崔豹曰：其子花生根中，花未敗可食，久則消爛。

寇宗奭曰：八九月間，醃貯，以備冬月作蔬果。

徐光啓《農政全書》卷四二《製造・食物》蒸藕法：水和稻穰糟，揩令淨，研去節。與蜜灌孔裏，使滿。搜蘇麪封下頭。蒸熟，除麪，瀉去蜜，削去皮，以刀截，奠之。又云：夏生冬熟，雙奠亦得。按《食經》所載食物法甚多，今以其近于農者錄之。

茄子法：用子未成者，子成，則不好也。以竹刀骨刀四破之。用鐵，則渝黑也。湯煠去腥氣，細切葱白，熬油，香醬清，擘葱白，與茄子共下。煑令熟，下椒、薑末。

升，鹽三升。破去瓜子，以鹽布瓜片中，次著甕中，縣其口。三日，豉氣盡，可食之。

徐光啓《農政全書》卷四一《牧養・六畜》　鴨，《爾雅》曰：舒，鳧，鶩。【略】作杭子法：純取雌鴨，無令雜雄，足其粟豆，常令肥飽。一鴨便生百卵。俗所謂穀生者。此卵，既非陰陽合生，雖伏亦不成雛，宜以供膳。杭木皮，《爾雅》曰：「杭魚毒。」郭璞注曰：「杭，大木，子似栗，生南方。皮厚汁赤，中藏卵果。」無杭皮者，虎杖根、牛李根並作用。《爾雅》曰：「荼，虎杖。」郭璞注云：「似紅草粗大，有細刺，可以染赤。」淨洗、細莖，剉、煮取汁。率：二斗，及熟，下鹽一升許和之。汁極冷，內甕中，汁熱，卵則致敗，不堪久停。浸鴨子。一月，任食。煮而食之，酒食俱用。鹹徹則卵浮。吳中，多作者至十數斛；久停彌善。亦得經夏也。

雞，《爾雅》曰：雞，大者蜀，蜀子雛，未成雞，健，絕有力奮。【略】

瀹雞子法：打破，著沸湯中，浮出即掠取。生熟正得，即加鹽醋也。

炒雞子法：打破銅鐺中，攪令黃白相雜。細擘葱白，下鹽米渾豉麻油炒之。甚香矣。

棧雞易肥法：以油和麪，捻成指尖大塊，日與十數枚食之。又以做成硬飯，同土硫黃研細，每次與五分許，同飯拌勻。餵數日即肥。

葉向高、林茂槐《説類》卷五二《飲食部・乾薑》　作乾薑法：水淹三日，畢置流水中六日，更去皮，然後曝乾，入甕瓶，謂之釀也。續博物志

葉向高、林茂槐《説類》卷五二《飲食部・艾餛飩》　新生艾作乾菜，妙作餛飩。吞三五枝以飴壓之良，療一切鬼氣。續博物志

李曄《六研齋筆記》卷二　贊寧採筍法曰：避露，日出後就土取之，投密竹器中，勿見風，風觸則本堅，浸水則肉硬，脫殼煮則失味，生着刃則失柔。採而停久，非鮮也。盛而苦風，非藏也。脫殼非治也，淨之入水，非洗也，蒸煮不久，非熟也。知此可與語食筍矣。余記十年前，在武林山中寓旬月時，積雪甚盛，與數衲子地爐團坐，老僧雲山就圃拔菜十餘本，選根肥甲茂者，乾手淨之，不入水，又手斷之，不齒刀。勑童行潔釜，注水煇薪沸之，躬自投菜，略入鹽醯，作羹進客，美不可言。雲山曰：凡物皆有至味，烹點擇治非其器，水火節候違其宜，則至味失而所啖者渣滓耳。又手自操杓，橫菜一莖，釜中挹水碗餘，曰如此恰好，若減此必不能爛，菜若加此，又爲水奪味。沸止少停，即起方美，沸不及則生而帶苦，過沸則成糜不可食。余曰：妙哉，子之以菜説法，大都世出。世間何事不如此，審察精諦，方得天真受用也。與贊寧採筍同一關，捩子可録出，作伊蒲典刑。

陶珽《説郛續》卷二六李日華《蓬櫳夜話》　歙人工製腐，墳皆紫石細稜，一具直二三金，蓋硯材也。菽受磨絶膩滑無滓，煑食不用鹽豉，有自然之甘。箸山一老王姓，以砂鍋炕腐成片臠之，味獨勝，相傳許文懿公在中書遇不得意，輒投其箸曰：人生幾何時，乃舍吾鄉炕腐而合煤火肉耶。人因目此爲許閣老腐，□□□□□□□□□□□□，雜珍錯其中，有一盌費至千錢者，是直以腐爲名耳，非許公所好也。

黟縣人喜於夏秋間醃腐，令變色生毛，隨拭去之，俟稍乾，投沸油中灼過，如製饊法，漉出，以他物芼烹之，云有海中鮒魚之味，羽流衲子競以此解茹淡之饞，即貴倨亦多嗜之者。然余魯一染指，直臭腐耳，未覩其神奇也。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・菜果制》　齏二十二制

酸齏，一用老白菜在半沸湯中微芼，入甕，以菜湯同少醋澆菜上，重壓墊之。用切葅，宜和炒熟芝蘇、芫荽、生薑、芹菜、鮮竹筍，皆可爲之。一用菜細切葅，并白胡蘿蔔條米湯中同微芼，浸壓。凡微芼用筐筲盛入湯。後多倣此。楊廷秀《芹薑詩》曰：蟹眼嫩湯微熟了。

油潑齏，用芥菜稗心洗，日曬乾，入瓶，煎香油研醬末紅豆蔻縮砂仁，乘熱潑於菜上。俟一二日熟，瓶外以水遂浸寒之，不能作酸也。

揉齏，用芥菜心，同熟油鹽蒔蘿末煩揉入瓶，以冷水浸瓶寒之。

折齏，一用芥菜稗心洗，日曬乾入器，熬香油醋醬縮砂仁紅豆蔻蒔蘿末澆菜上，摇一番，傾汁入鍋，再熬再傾二三次，半日已熟。一用芥菜心洗，曬乾。入半沸湯微芼，起速以熟油鹽地椒蒔蘿末加，入甕密封，連罌冷水浸寒。一用夏青菜稗心頭，入半沸湯中微芼，起用少鹽熟油醋乘熱和，入瓶密封之。此凡佳菜稗心，皆可造。

香齏，用白菜菔、胡菜菔、豆腐、面醬、瓜薑，橘皮少許，細切條葅，熬油炒熟，入川椒，取起。

相公齏，用白菜菔、胡菜菔、萵苣、菜心、蔓青、菜根，細切條葅，各以鹽醃良久，用湯微芼，水洗，壓乾。熬香油，加醬醋煎沸，澆覆之，俟熟。

八寶齏，用麪筋、熟筍、乾木耳、豆腐、面乳線、醬薑、醬瓜、栗，細切條葅，油炒，入花椒，起。

五味瓜齏，用稗瓜方切小葅，少鹽醃一宿，日曬微乾。熬熟油，加赤砂餹、醋、鮮紫蘇菜絲、生薑絲，入熱鍋中和勻，瓷罐收。

冷齏，用菜心百斤，鹽二斤，醃五七日，以生薑碎切，同油醬醋煮熟和之，壜入小甕中，收藏。

雜和齏，用菱白、竹筍、藕、生薑、菠稜菜、青菜、胡菜蕨、瓜、豆腐、面麪筋、菜豆粉片，隨時細切條葅，未熟者先芼，以香油、醬油、醋、花椒，入鍋煮熟，和之。

菜豆齏，取菜豆芽擇潔，同菜莖條葅，作沸湯微芼，以甘艸煎湯，入少醋，俟寒，浸沒之。

茄苴齏，取乾熟茄，切小葅，同煮乾鹽豆，勻和。煎甘艸湯，入少醋，俟寒，浸沒之。

筍齏，用竹筍稗肥者，寸切葅，又剖切小片葅，沸湯微芼，沥乾，用熟油炒鹽，生薑絲、橘皮絲、川椒、蒔蘿、地椒末、醋和勻，入瓷器，一宿味透。

藕齏，同竹筍。

茭白齏，同竹筍。

葱芽齏，取葱置陰室中，從根畔进出嫩芽，摘取寸截，盛於瓶鉢中，以小器覆之，令可透水。將沸湯從小器上浇落，急漉起，以肥肉汁、醋、醬、胡椒，浇之。

韭黃齏，韭黃即新韭之在槁下者，也同葱制。

蒲蒻齏，同葱制。《周禮》五齏深蒲，一齏也。

淡齏，用冬菜揉熟，以冷水滿浸，壓之。用則芼。有温豆腐泔浸没老菜，遂作酸味，可食，不須芼。

沃十二制

蘿蔔捲，用肥白蘿蔔薄切片葅，日曬微乾，每片置川椒二粒，新紫蘇葉絲、乳絲、鮮薑絲，多寡量之，捲實，裁竹針貫五捲爲一處，煮醬油醋，浸一二日熟。

豆腐皮捲，用豆腐皮洗潤，切爲二寸濶長片，每片置川椒三粒，生薑絲、乳絲、醃肉絲、萵苣筍絲、蔓菁根絲，胡桃仁退皮碎切，實捲之，裁竹針貫二三捲爲一處，以醬油炙香。

蒸菜芼熟，曬微乾，寸切葅，用熟油、醬、縮砂仁和之，蒸透眼乾，入罌。

冬瓜，用冬瓜去皮瓤，方切小葅，加葱白屑鹽醃一宿，沥水去盡，以熟香油、酒、紅麴、地椒、蒔蘿、大茴香、花椒末，入鍋煮熟，和之。

瓠子去皮犀冬瓜。

豇豆，用稗嫩肉肥者，同蒸菜連起之。堪鮮者先芼，洗入。乾者清菜白頭，一先熬香油，入醬醋花椒薑葱再熬，入菜少芼即漉起，用器覆之，俟味足。用惟夏菁菜芥薑菜爲宜。一倪雲林用春菜心先芼，沸乾入器，切乳餅，蓋上加花椒薑鹽酒洗之，蒸熟爛爲雪窗安盍切菜。

茄用稗嫩者，方切小葅，同菜白頭前制，加赤砂餹少許。黃瓜去皮瓤，同茄。

白蘿蔔方切葅，同茄。

胡蘿蔔同白蘿蔔。

油醬炒三十五制

天花菜，先熬油熟，加水同入芼之，用醬醋。有先熬油，加醬醋水再熬，始入之，皆以葱白、胡椒、花椒、松仁油，或杏仁油少許調和，俱可和諸鮮菜，視所宜。

下做此。雞宗　燕窩　羊肚菜　麻菇　海絲菜連起之。堪鮮者先芼，洗入。乾者清

潤。竹筍蘇者先芼過，乾者先芼爛。蘇，虛嚴切。山藥　茭白　蘆筍　老藕乾紅花子

宵　蕈菜灰淘去涎，根最美，故曰蕈口可和米爲飯。謝宗可詩曰：冰蠶冷繅青纏滑，翠鈿清

綴玉絲香。蒟蒻　樹鷄加薑石耳加薑蒲蒻　胡蘿蔔　白蘿蔔擘塊碎諸肥菜心　鷄

脚菜温水洗菘菜　水芋　茄乾者先芼瓠乾者水洗。冬瓜　絲瓜　蒸菜乾菱腐　藕

腐　芝麻腐和菠稜菜豆腐或先油煎，和瓠兒菜、西洋菜乾而同。麪筋和麪菜，乾者水浸。

餅炙

油醋和十八制

發豆芽，采去根葉，沸湯微芼之，以熟油醬油醋薑和。後倣此。鮮竹筍切縷

葅，微芼。茭白切縷葅，微芼。芥菜根切縷葅，微芼。黃花菜水洗，不用薑。蠶菜芼熟。

菠稜菜微芼。芥藍菜微芼，不用薑。蘇東坡詩云：芥藍如菌蕈，脆美牙頰響。菱　藕

雞頭莖芼工熟豆。豆芼熟。刀豆稗嫩未子者，芼熟。天茄稗嫩者芼熟。蕺菜南方造蕺

菜，薄去皮，切如縷，每兩用生薑五錢，鹽一錢，川椒，熟香油少許，煎沸醋，和之，密封甕中，勿令泄氣。楊誠齋詩曰：齋臼文辭粲受辛，薑芽爲祖芥爲孫。葵菜微芼，冷水洗去涎。麪筋手折之，沸湯洗。豆腐大塊，再芼熟。

醬漬三十制

閉甕瓜，每稗嫩瓜十斤，鹽二斤，醃一宿。先用酵發，蒸熟麪餅切開，乘熱幽黃曬磨，用十斤醃瓜一層，黃一層，疊甕中，以瓜汁注之封密。六七月造，至來春開。若入茄，只可十分之二。

實香瓜，先用瓜切下蒂，去中瓤子，俱以鹽醃揉，每斤鹽一兩。實以下葅瓜絲，如水在苦，滷內浸二三時。茄絲鹽水微浸。杏仁去皮尖，易水芼六七次，去味苦，青椒子、鮮薑絲、新紫蘇葉絲、青橘皮絲，皆洗潔，微日曬，取

原蒂，蓋上編絲束之，漬於醬中。

生瓜穅面堅者，抹去毛，微醃。西瓜外刮去皮，內剔去瓤。黃瓜堅嫩者。絲瓜削去皺皮。苦瓜青穅者剖去子，鹽湯微芼，曬微乾。瓠子全者抹去毛，有去皮犀切片，曬水乾。茄用鹽煩揉，皮薄水洗，眼乾。穅茄每茄刺二三竅，竅實胡椒一粒同洗，眼。嫩韭白頭，醬油漬之。天茄穅嫩者。薑穅嫩者采潔，湯芼眼乾用，或切方葅，實以花椒紅。茭白不剖。白菜靣不剖。青椒子穅嫩者，帶枝囊刮之。杏仁囊括之。柑皮去苦膜，芼眼乾，橘皮同。萵苣筍削去皮，曬微乾。夏菁菜采去葉，洗眼乾，束之。芥菜同夏菁菜。甕菜用莖。刀豆穅嫩者。龍瓜豆穅嫩者。藕豆穅嫩者。豇豆穅嫩肥長者。豆腐乾溫水浸柔，大切片，油煎。麪筋油煎。瓠枝煮熟，大切塊。柿子將熟者。竹筍去籜。

醋浸十八制

新蒲萄先入罌，用薄米醋同甘艸作沸湯，俟寒，調炒鹽注入之。後倣此。新棗　櫻桃　金橘　金豆　李子未熟者。梅子用穅嫩未酢者，同穅嫩蒜頭。《禮》曰梅諸。諸音葅。桃子用未熟者切四分之，湯芼眼乾。《禮》曰桃諸。梧桐子嫩者。鮮竹筍微芼，生者切絶細縷，即酸筍，本出閩粵。新大豆帶殼芼，眼乾。新薑　甘露子采潔，洗去土。胡蘿蔔塊切葅，不用鹽。蔴頭密封，焚麥糠，火煨過熟。白菜頭　葱白頭根鬚同。芥根切絲，微芼。

油炒四十二制

同蒿用油熬熟入之，加少水芼熟，以少鹽川椒葱頭，或少醋調和。下倣此。

甕菜　龍鬚菜少芼。鸛嘴菜少芼。羊角黃矮瓢兒菜　菜臺　韭少芼。竹筍乾先芼熟。薺菜蘇東坡《尺牘》云：患瘡疥者，宜食薺，用淅米水芼，及生薑不用鹽醋。絲瓜　絲瓜蕊　冬瓜　菠稜菜　莧　新瓠　瓠乾　藕豆　新茄水浸。茄乾先芼。地薑根　豆腐加酒。麪筋加赤砂餹，去葱。紫藤花　金雀花　萱花　花椒芽乾湯泡，宜熟芝麻。槐芽乾再芼去苦，宜熟芝麻。香椿芽　椿芽乾湯泡，宜熟芝麻。木蓼乾再芼去苦，宜熟芝麻。馬齒莧乾湯泡，又曰五行菜。蒜苗　蒜苗乾　紫菜　蕨菜乾多芼去苦。《詩》注曰：蕨，鱉也，初生無葉時可食。薇菜乾同蕨。《詩》注曰：薇似蕨而差大，有芒而味苦。芍藥菜乾多芼去苦。《罪雪録》云槍竿嶺多芍藥苗，土人擷以爲蔬。芹菜去葉。蒲蒻　西洋菜先焯。惡實穅者。商陸穅者。

油煎十六制

茄削去外滑皮，條切，染花椒醬水，調麪糯米粉煎。下倣此鮮竹筍擘碎。胡蘿蔔切絲。瓠切絲。菜臺段切葅。薺　椿芽乾不用麪粉。槐芽先芼，不用麪粉。藕片切。藜芽即落帚。《本草》曰地膚子。蔊菜染蜜，不用麪粉。生麪筋不用麪粉，食用蜜熟者，片切，開半夾，調麪粉煎。豆腐面先煎，染蜜、赤砂餹、熟芝麻。豆腐先以大塊水煮，再切片，油煎。棗肉去皮核。栗肉片切。

餹醋十制

鮮竹筍用肥者，剖之寸切葅，每斤用鹽一兩，醃過一宿，以淡醋煎沸微芼，再同釀醋熬赤砂餹一二沸，俟寒，入器浸没。下倣此。茭白切薹頭　天茄　黃瓜切穅蒜頭以上皆不用芼。菜臺采去葉，微醃曬乾，細切葅，入甕，以沸醋熬赤砂餹，坋蒔蘿川椒和，俟寒浸之。白蘿蔔用肥大者薄切片，微醃，曬柔，捲生薑絲、鮮紫蘇葉絲，熬赤砂餹醋，浸之。

醋燒十四制

大麥白頭菜潔，以潭筍絲胡荽頭水中同甘艸芼熟，鹽醋調和冷用，即石崇家之假韭也。崇家有韭根汁加醬油，煮鷄鵝豬汁皆宜。下倣此。鮮竹筍　芹白同新蒜白頭，至夏，不宜食芹。蕈　地筍　菘菜　菰臺先作汁投之，不宜熟。茭芽　蒜苗　瓠　羊角菜　黃矮菜臺　蘆筍　浦蒻　薺陸放翁詩云：小著鹽醯助滋味，或同白蘿蔔方切葅。

鹽醃十六制

柿子，石灰湯澀者，用冷鹽湯浸之，久則色亦紅鮮。木瓜，劏去皮，方切小葅，同鹽幽甕中。夏菁菜，洗眼過，乾入，紅菜一層，鹽一層，滿疊石壓墊之。每菜一百二十斤，鹽四斤，間二二日，翻倒一次。再間一二日，又翻倒一次。熟以二三本共紐束之，置甕中。煮原汁，過冷浸没，泥封。芥菜、白菜、菜臺同制。或久留，每百斤鹽四斤。

熟醃菜，用已熟醃菜，清水芼熟，沸乾，甑蒸一宿，曬三五時，又蒸三次，俟乾醒，貯甕收。色黑味甜，如以油和，蒸之則柔。

閉甕醃菜，先用芥菜或夏菁菜，采去葉，洗潔眼乾性柔。每兩莖寬束一結，甕底先置香油一椀，始疊菜，取篾圜實。每菜一百二十斤，計鹽四斤，湯調化，冷注下，和以蒔蘿、地椒坋，一日傾出鹽水，一次復傾入之。經數次，菜熟則止。有不用油，炒熟芝麻碾末同入，如菜油熬過用。

白蘿蔔洗潔眼乾，鹽同菜斤加甘艸一兩搥碎釀，釋米水清者，澆没三寸浸之。

茄切絲疊實，鹽水浸者，止可漸爲用。有同熟醃菜制。

芹去葉。新薑葱采去黃葉。

韭先用礬水洗潔，采整暍乾，每把平鋪之，洒鹽於上，層疊於器。俟柔，每盈把爲一束，移入瓶中壓實，澆以原滷。花同。

新蒜用頭，從心中去苗，以炒鹽實滿，覺鹹味，泡甘艸湯俟冷，浸根鬚，洗暍同。瓠大切片。薺　蒲蒻寸切。萱芽

控乾七制

白菜臺每一百斤細切葅，微日曬之，以鹽二斤煩揉須透，榨絶乾，用熟油、蔣蘿、縮砂仁、大茴香、薑和勻，實疊小瓶中，蔴闕口，倒置架上，用醋。下倣此。《墨娥小録》云：用菜湯内微煮，暍微乾，碎切入瓶，築實，黄草布冪口，倒覆地上，雖一二年不壞。芥菜或用心湯煮微、熟和。生瓜切爲絲。

白蘿蔔切爲絲。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・菜果制》

萵苣筍，削去厚皮，卧置長板上，鹽煩揉須透，疊器中，天陰停下，晴日用。其滷煎沸加石灰少許，一染即起綸絲，每條繫其頭懸曬之，常以手掇直。俟起鹽霜，捲束收甕。竹筍，去殼，作沸鹽，煮熟曬乾。

菘菜，鹽水煮熟曬乾，蒸一時，再曬燥收。

芋莖，去外皮段切葅，少洒以鹽曬乾，蒸之再曬。

雞頭莖，同芋莖茭白，切條葅和少鹽曬乾。胡蘿蔔，同茭白白蘿蔔，同茭白藕老者切片葅，曬燥。

生瓜，一切絲，先以鹽水浸片時，漉起，和以生薑絲、新紫蘇葉絲，曬燥，少用赤砂餹、醋潤，或切小片葅，舊疊須實。一切大條，或華之《爾雅》疏曰半破也。以鹽醃滿其腹，俟柔曬一日，厚滷浸一日三次，須曬有鹽霜，乘熱以釅醋染之，入甕，麥稍塞口。

冬瓜，切小片葅，不宜以鹽，烈日中曬燥，收入甕。

黄瓜，去皮，方切小葅，灰澄之，曬燥，同灰甕收，用則水洗。瓠輪長薄條，和灰壓去水，曬乾。

茄，一薄削去外滑皮，細切條葅，以釋米水同鹽少許浸一時，漉出，取鮮紫蘇葉絲、生薑絲勻和，曬燥入罌，用加赤砂餹、醋。一帶蒂四分之芼熟爛壓令絶乾，洒以花椒少鹽，曬燥甕收。再用芼，或切條葅，亦宜。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・菜果制》煮二十八制【略】

老刀豆，去内外殼，宜鹽。龍瓜豆，去内外殼，宜鹽。

藕豆，去内外殼，宜鹽。

大豌豆，鮮者和殼煠，乾者以河水入灰浸一宿，洗潔煠熟，用熟油、鹽、花椒、葱炒。小豌豆，鮮者和殼煮。

竹筍，帶籜煠，大熟脱之，宜五辛醋、熟油醬。

茄，一覆椀於鍋，入水少許，置茄於上煠太熟，去皮，宜薑鹽醋，宜熟油蒸醬加罌粟米。一煠茄熟，壓去水，熱油中染起，宜蒜醋。一以茄半剖界稜，覆鍋上，熟油澆之，鹽洒之，俟熟。胡蘿蔔煠大熟，宜胡椒、鹽、醋。

白蘿蔔煠過熟，壓去水，宜熟油、鹽、醋。

茭白煮太熟，宜五辛醋。韭微芼，宜薑、鹽、醋。

蒸菜煮太熟，沸去水，宜蒜、醬、醋。

冬瓜用堅肉，切大塊，煠熟爛，界稜，澆熟油、薑、醋。

瓠同冬瓜。生瓜華之去瓤，煮過熟，切小條葅，曬乾。

莧煮太熟，沸去水，宜蒜醋。

蒲萄帶枝。胡荽頭　蔓菁根切條葅。

蒜鹽和六制

茄稗而小者芼爛，壓去水，擣蒜泥，炒鹽，和勻，實疊於罌。下倣此。冬瓜切條箭幹菜肥嫩者，截白莖爲二寸條葅，洗潔入瓶，先用擣大蒜泥和炒鹽少許覆上，作甘艸沸湯，入醋，再沸，候冷，浸没之。下倣此鷄頭莖去皮，寸切條葅。楊梅

菹，炒鹽醃一宿，沸絶乾，用蒜泥。茭白同冬瓜。竹筍帶撐笔熟，切爲條，沸去水。菜莖同冬瓜。胡蘿蔔切絲同冬瓜。

芥辣和五制

稗茄笔爛，壓乾，以芥子湛潔研細，同鹽醋少許和勻，入器。下倣此。韭頭，白菜嫩頭，竹筍帶撐笔，切條。芥菜嫩心，俱同茄。

酒糟三十四制

梅青者同苦滷浸過，用臘酒糟和鹽疊之，每斤糟計炒鹽三兩爲率。下倣此。李同梅桃同梅枇杷青熟者橄欖　棗鮮甜者。柿濫過者。茄寒露摘嫩者，煨灰中三四日取。糟訣曰：五茄六糟鹽十七，三椀河水甜如蜜。五六言斤，十七言兩，鹽用炒，久藏者不用水。筍幹菜采去葉，洗潔曬乾，作束。凡菜倣此。菜薹，菘菜，芥菜，甕菜一作漬，萵苣筍去皮眼乾。芹白，竹筍熟者眼乾。生者去撐，洗眼留可久。茭白以紅莖葉苴而糟之，即鮮紅。新薑宜醋子糟同茭白，白者加白礬少許，經歲不黑。地薑，取鬚洗潔眼乾。白蘿蔔半切，曬微乾。冬瓜，瓠，黄瓜，生瓜，絲瓜削去皮。青豆笔熟去殼。豇豆，刀豆，扁豆，橘枝生熟皆宜。山花稗苗。乾豆腐宜醋子糟。麪筋宜醋子糟。蒜嫩頭石灰清湯微笔。陽和菜出金陵。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・菜果制》

生二十八制

紫菜井水洗，宜薑醋，宜入熱油中。鹿角菜同紫菜。緑苔宜醋。裙帶菜井水洗，宜醋。萵苣筍削去皮，切片菹，宜胡椒、鹽醋。蕨菜湯燖，中浸一二宿，結蕈凍，用之宜薑醋。薺菜鹽醃，頃之加熟油、醋、熟芝麻。蕹菜宜醋。苦薏菜和水煩揉，易水苦味去，宜醬醋，或加以熟油。生菜味苦者，同苦薏。蒲蒻宜鹽醋。同蒿宜鹽醋，或加熟油。新韭宜醬醋。香椿芽　木蓮子去殼取瓤，每計一枚水二酒盞，搜汁，絹縠濾其清者，自成爲腐，宜薑醋。石耳洗，宜胡椒醋。木耳宜藕、茭白、瓜緣、竹筍絲，宜薑醋。冬瓜鐵去外皮，用鹽水洗。西瓜用堅肉，宜醬。生瓜削去皮，宜薑鹽醋。黄瓜削去皮，宜蒜醋。茭白宜炒芝麻、胡荽、鹽醋。茄宜鹽醋。銀條菜宜胡椒、醋。白菜蕨同胡菜蕨、胡荽、炒芝麻，宜熟油鹽醋，或擊碎以醬油。石花菜宜胡椒、薑、鹽、醋。山花去皮，其莖宜鹽醃，頃之水洗，加薑、醋、熟油。地薑取嫩條切，鹽醃頃之，宜醋。

草之生於野而無毒者皆可用

水蘇油炒。水藻油炒。佛耳艸頭笔爛，揉入米粉爲餅。芋頭同佛耳艸。天菜即地踏菜，宜油炒，宜日曬。盤棋菜油炒，不宜蓋鍋，熟曬乾。苦菜笔去苦水，宜油醋。蒲公英笔去苦水，宜油醋。鳳仙莖去皮笔，宜醬糟。山慈菇笔。馬蘭頭宜油炒。紅藍頭宜油炒。百合根蒸。甘菊頭劉禹錫有菊苗薤酒。蜀葵蕊宜油炒。苜蓿油炒，子可蒸餅。芭蕉露　芸臺　鮮白芷宜蜜漬糟。防風茅油炒。阿藍菜出金陵，醃久用。白菜花出金陵，醃久用。猴菜出潞州，宜曬乾搥軟，油醬炒。菠薐《瑣碎録》曰：田舍貧家取以釀酒。張文潛詩曰：烹之笔，薑椒盡取無可掇。蔆蒲八切，葉小切。陽菜出金陵。醃此類亦多。

木之初發芽等無毒者皆可用

桄榔麪出南粤，作餅。枏木麪出南粤，作餅。枸杞頭油炒，或鹽湯笔，曬乾。木魚即棕櫚新生子未出木者。蕪菁煮醋浸，可致千里。橡木子可爲腐，可炒。齊木子可爲腐。松露珠　牡丹花李杲以牛酥煎食。茅母《本草》入果部。　此類亦多，有各地産，皆宜識其性，類視前制。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・雜造制》　蒸蔬

用麻菇蕈、竹筍、木耳、麪筋、乳餅、茭白、菱藕，碎切，加香油。餘同蒸果。

菜豆芽　赤豆芽

取菜豆水漬二宿，候甲拆輕，釋之内有竅缸中，以編蒲等覆蓋蔀屋下，勿見風，常將水灌至濕透，缸竅令放去其水。俟芽長二三寸用。赤豆同。

芥辣

芥菜子湛潔入器，乘濕時研不停手。絹布沸其漿，貯瓷，注中水沈冷，加鹽少許，或以醋。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝・淡黄薑煮粥法》

取菜洗浄貯缸中，用麥麵入滾熱水，調極薄漿澆菜上，以石壓之，不用鹽，滲六七日後，菜變黄色，味有微酸，便成黄薑矣。此後但以菜投入薑汁中，便可作薑，更不復用麵。取薑切碎，舂米相兼，煮粥食之。每米二升可當三升之用，雖不及純米養人，充塞饑腸，聊以免死，亦儉歲節縮之一法也。往從陽羨山中野人家得此法，念其可以度荒，每用語人且如此用菜，菜之用益弘。穀不熟曰饑，菜不熟曰饉，古人饑饉並言良有以也。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝・筍粥法》

《吴興掌故》云，嘗見山僧作筍粥，幽尚可愛。又云山僧煮筍用大塊，云薄則味脱，大塊久煮令軟，其味自全。賀寧寄問天目舊友山中所出伊僧報詩云，山中人事遠，天眼中修定。我本無根株，只將筍爲命。但筍亦有毒，須用薑或菜莢醬制之，一説滑利大腸，而益於肺，

謂之刮腸笹。一云竹實少陽之氣，而尅脾土。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 車輪菜，《本草》名車前子，一名當道，一名芣苢，一名牛遺，一名勝烏。《爾雅》云馬烏，幽州人謂之一舌草，生滁州及真定平澤，今處處有之。春初生苗葉，布地如匙面，累年者長及尺餘，又似玉簪，葉稍大而薄，葉叢中心攛莖三四莖作長穗，如鼠尾花甚密，青色微赤。結實如葶藶，子赤黑色，生道傍，味甘。鹹性寒無毒，一云味甘性平。葉及根味甘性寒，採嫩苗葉煠熟，水浸去涎沫，淘淨，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 夏枯草，《本草》一名夕句，一名乃東，一名燕回。生蜀郡川谷及河淮浙滁平澤，今祥符西田野中亦有之。苗高二三尺，其葉對節生，葉似旋覆葉而極長大，邊有細鋸齒，背白，上多氣脉紋路。葉端開花作穗長二三寸許，其花紫白似丹參花。葉味苦微辛，性寒無毒，主瓜爲之使，俗又謂之鬱臭苗，非是。採嫩葉煠熟，換水浸淘，去苦味，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 馬蘭頭，《本草》名馬蘭，舊不著所出州土，但云生澤傍，如澤蘭，北人見其花呼爲紫菊，以其花似菊而紫也。苗高一二尺莖亦紫色葉似薄荷葉邊皆鋸齒又似地瓜兒葉微大味辛性平無毒又有山蘭生山側似劉寄奴葉無椏不對生花心微黃赤採苗葉煠熟，新汲水浸去辛味，淘洗淨，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 萖門冬，《本草》云秦名羊韭，齊名愛韭，楚名馬韭，越名羊蓍，一名禹葭，一名禹餘糧，生隨州陸州及巫谷堤坂肥土石間久廢處有之。【略】採根換水，浸去邪味，淘洗蒸熟，去心食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 苧根，舊云閩蜀江浙多有之，今許州人家田園中亦有種者。【略】根味甘性寒，採根刮洗去皮，煮極熟食之。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 蒼术，一名山薊，一名山蒼，一名山連，一名山精，生鄭山漢中山谷，今近郡山谷亦有，嵩山茅山者佳。【略】根長如指大而肥實，皮黑茶褐色，味苦甘。一云味甘辛，性温無毒，防風地榆爲之。使採根，去黑皮，薄切，浸二三宿，去苦味，煮熟食。亦作煎餌，久服輕身，延年不饑。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 菖蒲，一名堯韭，一名昌陽，生上洛池澤及蜀郡嚴道戎衡、衡州并嵩岳石磧上，今池澤處處有之。【略】採根肥大節稀，水浸去邪味，製造作果食之。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 老鴉蒜，生水邊下濕地中，其葉直生出土四垂葉狀似蒲而短背起劍脊其根形如蒜瓣，味甜，採根煠熟，水浸淘淨，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 山蘿蔔生山谷間，田野中亦有之，苗高五七寸四散分生莖葉其葉似菊葉而濶大微有艾香每莖五七葉排生如一葉稍間開紫花。根似野胡蘿蔔而黧白，色味苦，採根煠熟，水浸淘去一味，油鹽調食。

苗高一二尺葉似初生桑科小葉微短又似結梗葉微長開花似鈴鐸樣淡紅紫色根如母指大，皮色蒼，肉黲白色，味甜，採根煮食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 黃精苗，俗名筆管菜，一名重樓，一名菟竹，一名雞格，一名救窮，一名鹿竹，一名蒌蒘，一名仙人餘糧，一名垂珠，一名馬箭，一名白及，生山谷，南北皆有之。根生肥地者大如拳，薄地者猶如拇指。葉似竹葉，或兩葉，或三葉，或四五葉，俱皆對節而生，味甘性平無毒。【略】採嫩葉煠熟，換水浸去苦味，淘洗淨，油鹽調食。山中人採根九蒸九暴，食甚甘美。其蒸暴用瓷器去底，安釜上，裝置黃精令滿，密蓋蒸之，令氣溜即暴之。如此九蒸九暴，令極熟，若不熟則刺人喉咽。【略】

地黃苗俗名婆婆妳，一名地髓，一名芣，一名芑，生咸陽川澤，今處處有之。苗初搦地生，葉如山白菜葉而毛澁，面深青色，又似芥菜葉而不花，又比芥菜葉頗厚，葉中攛莖，上有細毛。莖稍開筒子花紅黃色，北人謂之牛奶子花。結實如小麥粒蕪荑，得麥門冬、清酒良，忌鐵器。採葉煠熟，水浸去邪氣，淘洗淨，九蒸九暴，任意服食，或煎以爲食。及冷淘食之，或取根浸洗淨，煮熟食之，久食甚益人。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 牛旁子，《本草》名惡實，未去蓱名鼠粘子，俗名夜乂頭，根謂之牛菜，生魯山平澤，今處處有之。【略】根長尺餘，麁如拇指，其色灰黲，味辛性平，一云味甘無毒。採苗葉煠熟，水浸去邪氣，淘洗淨，鹽油調食。及取根，水浸洗淨，煮熟食之，久食甚益人。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 蒲筍，《本草》名其苗爲香蒲，即甘蒲也，一名睢，一名蕢，俚俗名此蒲爲香蒲，謂菖蒲爲臭蒲。其香蒲水邊處處有之，根比菖蒲根，極肥大而少節，其葉初未出水時，葉莖紅白色，採以爲筍後，擡梗於業葉中，花抱梗端，如武上棒杵，故俚俗謂蒲棒，蒲黃即花中葉屑也，細若金粉，當欲開時，有便取之，市廛間亦採之，以蜜搜作果食貨賣，甚益小兒。味平性平無毒，採近根白筍，揀剥洗淨，煠熟，油鹽調食。蒸食亦可，或採根剥去麁皴，曬乾磨麵，打餅蒸食皆可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 蘆筍，其苗名葦子草。《本草》有蘆根，《爾雅》謂之葭蔧，生下濕陂澤中，其狀都似竹但差小而葉抱莖生無枝乂花白作穗如茅花，根如竹根，亦差小而節疎，露出浮水者不堪用。味甘，一云甘辛性寒。採嫩筍煠熟，油鹽調食。其根甘甜，亦可生咂食之。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 地參，又名山蔓菁，生鄭州沙崗間一名茹根，一名地菅，一名地筋，一名蒹杜，又名白茅菅，其芽一名茅針，生楚地山谷，今田野處處有之。春初生苗布地如針，夏生白花茸茸然，至秋而枯，其根至潔白，亦甚甘美。根性寒，茅針性平，花性溫，俱味甘無毒。採嫩芽剥取嫩，穰食甚益小兒，及取根咂食，甜味，久服利人。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 大藍，生河內平澤，今處處有之。人家園圃中多種苗高尺餘葉類白菜葉微厚而狹窄尖艄淡粉青色莖乂稍間開黃花結小莢其子黑色本草謂菘藍可以爲靛染青以其葉似菘菜，故名菘藍，乂名馬藍。《爾雅》所謂蔨馬藍是也。味苦性寒無毒，採葉煠熟，水浸去苦味，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 菊花一名節花，一名日精，一名女節，一名女花，一名女莖，一名更生，一名周盈，一名傳延年，一名陰成，生雍州川澤及鄧衡齊州田野，今處處有之。味苦甘，性平無毒，木枸杞桑根白皮爲之，使取莖紫氣香而味甘者，採葉煠食，或作羹，皆可。青莖而大，氣味作蒿苦者不堪食，名苦薏，其花亦可煠食，或炒茶食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 金銀花，《本草》名忍冬，一名鷺鸶藤，一名左纏藤，一名金釵股，又名老翁鬚，亦名忍冬藤，舊不載所出州土，今輝縣山野中亦有之。其藤凌冬不凋，故名忍冬草。附樹延蔓而生，莖微紫色，對節生葉，葉似薜荔葉而青，又似水茶舊葉，頭微圓而軟，背頗澁。又似黑豆葉而大。開花五出，微香，蒂帶紅色，花初開白色，經一二日則色黃，故名金銀花。《本草》中不言。善治癰疽發背，近代名人用之奇効。味甘性溫無毒，採花煠熟，油鹽調食，及採嫩葉，換水煮熟，浸去邪氣，淘淨，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 大蓼，生密縣梁家衝山谷中。拖藤而生莖有線楞而頗硬對節分生莖又葉亦對生葉似山蓼葉微短而攀曲節間開白花。其葉味苦微疎，採葉煠熟，換水浸去辣味，作成黃色，淘洗淨，油鹽調食，花亦可煠食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 茭筍，《本草》有菰根，又名菰蔣草，江南人呼爲茭草，俗又呼爲茭白，生江東池澤水中及岸際，今在處水澤邊皆有之。苗高二三尺，葉似蔗荻，又似茅葉而長大闊厚，葉間攛莩，開花如葦，結實青子。根肥，剥取嫩白筍可啖。久根盤厚，生菌細嫩，亦可噉，名菰菜。三年已上，

心中生葶如藕白，軟中有黑脉，甚堪噉，名菰首。味甘性大寒無毒，採茭菰筍煠熟，油鹽調食，或採子舂爲米，合栗煑粥，食之甚濟饑。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 木槿樹，《本草》云：木槿如小葵，花淡紅色，五葉成一花，朝開暮斂，花與枝兩用。湖南北人家多種植爲籬障。亦有千葉者，人家園圃多栽種。性平無毒，葉味甜，採嫩葉煠熟，冷水淘浄，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 白楊樹，《本草》白楊樹皮。舊不載所出州土，今處處有之。此木高大，皮白似楊，故名。葉圓如梨，肥大而尖，葉背甚白，葉邊鋸齒狀，葉蒂小，無風自動也。味苦，性平無毒，採嫩葉煠熟，作成黄色，換大淘去苦味，洗浄，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 椿樹芽，《本草》有椿木、樗木。舊不載所出州土，今處處有之。二木形幹大抵相類，椿木實而葉香可噉。樗木疏而氣臭，膳夫熬去其氣，亦可噉。北人呼樗爲山椿，江東人呼爲虎目，葉脱處有痕如樗蒲，子又眼目，故得此名。【略】然世俗不辨椿樗之異，故俗名爲椿莢，其實樗莢耳。其無花不實，木大端直爲椿，有花而莢，木小幹多迂矮者爲樗。椿味苦有毒，樗味苦有小毒，性温，一云性熱無毒。採嫩芽煠熟，水浸淘洗，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 檀樹芽，生密縣山野中。樹高一二丈，葉似槐葉而長大，開淡粉紫花。葉味苦，採嫩芽葉煠熟，換水浸去苦味，淘洗浄，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 冬青樹，生密縣山谷間。樹高丈許，枝葉似枸杞子樹而極茂盛，凌冬不凋。又似櫨子樹葉而小，亦似稚芽葉，微窄，頭頗圓而不尖，開白花，結子如豆粒大，青黑色。葉味苦，採芽葉煠熟，水浸去苦味，淘洗浄，油鹽調食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 橡子樹，《本草》橡實，櫟木子也。其殼一名柞上與切斗，所在山谷有之。木高二三丈，葉似栗葉而大，開黄花，其實橡也，有梂彙自裹其殼，即橡斗也。橡實味苦澁，性微温無毒，其殼斗可染皂。取子換水，浸煮十五次，淘去澁味，蒸極熟，食之厚腸胃肥健，人不饑。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 栢樹，《本草》有栢實，生太山山谷，及陝州宜州，其乾州者最佳，密州側栢葉尤佳。今處處有之。味甘，一云味甘辛，性平無毒。葉味苦。一云味苦辛，微温無毒。【略】採栢葉新生并嫩者，換水浸其苦味，初食苦澁，入蜜或棗肉和食尤好，後稍易喫。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 皂莢樹，生雍州川谷及魯之鄒縣，懷孟産者爲勝。今處處有之。其木極有高大者，葉似槐葉瘦長而尖，枝間多刺。結實有三種，形小者爲猪牙皂莢，良。又有長六寸及尺一者。用之當以肥厚者爲佳。味辛鹹，性温，有小毒。栢實爲之使，惡麥門冬，畏空青、人參、苦參。可作沐藥，不入湯。採嫩芽煠熟，換水浸洗淘浄，油鹽調食。又以子不以多少炒，舂去赤皮，浸軟，煑熟可食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 褚桃樹，《本草》名褚實，一名穀食。生少室山，今所在有之。【略】實味甘性寒，葉味甘性涼，俱無毒。採葉并褚桃帶花煠爛，水浸過，握乾作餅，焙熟食之。或取樹熟褚桃紅藥，食之甘美，不可久食，令人骨軟。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 柘樹，《本草》有柘木，舊不載所出州土，今北土處處有之。【略】綿柘刺少，葉似柿葉微小，枝葉間結實，狀如褚桃而小，熟則亦有紅藥。味甘微苦。柘木味甘，性温無毒。採嫩葉煠熟，以水浸洳作成黄色，換水浸去邪味，再以水淘浄，油鹽調食。其實紅熟，甘酸可食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 青檀樹，生中牟南沙崗間。其樹枝條有紋，細薄葉，形類棗葉微尖，艄背白而澁，又似白辛樹葉，微小，開白花，結青子，如梧桐子大。葉味酸澁，實味甘酸。採葉煠熟，水浸淘去酸味，油鹽調食。其實成熟，亦可摘食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 槐樹芽，《本草》有槐實，生河南平澤，今處處有之。其木有極高大者。《爾雅》云：槐有數種，葉大而黑者，名櫰公回切。槐。晝合夜開者，名守宫槐。葉細而青緑者，但謂之槐，其功用不言有別。開黄，結實似豆角狀，味苦酸鹹，性寒無毒，景天爲之使。採嫩芽煠熟，換水浸淘，洗去苦味，油鹽調食，或採黄花，炒熟食之。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 桑椹樹，《本草》有桑根白皮。舊不載所出州土，今處處有之。其葉飼蠶，結實爲桑椹。有黑白二種，桑之精英，盡在於椹。桑根白皮，東行根益佳，肥白者良。出土者不可用，殺人。味甘，性寒無毒。製造忌鐵器及鉛。葉椏者名雞桑，最堪入藥。續斷、麻子、桂心爲之使。桑椹味甘性暖，或云木白皮亦可用。採桑椹熟者食之，或熬成膏，攤於桑葉上曬

乾，搗作餅收藏，或直取椹子曬乾，可藏經年。及取椹子清汁置瓶中，封三二日即成酒。其葉嫩老皆可煠食。皮炒乾，磨麵可食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 榆錢樹，《本草》有榆皮，一名零榆，生穎川山谷、秦州，今處處有之。其木高大，春時未生葉，其枝條間先生榆莢，形狀似錢而薄小，色白，俗呼爲榆錢。後方生葉，似山茱萸葉而長尖，艄潤澤，榆皮味甘，性平無毒。採肥嫩榆葉煠熟，水浸淘洗，油鹽調食。其榆錢煠糜羹食佳，但令人多睡。或焯過曬乾備用，或爲醬，皆可食。榆皮刮去其上乾燥皴澁者，取中間軟嫩皮剉碎曬乾，炒焙極乾，搗磨爲麵，拌糖麪草末蒸食，取其滑澤易食。又云榆皮與檀皮爲末，服之令人不饑。根皮亦可搗磨爲麵食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 蕎麥苗處處種之，苗高二三尺許，就地科，又生其莖。色紅，葉似杏葉而軟，微艄，開小白花，結實作三稜萌兒。味甘平，性寒無毒。採苗葉煠熟，油鹽調食。多食微瀉。其麥或蒸，使氣餾，於烈日中曬令口開，舂取，人煮作飯食，或磨爲麵，作餅蒸食皆可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 赤小豆，《本草》舊云江淮間多種蒔，今北土亦多有之。【略】味甘酸，性平無毒，合鮓食，成消渴，爲醬合鮓食，成口瘡。人食則體重。採嫩葉煠熟，水淘洗淨，油鹽調食，明目。豆角亦可煮食。又法：赤小豆一升半，炒大荳黃一升半，焙二味，搗末，每服一合，新水下，日三服。盡三升，可度十一日不饑。又說小豆食之，逐津液，行小便，久服則虛人，令人黑瘦枯燥。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 黃豆苗，今處處有之，人家田園中多種。苗高一二尺，葉似黑豆葉而大，結角比黑豆角稍肥大，其葉味甘。採嫩苗葉煠熟，水浸淘淨，油鹽調食。或採角煮食，或收豆煮食，及磨爲麵食，皆可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 刀豆苗，處處有之，人家園籬邊多種之。苗葉似豇豆，葉肥大，開淡粉紅花，結角如皂角狀而長，其形似屠刀樣，故以名之。味甜微淡。採嫩苗葉煠熟，水浸淘浮，油鹽調食。豆角嫩時煮食，豆熟之時，收豆煮食，或磨麵食亦可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 豇豆苗，今處處有之。人家田園中多種就地拖秧而生亦延籬落葉似赤小豆葉而極長艄開淡粉紫花結角長五七寸。其豆味甘，採嫩葉煠，熟，水浸淘淨，油鹽調食，及採嫩角煠食亦可。其豆成熟時，打取豆食。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 核人樹，【略】核人味甘苦，性温冷利，有毒。得火良，惡黄芩、黄耆、葛根，解錫毒，畏蘘草。杏實味酸，性熱。採葉煠熟，以水浸漬，作成黄色，換水淘淨，油鹽調食。其杏黄熟時，摘取食。又不可多食，令人發熱及傷筋骨。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 棗樹，【略】採嫩葉煠熟，水浸作成黄色，淘淨，油鹽調食。其棗紅熟時，摘取食之，其結生硬。未紅時，煮食亦可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 莧菜，《本草》有莧實，一名馬莧，一名莫實，細莧亦同，一名人莧。幽薊間訛呼爲人杏菜。生淮陽川澤及田中，今處處有之。苗高一二尺，莖有線楞，葉如小藍葉而大，有赤白二色。家者茂盛而大，野者細小葉薄。味甘性寒無毒，不可與鱉肉同食，生鱉瘕。採苗葉煠熟，水淘洗淨，油鹽調食，曬乾煠食亦可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 馬齒莧菜，又名五行草，舊不著所出州土，今處處有之。以其葉青、梗赤、花黄、根白、子黑，故名五行草耳。味甘，性寒滑。採苗葉，先以水焯過，曬乾煠熟，油鹽調食。野蔓菁，生輝縣楮佬圈山谷中。苗葉似家蔓菁葉而薄小，其葉頭尖艄，葉脚花叉甚多，葉間攙出枝叉，上開黄花，結小角。其子黑色，根似白菜根頗大，苗葉根味微苦。採苗葉煠熟，水浸淘淨，油鹽調食，或採根，換水煮去苦味，食之亦可。

俞汝爲《荒政要覽》卷一〇《救荒本草》 薺菜，生平澤中，今處處有之。苗榻地生，作鋸齒葉。三四月出莩，分生莖叉稍上開小白花，結實小，似萡黍子。苗葉味甘，性温無毒，其實亦呼萡黍子。其子味甘性平，患氣人食之，動冷疾。不可與麵同食，令人背悶。服丹石人不可食。採子用水調攪，良久成塊，或作燒餅，或煮粥食，味甚粘滑。葉煠作菜食，或煮作羹，皆可。

陳正學《灌園草木識》卷三《木之屬》 椿，製椿芽，用滾湯淖之，撈起止其澁水，以此鹽拌之，草塞罐口極密，倒安架上，隨用隨塞，經久不壞。一方，淖過用多鹽拌之，曬乾，臨用時，濯以滾水。一方，白滾水淖過，曬乾，用時濯以滾鹽水。椿油方：夏月用椿葉滿釜，鹽一斗，攪水淋之，煮極沸，漉出去葉，將鹽水置甕中，入紫蘇葉少許，曬五六日，用磁瓶貯之。塞口極密，置日中三箇月，經久香烈。

陳正學《灌園草木識》卷三《木之屬》 香椿，芽欲久藏，白滾水淖過，曬乾。用時，濯以滾鹽水。

陳正學《灌園草木識》卷五《蔬之屬》 茄，一名落蘇。蒜茄方：茄至秋將盡時，取如指拇大者，用老酒醋滾沸，將茄撥熟，炒鹽搗蒜拌之，經年不壞。茄餅方：茄新出時，嫩而大者，蒸半熟半生，以竹針針之，手壓出水小匾，拌以炒鹽，布包石壓一宿，以鹽楊梅汁浸一日夜，去水，糝以白糖，一日去水，曬乾再蒸。以白糖末、砂仁、川椒、紫蘇、小茴，同拌曬乾，再蒸又曬半乾，收貯可以經歲。

陳正學《灌園草木識》卷五《蔬之屬》 蔕萁，一名腰萁，取嫩條未有子者，滾水淖之，入醬中佳。

陳正學《灌園草木識》卷五《蔬之屬》 筍，四明友人沈鳳翀客漳，聞予園有竹，過訪，以鍋自隨，取筍煮之，至百沸不動鍋蓋，候至極熟傾出，甘美倍常，名曰傍林鮮。

陳正學《灌園草木識》卷五《蔬之屬》 萬苣，漳名爲筍菜，用炒鹽揉之，曬乾，同薔薇、玫瑰拌，貯磁罐中，香美有韻。

陳正學《灌園草木識》卷五《蔬之屬》 生脣菜，子可染黴飯，作真紫色，漳名蝡菜，謂同蝡煮羹也，曰牛脣菜。見《八閩通誌》

彭大翼《山堂肆考》卷二〇三《草卉・筍》 僧贊寧《筍譜》：麻油薑皆殺筍毒者。採筍之法，可避露，日出後，掘深土取之，投密竹器中，以油單覆之，勿令見風。風吹旋堅，以巾帨拭其上。又不宜見水，含殼沸湯瀹之，煮宜久，生必損人。苦筍最宜久。甘筍出湯後去殼，澄煮筍汁爲羹，茹味全嘉美。不然蒸最美，或煻灰中煨後，入五味尤佳。

沈氏《農書》卷上《家常日用》 一，九月內買薑，取薑之最嫩者入糟，次嫩者用麻布拭淨，每薑三觔，用香油一盞煠滾，入薑略番兩三轉身即起，攤冷，次日拌之拇，尚可取醃，當用前法，可以不壞。

一，六月買太湖大茄，少鹽煮熟，烈日曬乾，入甑蒸黑，一如做菜乾法，如青瓶樣小菜甚佳。

一，鹽薤菜、蘿蔔菜、苔心菜，每百觔用鹽三觔，蹈過石壓，二十日後，取出曬乾，入甑蒸透，再曬極乾。用熟香油洒菜上勻透，再蒸。如此兩遍，以黑爲度，入罈收藏，不唯小菜肥甘，若用豬油醬在飯鍋上頓過，亦美味也。老農云：種鹽薤菜法，早年澆水，水年澆糞，則根長菜少而最嫩。

沈氏《農書》卷下《淡黃薑方》 七八月，洗薑葡菜入陶器，浸以黃米飯湯，日攪二三次。越三日，菜色變，即可食。間以小白菜代之，特傷脾。量家所需，以裁多寡，多則易敗也。忌白米及秈米。釜將沸，乃出其菜，澄前汁，去其滓，仍入陶器，加新菜新湯并浸之。菜生熟俱可食，佐肉佐蔬俱美，調以鹹醬及薑，惟醯不宜入，入醯過酸。汁作羹佐食尤美。臺心既往，鹹薤冬日製未至，接濟之功，此君爲多。桐崇湖州家備此味，病餘食粥，言念老友久疎，特書厥方以告庖者。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 《廣志》曰：蜀地温，食瓜至冬熟，有秋泉瓜，秋種亦冬熟。《齊民要術》云：取白米一斗，鑪中熬之以作糜，下鹽使鹹淡適口，調其寒熱，拭瓜以投其中，蜜塗甕，此蜀人方美好。陸機《瓜賦》云：桂醬起于巫山矣。《寰宇記》：蕲州有斯難樹，生子如瓜，味酸可生食。

《別録》曰：五木耳生犍爲山谷，六月多雨時采，即暴乾。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・藥石》 《寰宇記》：黎州産紅椒即丹椒也，入貢。《本草》：茂州椒，其殼一開一合爲佳，即岷山界。又云：蜀椒生於巴郡，八月采實陰乾。范子計然曰：蜀椒出武都山，赤色者佳。《爾雅》檓木椒。按：叢生，實大者爲檓，樹如茱萸，有刺，葉堅而滑澤，蜀人作茶，皆合煮其葉以爲香。

李中梓《本草通玄》卷下《菜部》 乾薑乃江西所造，水浸三日，去皮浸六日，更刮去皮，曬乾，置瓷缸中，釀三日始成。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 豆腐。朱子詩：種豆豆苗稀，力竭心已斗，加菉豆升，磨調油滓瀝，煮後點石膏者，炒入菜蔊一二片，即不成腐漿。合鹽腐。早知淮南術，安坐獲泉布。蓋《本草》言豆腐爲淮南王劉安所作者也。黄豆

醋入釜，化紅水豆油衣，揭乾者，先浸泔水，後熱之爛。中履曰：陳者以麩粉，或麥芽屑染而煮爛。徽則不爛，揭而捲之，曰豆腐爛。

加色腐。仙人草取汁入米，則成菉豆腐，延平人好食之。薜荔果贏名石蓮蓬，取汁加胭脂，則成紅豆腐。橡斗栗磨之定粉，則成黃豆腐。蕨粉爲黑腐，蒟蒻磨汁爲褐腐，其作罌粟腐，則與芝蔴腐同法。研細，絹濾去壳，入湯中，如豆腐漿下鍋，入菉豆粉攪成丸。粟二分，豆粉一分，染色任意。

紅腐乳。細豆腐少壓，切塊煮過，攤置無風處，覆之。生黃緑毛，長寸許，以竹挺簽入，透心爲度。乃拭去毛，以飛鹽及茴香、時蘿、川椒、陳皮、層層淹之。甕口餘三分，以紅麵上酒濃底，浸百日用。暄曰：爽腐爲之，可以不毛。又法：壓乾鹽淹，略曬一二日，浸半年開用，可以不毛。

筍供。林洪曰：霍如菴以方片筍和白米煮，因舉。濟顛曰：拖油盤裡炖黃金，和米鐺中煮白玉。肰參玉版，禪正在獨味，謂之傍林鮮。文與可守臨川，正煨筍午飯。忽得坡詩，想見清貧饞太守，渭川千畝在胸中。不覺噴飯滿案。山丝供曰：沃土種竹，土發十拆，即鉏出之。勿見風，以布封還，拭之蒸熟最佳。煮久湯積爲油，入少鹽，炭煁之，其味獨。全山陰筍羹是其類也。天目廬山拳筍，乃小黃竹筍也。南岳擣筍而乾之，亦勝閩之沙筍。中通曰：杭州筍大如桶，墜地即碎。用竹刀切廬山筍，青而瘦。南岳筍黑而肥，有汁，故擣之爲餅。中履曰：《筍譜》甌越箇篙筍，七八月生。綿雲南多笪筍，七月生，至十月味稍苦。芭竹筍九月生，雪竹筍五月生，方竹筍八月生。大抵浙閩以南，四時有筍。鬻筍有出汗法，遠行乃不壞。先平列立尖，以黃土覆之，灌湯潑之，一夕出汗，乃取入篋。最畏糯米糖酸之類，香橼柑橘皆然。

筍油。浙煮筍作筍羹，武火一日，文火養一夜。後采之筍，皆入此中煮，積之即筍油。宜興亦有之。此如南京之老汁也。凡熟牲家積多年之計，子孫分家，以此爲貴。得此少分煮菜，則夏月不臭。又有取椿油法。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 糟茄。入石緑，切開不黑。糟宜黃道日，蒂用線勒去。

三和菜。淡醋一分，酒一分，水一分，鹽甘草調和之。煎滾，乘熱下菜，與薑絲、橘皮絲各少許，白芷一二片，摻菜上，重湯頓，勿令開，至熟。

水菜。京口箭幹白一科數十斤，墮地碎者，畦起即洗而風，半月乾之。乃以炒鹽、川椒、細切薑，或加蒔蘿小茴。入腦心，就以菜秒自捃之入甕內。甕空十分之六，以沸水冷而浸之閉之。春夏取啖如水晶。每水菜十斤，炒鹽四兩。《神隱方》：醃菜，入甘草淹三日，倒翻其菜，去其鹵水，仍忌生水。倒後還灌鹵水，七日又倒之。

十香瓜豉，浸豆一夕，煮熟，俟温和麵，遏生黃衣，暴乾收貯，四季可作豉也。杏仁熟煮去皮，再浸七日。瓜取略苦者，水淬榨乾作丁，加官桂、良薑、薑絲、陳皮、檳香、川椒、紫蘇、薄荷、酒釀倍之，同豆麵黃封甕中。以豆掐即爛爲度。其杜椒、良薑、陳皮，皆末之。

包瓜。墨瓜從近蒂剜蓋去瓤，覆滴餘水，乃以十香料和麵筋腐乾如粟，而仍蓋之，縛定，投醬垽，一月可取。瓜中物食之甚紗。此法起于泰州。

用椒法。會菜將成，插胡椒洒之即辣。若蓋其釜，則雖多不辣。

用芥。陳芥子入細辛少許，醋與蜜同研則極辣。

生薑。生薑社前收無筋。製薑用蟬蜕，則無筋。以梅與薑相間作餡，則梅不酸，薑不辣。

收茄。以爐灰藏之，可至四五月。若煮過石壓，先暴瓦熱，而列茄，略乾則永藏。至正、二月，和物調食，味如新。又可作糖乾。

尊。荇類，葉如馬蹏，有缺者尊也。李長衡曰：袁石公盛稱湘湖尊羹，不知湘湖無尊，皆從西湖采云。又謂非湘湖水浸不佳，不知尊初摘時必浸之，經宿乃愈肥，不必湘湖也，肰西湖人無知者。尊莖如珊瑚而細，又如鹿角菜，其凍如冰，如白膠附枝，清液冷，冷欲滴香，粒滑柔如魚髓蟹脂，而清輕遠勝。

沈□《農書》卷上《逐月事宜》 四月，【略】醃青菜。

沈□《農書》卷上《逐月事宜》 六月，【略】買菜瓜入醬。【略】做瓜乾。

沈□《農書》卷上《逐月事宜》 八月，【略】買菜鹽。【略】醃菱拇。

沈□《農書》卷上《逐月事宜》 九月，【略】糟茄薑。烘青豆。

沈□《農書》卷上《逐月事宜》 十月，【略】醃菜乾。做蘿蔔菜乾。

沈□《農書》卷上《逐月事宜》 十一月，【略】踏鹽薹菜。

沈□《農書》卷上《家常日用》 一，九月内買薑，取薑之最嫩者入糟，次嫩者用蘇布拭淨，每薑三觔，用香油一盞熬滾，入薑略番兩三轉身，即起攤冷，次日拌醬入甕封貯。

一，九月内，冷露茄取細小者五觔，用麵酒糟六觔，鹽十七兩，清水一碗拌勻，連茄入甕封貯。糟薑亦如此法，但用醋拌不用水。

一，四月内，買蒜苗百觔，醃過曬乾，再多種絲瓜，採下去粗皮，醃過曬乾，一層蒜一層瓜，入甑共蒸，以黑爲度。取出曬乾封貯。一性極熱，一性極寒，勻透

中和，甚有補益，且味堪下酒，田家佳品也。

一，蒜苗寸許爲度，入醃蒜頭，糟醋煨透，不唯味美，可以辟穢臭，除痧氣。

五六月間做生活人，與蒜食之不生病，茶中加梅與薑，不受暑。

一，九月內，西鄉晚菱拇正盛而未老，去根葉淨盡，水浸半日，入鍋煮熟，細切笮乾，搗大蒜，炒鹽拌勻，入甕築實，直到春，味尚美。若菜少之年，便臨採菱之拇，尚可取醃，當用前法，可以不壞。

一，六月買太湖大茄，少鹽煮熟，烈日曬乾，入甑蒸黑。一如做菜乾法，如青瓶樣小菜甚佳。

一，鹽薹菜、蘿蔔菜、薹心菜，每百觔用鹽三觔，踏過石壓，二十日後，取出曬乾，入甑蒸透，再曬極乾，用熟香油灑菜上勻透，再蒸。如此兩遍，以黑爲度，入罈收藏，不唯小菜肥甘，若用猪油醬在飯鍋上頓過，亦美味也。老農云：種鹽薹菜法，早年澆水，水年澆糞，則根長葉少而最嫩。

沈□《農書》卷下《淡黃薹方》 七八月，洗蘿蔔菜入陶器，浸以黃米飯湯，日撥二三次。越三日，菜色變，即可食。閒以小白菜代之，特傷脾。量家所需，以裁多寡，多則易敗也。忌白米及秈米。釜將沸，乃出其菜，澄前汁，去其滓，仍入陶器，加新菜新湯，并浸之。菜生熟俱可食，佐肉佐蔬俱美，調以鹹醬及薑，惟醯不宜入，入醯過酸，汁作羹佐食尤美。薹心既徃，鹹薹冬日製。未至接濟之功，此君爲多，桐崇湖州家備此味。

王芷《稼圃輯·蔬品》 茨實俗名鷄荳，一名鴻頭，曰雁喙，曰鵠頸。【略】坊第三蓳門爲下製茨實粉法：去殼磨成粉，加水漂待清，入包袱弔起。滴水乾，再曬搗篤粉。其性平，味薄氣清，補中調胃，益心血，壯元陽之聖藥也。入粥中甚佳。生食動風冷氣損脾熟則益精。凡食鷄豆細嚼足致上池之水。根可醬可作菹，皮亦可醬食。

王芷《稼圃輯·蔬品》 製藕粉法：取粗藕不限多少，洗淨截斷，浸三日夜，每日換水，看灼然潔淨，漉出搗如泥漿，以布袋絞淨汁。又將藕查搗細，又絞汁濾出濁者，以清水少和攪之，然後澄去清水，下即好粉。凡製粉與蒸熟，皆用湖州産者，其藕眼大容米。藕生食除煩渴解酒毒。久食輕身耐老，止熱破血。

製蓮粉法：蓮肉不拘多少，先以水浸漲，洗去紅皮，揀去心，連水磨成漿，以絹佮紐去查，再磨一次，再紐一次，加水漂去澱水，待清起在包袱内弔起，滴水盡，曬乾搗成末，磁器貯用。性温味甘氣薄，補中益氣，壯心神，消水穀，除驚悸，實肌膚聖藥也。宜蒸熟，先去心，生則脹腹，不去心，令人嘔。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》 韭萍薹，《晉書》石崇爲客作豆粥，咄嗟便辦惟韭萍薹。豆至難煑，豫作熟末，客來但作白粥以投之耳。韭萍薹，乃搗韭根，雜以麥苗耳。

高士奇《扈從東巡附録》 伽爾密，蓼芽菜也，烏喇地寒，及秋即無生菜，取蓼花子濕之，覆以剉草置炕側，燠蒸生芽如綠，色微紅，其味辛辣。

諸申木克，滿洲水也，滿洲舊稱諸申，呼水爲木克。法取蔬作薹，置木桶中，和鹽少許，以水溢之，其汁微酸，取之以代醯。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七六《草木門一·豆》 豆腐。《本草》豆腐集解時珍曰：豆腐之法，始於漢淮南王劉安。凡黑豆、黄豆及白豆、泥豆、豌豆、蚕豆之類，皆可爲之。造法：水浸碾碎，濾去滓煎成，以鹽鹵汁或山礬葉，或酸漿醋澱就釜收之。又有入缸内，以石膏末收者。大抵得鹹苦酸辛之物皆可收斂凝爾。其面上凝結者，揭取晾乾，名豆腐皮，入饌甚佳也。【略】

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・芥》　芥花。《草芳譜》：芥菜薹，九月十月，取青紫白芥菜，切細，于沸湯內焯過，帶湯撈于盆內，與生薑芭同熟油、芥花，或芝麻、白鹽，約量拌勻，按于甕內，三二日變黃可食，至春不變味。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・蒜》　蒜蕨。《齊民要術》：取蕨暫經湯出，蒜亦然，令細切，與鹽酢。又云蒜蕨，俱寸切之。

蒜薹《群芳譜》：乾蒜薹鹽醃三日，曬乾，元滴煎滾燥過，又曬乾蒸熟，磁罐盛之，久留不壞。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一六《器物門二十三・鹽》　鹽葅。《北户録》睡菜五六月生田塘中，葉類茨菰，根如藕梢，土人採根爲鹽葅。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七七《草木門二・瓠》　瓠菜。《齊民要術》：作瓠菜羹法，用瓠葉五觔，羊肉三觔，葱二升，鹽五合。

瓠羹。《齊民要術》，見瓠菜下。《東京夢華録》：相國寺橋西，賈家瓠羹。《楓窗小牘》：汴京如徐家瓠羹，王家乳酪之類，皆有名。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一六《物産・金華府》　腐絲。《東陽縣志》：田豆爲上，山豆、白豆次之，撒豆爲下，質性皆受和。煙薰作乾，香味尤勝，但不解作乳，近乃切乾成絲，其細如縷，謂之東陽腐絲云。

陸曾禹《欽定康濟録》卷四《黄蘗雜煮增粥法》　取菜洗浄，貯缸中，用麥麵入滾水調稀糜澆菜上，以石壓之，不用鹽。六七日后，菜變黄色，味有微酸，便成黄蘗矣。此后但以菜投入蘗汁中，便可作蘗，更不復用麵。取蘗切碎，和米煮粥食之。每米二斗，可當三斗之用。雖不及純米養人，而充塞饑腸，聊以免死，亦儉歲縮節之一法也。

謹案：凶年增數日之粥，即救人几日之命，豈可視爲泛泛？故用黄蘗煮粥，凡米二升，可作三升之用，非法之至善者歟？物力維艱之際，不可不急爲預備也。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物産・桂林府》　茼蒿以滾湯燙之乃有味。

王士俊《閑家編》卷四《家禮養儀》　菜蔬

葱韭薤蒜，春再剥，夏秋三剥，冬四剥。芥芹菘菁，半去其外，存三葉，多者四葉，入甲者存之，葉皺而莖直者存之，肥厚而液多者存之。視虫，去蝕，蒜薹截不見風日者二寸。總之取近裏脆嫩者。

張宗法《三農紀》卷四《菜屬》　芥，【略】

以香油鹽醋，其味辛美。又曬乾可久食。或以芥子未拌入，甚辛美。法芥未法，芥子焙乾研末，沸水調孟中，覆烟火上薰片刻，又覆地上。其味辛辣，可調蔬肉，辛美甚佳。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》　蓮藕，《圖經》云：葉圓知蓋，色青光萃，六月開花，花心有黄蕊長寸餘，花褪蓮房成菂，菂在房如蜂子在窠。至秋子黑堅如石。秋冬掘根可食，白花者佳，可生啖。花紅者只可煮食。

製食。菉豆粉拌砂餹，灌孔中，白紙扎定，入釜内蒸熟，斜切片不脱，香美。《多能鄙事》云：初出新藕，以沸湯炖過，入水浸待冷，即漉出控乾。每一大盤用蜜六兩，浸去滷水，别以蜜十盤熬令琥珀色，入藕令冷收之，食美蜜。五六月采之可爲蔬，藕埋陰濕地，可經久致遠，以泥裹不壞。

製粉。取藕不拘多少，洗浄截斷，去粗皮浸三宿，换水捞出。以磁缸内造，齒中研爲漿，以密羅篩漉無渣，令粉沉。水清即瀉去水，收沉者，攤布上，置炭烘乾水曬。如遇天晴，一日曬乾可碎。遇陰雨則勿碎，來日又曬，名藕粉。食益人。

黄叔璥《臺海使槎録》卷二《習俗武備》　除夕前數日，以各種生菜沸水泡甕中，以供新歲祭祀之用。餘則待發變後食之，名曰隔年菜。

李化楠《醒園録》卷下　煮香菰法

將菰用水洗濕至透，捻微乾，熱鍋下豬油加姜絲，炙至姜赤，將菰放下，連炒數下。將原泡之水從鍋邊高處週圍循循傾下，立下立滾，隨即取起，候配烹調各菜，甚脆香。凡所和之物，當候煮熟，隨下隨起，切不可久煮以失菰性。

東洋醬瓜法

先用好麵十斤炒過，大豆粉二升，或稱重二斤亦可。二共冷水作餅，蒸熟候冷，餅約二指厚，雨掌大。於不透風煖處醬之。下用蘆蓆鋪匀，餅上用葉厚蓋。醬至黄衣上爲度，去葉翻轉，黄透曬乾漂露，愈久愈妙。瓜每斤配食鹽四兩，此獨用鹽多者，以鹽滷下醬之故。醃四五天，將瓜撈起曬微乾，瓜滷候澄清，去底下渾脚後，即將清滷攪前麵豆餅作醬，餅須搗極細，或磨過更妙。醬與瓜對配，裝入磁罐内，不用曬日，候一月可開。

乾醬瓜法

二三月天，先將小麥洗磨略碎，不過篩，若要做細醬，麵以磨細篩過爲是。和滾水做成磚條塊子，蓋於煖處，令其發霉務透，曬乾收貯。候瓜熟買來，剖作兩瓣，

銅錢刮去瓤，用滾透熟冷水洗淨，布拭乾。再用石灰一斤，亦用滾熟冷水泡，澄去渾底，將瓜泡下只過夜，次早洗淨取起，用布拭乾，用大口高盆子，將黃先研細麵篩過，先裝盆底一重，次裝瓜一重，又裝鹽一重，重重裝入，上面仍用醬麵蓋之，不用水，用麻布蓋曬。於初伏日起，日曬夜收，一月可吃。凡曬醬切不可着一點生水，以致易壞生白。每料瓜四十九斤，醬麵四十五斤，鹽九斤，石灰一斤。

醬麵鹽灰俱研細候用。

醃紅甜薑法

揀大塊嫩生薑，擦去粗皮，切成一分多厚片子，置瓷盆內。用研細白鹽少許，或將鹽打滷澄去泥沙，淨下鍋再煎成鹽，用之更妙。稍醃一二時辰，即逼出鹽水。約每斤加白醃梅乾十餘个，拌入薑片內。隔一宿，俟梅乾漲、薑片軟撈起，去酸鹹水，仍入瓷盆。每斤可加白糖五六兩，染舖所用好紅花汁半酒盃拌勻，曬一日，至次日嘗之若有鹹酸水，仍逼去，再加白糖紅花一二次。總以味甜而色清紅爲度，仍置日色處曬二三日，即可入瓶。曬時務將瓷盆日用紗蒙紮，以防蝤蟻、蒼蠅投入。

醃瓜諸法

凡要下醬之瓜，總以加三鹽爲準，但醃法不一。有將瓜刮開配鹽，瓜背向下，瓜腹向上，層層排入盆內，即壓下不動，至三四天或五六天撈起，於滷水中洗淨，晾乾水氣入醬者。有剖開去瓤，晾微乾，用灰搔擦內外，丟地隔宿，用布拭去灰令淨，勿洗水入醬者。有剖開撒鹽，用手逐塊搔擦至軟，裝入盆內，二三天撈起入醬者。諸法不一，大約用後二法，其瓜更爲青脆。

李化楠《醒園錄》卷下　醃蒜頭法

新出蒜頭乘未甚乾，實者更妙，去桿及根，用清水泡兩三天，嘗看辛辣之味去有七八就好，如未即再換清水再泡。洗淨撈起，用鹽水加醋醃之。若要吃鹹的，每斤蒜用二兩鹽、三兩醋先醃二三日，纔添水至滿封貯，可久存不壞。倘要吃半鹹半甜，當灰水中撈起時，先用薄鹽醃一兩天，然後用糖醋煎滾，俟冷灌之，若太淡加鹽，不甜加糖可也。

醃蘿蔔乾法

七八月時候，拔嫩水蘿蔔，揀五个指頭大的就好，不要太大亦不可太老，以七八月正是時候。去梗葉根，整个洗淨，曬五六分乾收起稍重。每斤配鹽一兩，拌揉至水出蔔軟，裝入罈內蓋密。次早取起，向日色處半曬半風，去水氣。曰過蔔冷，再極力揉至水出，蔔軟色赤，又裝入罈內蓋密。次早仍取出，風曬去水氣，收來再極力揉至潮濕軟紅。用小口罐分裝，務令結實，用稻草打直塞口極緊，勿令透氣漏風。將罐覆放陰涼地面，不可曬日。一月後，香脆可吃。先開吃一罐完，然後再開別罐庶不致壞。若要作小葉菜碟用，先將蘿蔔洗淨，切作小指頭大條，約二分厚一寸二三分長就好，曬至五六分乾，以下作法與整蘿蔔同。

醃芥菜法

整叢芥菜取來，將菜頭老處先行砍起另煮外，其菜身剖作兩半，若大叢的當剖作四半，曬至乾軟，晾得兩天。收脚盆內。每菜十斤當配鹽三斤，若要淡些，加二斤半亦可。將鹽先撥一半撒在菜內，以手揉至鹽盡菜軟，收入大桶內，上用大石壓之。過三天，先將淨脚盆安放平穩地方，盆上橫以木板，用米籃架上，將菜撈入籃內，上面仍用大石壓至汁出盡。一面將汁煎滾候冷澄清，一面將菜纏作把子，將原留之鹽重重配裝甕內，上面用十字竹板結之，以結實爲要。纔將清汁灌下，以淹密爲度。甕口用泥封固，甕只可小的不必太大，吃完一甕，再開別甕，久久不壞。

做霉乾菜法

將芥菜砍曬二日足，每十斤配鹽一斤，拌揉出汁，裝入盆內，用重石壓之六七天。要撈起時，用原滷擺洗去沙，曬極乾蒸之，務令極透晾冷，極力揉軟，再曬再蒸再揉，四五次爲度，纏作把子，收裝罈內，塞緊候用。或要蒸時，每次用老酒濕之，更爲加料無比矣。

做辣菜法

取芥菜之旁芽內葉併心尾二三節，曬兩日半，其心節當剖開曬。曬好切節，以寸爲度，用清水比菜略多些，將水下鍋，煮至鍋邊响時下菜，用杓翻兩三遍，急取起壓去水氣，用姜絲淡鹽花作速合拌，收入磁罐內，裝塞極緊，勿令稀鬆。其罐嘴用芥葉滾水微盪過，二三重封固，將嘴倒覆灶上二三時久，移覆地下，一週日開用，好吃。鹹的用鹽醋豬油或蘇油拌吃，好吃。甜的用糖醋油拌吃。

甜辣菜法

用白菜幫帶心葉一並切寸許長下飯籬，俟水將滾有聲時候，落去一抄，取起晾乾。用好米醋和白糖，加細姜絲、花椒、芥末、蘇油少許調勻，傾入菜內拌勻，裝入罈，三四天可吃，甚美。

經年芥辣法

芥菜取心不着水，挂曬至六七分乾，切作煘條子。每十斤約用鹽半斤，好米醋三斤。先將鹽醋煮滾候冷，乃下生芥心，拌勻，用磁瓶分裝好，泥封固一年可吃。臨吃時，加油醬等料。

做香乾菜法　一名窖菜

用生芥心併葉梗皆可，切短條子約長寸許，若嫩心即整枝用更妙，老的切不可下去。如冬瓜片子樣，日曬極乾。淡鹽少許，揉得極軟，裝入小口罐內。用稻草打直塞緊，將罐倒覆地下，不必曬日，一月可吃。或乾吃或拌老酒，或酸醋，皆美。按：鹽太淡即發霉易爛，每斤菜當加鹽一兩，少亦得七八錢。

做甕菜法

每菜十斤配炒鹽四十兩，將菜鹽層層隔鋪，揉勻入缸，醃壓三日取起，就好入盆內手揉一遍，換過一缸鹽滷留用。過三日，又將菜取起再揉一遍，又換一缸留滷候用。如是九遍，乃裝入甕內，每層菜上各撒花椒小茴香，如此結實裝好，將留存菜滷，每罈入三碗，泥封，過年可吃，甚美。按：留存菜滷若先下鍋煮數滾取起，候冷澄清去渾底，然後加入更妙。

做香小菜法

用生芥心或葉併梗皆可，先切碎約一寸長，日曬極乾，加鹽少許，揉得極軟，裝入罐內。以好老酒灌下作汁，封口，付日中曬之，如乾再加酒。

做五香菜法

每十斤菜配研細淨鹽六兩四錢，先將菜逐葉披開，桿頭厚處撕碎，或先切作寸許分。曬至六七分乾，下鹽揉至發香極軟，加花椒、小茴、陳皮絲拌勻，裝入罈內，用草塞口極緊，勿令泄氣爲妙。覆藏勿仰，一月可吃。

攪芥末法

用將滾之水調勻得宜，蓋密置灶上，略得温氣，半日後或隔宿開用。

煮菜配物法

芥菜心將老皮去盡切片，用煮肉之湯煎滾放下，煮一二滾撈起，置冷水中泡冷取起，候配物同煮至熟，其青翠之色仍舊，也不變黄，亦不能過爛，甚爲好看。

做酸白菜法

用整白菜下滾湯盪透就好，不可至熟。取起，先時收貯煮麵湯留存至酸，然後可盪菜，裝入罈内，用麵湯灌之，淹密爲度，十多天可吃。要吃時横切一箍。若無麵湯，以飯湯作酸亦可。又法：將白菜披開切斷入滾水中，只一盪取起，要取得快纔好。即刻入罈，用盪菜之水灌下，隨手將罈口封固，勿令泄氣。次日即可開吃，菜既酸脆，汁亦不渾。

醬芹菜法

芹菜揀嫩而長大者去葉取桿，將大頭剖開作三四瓣，曬微乾桿軟，每瓣取來纏作二寸長把子，即醃入吃完醬瓜之舊醬内，俟二十日可吃。要吃時，取出用手將醬摠淨，切寸許長，青翠香美，不可下水洗。若無舊醬，即將纏把芹菜每斤配鹽一兩二錢，逐層醃入盆内，二三天取出，用原滷洗淨曬微乾，將醃菜之滷澄清去渾脚，傾入醬瓜黄内，醬黄即東洋醬瓜所用，已見前。泡攪作醬，醬與芹菜對配，如醬瓜法，層層裝入罈内封固，不用曬日，二十天可吃矣。

醃黄小菜法

用黄芽白菜整个水洗净，掛繩上陰半乾，以葉黄爲度，切斷約五分長。用鹽揉勻，隔宿取出，擠去菜汁，入整花椒小茴橘皮黄酒拌勻，不可過鹹，亦不可太淡。裝入小罐封固，三日後可吃。若要久放，必將菜汁去盡，乃不變味。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》　炒筍，將筍去浄皮，横切厚片，燒鍋極熱，入香油、生姜、醬油，炒筍熟，加整花椒數粒，清黄酒少許。

醃白菜，黑醃菜，將白菜如法醃透，取曬極乾，蒸熟，再曬乾，收貯，炒肉甚佳。

蒸乾菜，揀肥嫩不蛀好白菜洗浄，燙五六分熟曬乾，以塩、醬、椒、茴、白糖、陳皮同煲極熟，又曬乾，再蒸片時，取出，磁器收貯。用時以香油揉，微入醋，飯上蒸。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》　嫩蒜薹，將薹切寸金段，每斤用塩壹兩，醃出臭水，略晾乾，拌醬油糖少許，醋拌食。

蒸蒜薹，將薹切寸金段，每斤用塩壹兩，醃出臭水，略晾乾，拌醬油糖少許，蒸熟曬乾收。或用甘草水拌蒸亦可。

蒜薹乾，將長薹塩醃三日，取出曬乾，原汁煎滾，焯過，又曬乾蒸熟，磁碾收。

水晶蒜，拔薹後七八日，刨蒜，去總皮，每斤用塩七錢，拌勻。時常顛弄，醃四日，裝磁罐内，按實令滿。竹衣封口，上插數孔，倒空出臭水。四五日取起，泥封，數日可用。用時隨開隨閉，勿冒風。

糖醋蒜，嫩蒜去總皮，塩醃壹宿，空乾，入磁器内。蒜壹層，摻紅糖壹層，層

層相間，將熬過醋露壹宿，浸之。蒜薹同。

水蘿蔔五斤，切條，用塩四兩，醃過宿。滷中洗淨撈出，布包，石壓出水，稀撒茁土，曬竟日。加黃酒、香油、椒茴末拌勻，磁器盛，三日可用。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 煨筍後，出筍不成竹，可供食。若天旱，至此遇雨，先出者亦成竹。二三番者必枯，故山谷云：筍看上番成。

煮筍用沸湯則易熟而脆，若蒿者，入薄荷少許同煮，則不蒿。與猪羊肉同煮，則不用薄荷。凡採筍過宿曰蒿。

糖筍，將筍去淨皮十斤，入極沸湯煮熟，加醬油壹斤，白糖斤半，再嘗甜鹹相稱。用文火煮，時煮時停，看汁將乾，取出，晾冷曬乾，磁器收。

塩筍乾，鮮筍去淨皮，十斤用塩四兩，入鍋，水與筍平，蓋嚴。武火煮滾，後俱用文火，時煮時停，以乾爲度。取出，灰火焙乾，收貯。筍在鍋過宿則黑，熱曬則枯。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 豆角嫩者，滾水焯熟曬乾。眉豆同。

番瓜乾，晴明日，摘將壞小番瓜，切薄片，即日曬乾，美同乾筍。不壞者不佳。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 燒茄，用醬三兩，油三兩，茄十枚，去皮蒂，排鍋內，盆蓋燒。候軟如泥，入椒塩拌，加蒜更妙。

醃黃瓜稍瓜，或整用或開兩片，去淨子瓤，細擦塩，醃過宿，棄汁。取曬至晚，另擦塩醃。次日取曬，留汁另貯，至晚再醃，次日再曬，俱貯汁候用。看瓜曬出塩航，便不用醃，排罈內，將前汁熬數滾，候冷浸之。

黃瓜切兩片，去淨子瓤，塩醃三日，取晾半日。入滷醬十餘日，滾水眼冷，洗淨，眼乾，入好麪醬醃。極嫩黃瓜，整醃之，尤肥美。茄同法。

醃韭花，於韭花半結子時收摘，去梗蒂。每斤用塩三兩，同搗爛，入罐。先別用塩醃小茄小黃瓜，醃出水，眼二日。入韭花拌勻，用錢三四文着罐底，收貯。

甜醬瓜，先將苦瓜去瓤十斤，用石灰白礬各兩半，煮水極沸，取出候冷，去渣。泡瓜壹晝夜，取出洗淨，酌用塩醃過宿，滾湯掠過，晾去水氣，不可日曬。揀去爛者，再加稍瓜黃瓜，去瓤。嫩茄子不拘多少，每斤用醬黃壹斤，炒塩四兩，將瓜壅，用大苦瓜切兩片，去瓤略醃出水。每斤用醬黃壹斤，炒塩四兩，拌勻入甕四十日。取瓜少帶醬，入罈收。餘醬或食，或再醬蔬菜。

糖醋瓜，用苦瓜壹斤切小塊，加塩兩半，醃過宿。將汁漉出，煎滾候冷。入瓜拌，曬二三日，再加好醋半斤，白糖四兩，椒、茴、砂仁末，紫蘇、橘絲、姜絲少許，拌勻，數日可用。

黃瓜茄子不拘多少，先用醬黃鋪在缸內，次以鮮瓜、茄鋪壹層，塩壹層，又下醬黃瓜、茄、塩，層層相醃五七宿，烈日曬之。欲作乾瓜，取出曬之。

瓜丁，用苦瓜二斤切小塊，加塩八兩，醃過宿，漉起。將滷入水半斤，煎滾掠過，曬半乾。用好醋壹斤，煎滾候冷，將瓜同姜絲、紫蘇、嫩茴香梗，加白糖半斤，拌勻，收貯。

糖醋茄，用嫩茄切三角塊，沸湯掠過，布包壓乾。塩醋醃壹宿，曬乾，加生姜、紫蘇、橘皮絲、茴香末，拌勻。煎滾糖醋澆，曬乾收貯。用時以湯泡過，香油煠用。

鵪鶉茄，用嫩茄切細縷，淖過控乾，以塩、醬、椒、茴、陳皮、甘草末拌，曬，蒸，收。用時以湯泡軟，香油微炒。

芥末茄，用嫩茄切條，不洗，曬半乾，多着香油，加塩炒熟，晾冷。用乾芥末拌和，磁罐收。

茄乾，大茄切三片，小二片，河水浸半時，撈入鍋內。加塩用水煮壹滾，取出，曬至晚。仍入原湯，再煮壹滾，留鍋內。明早又煮滾，取曬至晚，如前再煮，以湯盡爲度。曬極乾，入罈收。稍瓜去瓤汁，夏布拭過，絲瓜去粗皮，俱照上法做。又法：大茄煮熟劈開，用石壓乾。趁日色晴，先曬磚瓦令熱，攤茄于上，曬極乾收。正二月和物食之，其味如新。又方：茄切片曬乾，用塩、醬、椒、茴、陳皮、砂糖、水同少煮，又曬乾，再蒸少時，曬乾收。葫蘆切條，照上法做。

茄羹，將茄煮半熟，使板壓扁，微塩拌醃二日。取曬乾，放好滷醬上面，露壹宿，磁器收。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 稍瓜分兩片，去瓤，又橫切薄片，曬乾。加姜絲糖醋拌勻，磁器盛。

食香瓜，用苦瓜切碁子塊，每斤用塩八錢，加生姜、陳皮絲、椒茴末，同瓜拌醃二日。控乾，日曬，晚收入汁，如此三次。勿令太乾，裝罈。

瓜鹽，用大苦瓜切兩片，去瓤略醃出水。每箇用生姜二錢，陳皮五分，薄荷、紫蘇嫩葉少許，俱切成絲。茴香炒，砂仁末少許，用線紮成箇。置好醬內七日，

取出切碎，磁罐收。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 嫩青黃瓜切條，懸通風處成乾。刀豆蒸曬作乾。葫蘆老者開瓢，湯火傷灼舊瓢燒灰香油調敷。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 醬茄，用秋後嫩小茄蒸熟，布包壓淨水，晾乾，入甜醬內，月餘取用。醃醬內小茄，切片，炙腫毒，甚效。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 醃韭，將韭洗淨，空去水，切二指長。每韭壹斤，用塩壹兩三錢，壹層韭，壹層塩，醃三日，翻數次，裝入罐內。原汁和香油浸之。

蝠茄，用嫩茄切四瓣，滾湯煮將熟，榻好醬上。俟稍鹹，取出，加椒末麻油，入籠蒸香。籠內托以厚麪餅盛油，或煮熟曬乾。用時滾水泡透，去蒂中木絲，加香油、醬油、椒、茴末炒熟。

酸菜，用肥嫩白菜稭，少煮，不可太熟，取出，冷透。入罐內，温小米飯清湯浸之，勿太熱，不用塩，纔酸便用。陸續添湯菜，可竟冬食。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 劚山藥，此蔬健脾益腎，最宜常食。簡盛置簷風處，不見日陰乾，甚妙。

糟白菜，將肥嫩不蛀好菜，搭陰處，晾乾水氣，俟菜稭俱軟。每二斤用糟壹斤、塩四兩，拌勻，糟菜相間，隔日壹翻騰。十日後取起，拭去舊糟，另用好糟壹斤，塩十兩，糟菜三斤，糟菜相間，隔日壹翻騰。待熟，挽定，八小罈，上澆糟菜頭擘爲四瓣，繩繫陰乾。俟菜稭俱軟，擇去黃葉老梗。每斤用炒研細塩三兩二錢，分作數次，着力擦根，稍揉梗葉。俟塩入菜，仍早晚揉搓倒弄。半月後，取晾十日，加椒茴末入心，以梗窩起，入罈，填極堅。泥封，置冷處，勿受地氣。

大頭菜，用好芥菜洗淨，菜頭擘爲四瓣，繩繫陰乾。用滾水壹淘，即取出，酌量加塩略揉，再加椒茴末、熟青豆、芝蘇，少入香油，拌勻，貯罐內。又將蘿蔔切細條，少塩揉汁，澆入。即以蘿蔔絲填罐口，蓋以蘿蔔片，碗封口，三日可用。或切粗條煮熟，閉之罐中，上蓋蘿蔔片，三日後可用，醯以醋油。

辣菜，用芥根切細條，曬乾。芥菜洗淨，去梗，將葉鋪開，如薄餅大。用陳皮、杏仁、砂仁、甘草、花椒、茴香細末，撒菜上，更鋪葉壹層，又撒物料。如此鋪撒五重，以平石壓之。籠上蒸過，切小塊，調豆粉稠水醯過，入油煠熟，冷定，磁器收。

芥薹，用青紫白芥菜，切細條，沸湯焯過，帶湯撈入盆內，與生薑芭、熟芝蘇、白塩拌勻，按入罐內。三日後變黃可食，至春不改味。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 嫩青黃瓜切條，懸通風處成乾。刀豆蒸曬作乾。葫蘆老者開瓢，湯火傷灼舊瓢燒灰香油調敷。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 醬茄，用秋後嫩小茄蒸熟，布包壓淨水，晾乾，入甜醬內，月餘取用。醃醬內小茄，切片，炙腫毒，甚效。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 醃韭，將韭洗淨，空去水，切二指長。每韭壹斤，用塩壹兩三錢，壹層韭，壹層塩，醃三日，翻數次，裝入罐內。原汁和香油浸之。

蝠茄，用嫩茄切四瓣，滾湯煮將熟，榻好醬上。俟稍鹹，取出，加椒末麻油，入籠蒸香。籠內托以厚麪餅盛油，或煮熟曬乾。用時滾水泡透，去蒂中木絲，加香油、醬油、椒、茴末炒熟。

酸菜，用肥嫩白菜稭，少煮，不可太熟，取出，冷透。入罐內，温小米飯清湯浸之，勿太熱，不用塩，纔酸便用。陸續添湯菜，可竟冬食。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 劚山藥，此蔬健脾益腎，最宜常食。簡盛置簷風處，不見日陰乾，甚妙。

糟白菜，將肥嫩不蛀好菜，搭陰處，晾乾水氣，俟菜稭俱軟。每二斤用糟壹斤、塩四兩，拌勻，糟菜相間，隔日壹翻騰。十日後取起，拭去舊糟，另用好糟壹斤，塩十兩，糟菜三斤，糟菜相間，隔日壹翻騰。待熟，挽定，八小罈，上澆糟菜頭擘爲四瓣，繩繫陰乾。俟菜稭俱軟，擇去黃葉老梗。每斤用炒研細塩三兩二錢，分作數次，着力擦根，稍揉梗葉。俟塩入菜，仍早晚揉搓倒弄。半月後，取晾十日，加椒茴末入心，以梗窩起，入罈，填極堅。泥封，置冷處，勿受地氣。

大頭菜，用好芥菜洗淨，菜頭擘爲四瓣，繩繫陰乾。用滾水壹淘，即取出，酌量加塩略揉，再加椒茴末、熟青豆、芝蘇，少入香油，拌勻，貯罐內。又將蘿蔔切細條，少塩揉汁，澆入。即以蘿蔔絲填罐口，蓋以蘿蔔片，碗封口，三日可用。或切粗條煮熟，閉之罐中，上蓋蘿蔔片，三日後可用，醯以醋油。

辣菜，用芥根切細條，曬乾。芥菜洗淨，去梗，將葉鋪開，如薄餅大。用陳皮、杏仁、砂仁、甘草、花椒、茴香細末，撒菜上，更鋪葉壹層，又撒物料。如此鋪撒五重，以平石壓之。籠上蒸過，切小塊，調豆粉稠水醯過，入油煠熟，冷定，磁器收。

芥薹，用青紫白芥菜，切細條，沸湯焯過，帶湯撈入盆內，與生薑芭、熟芝蘇、白塩拌勻，按入罐內。三日後變黃可食，至春不改味。

徽乾菜，芥梗葉百斤，用塩二十二兩，拌勻。或盆或缸重叠放定，壓以大石，醃數日，出水浸過石，撈起，曬乾。以原汁煮半熟，再曬乾。蒸過，置乾淨甕中，任留不壞，出路作菜極便。六月伏天，用炒過乾肉，復同菜炒，可數日不壞。若醃芥汁煮黃豆，并極乾蘿蔔丁，曬乾收貯，經年可食。

蘿蔔乾，以蘿蔔切骰子大，曬乾。用醃芥滷汁，加花椒、小茴香同煮，再曬乾。或以芥滷煮後曬乾，拌椒茴末收貯。

淡芥菜，將菜切碎，淡醃，布包，石壓乾。少加塩花椒茴末，放小罈內，按極堅實。竹衣封口，地上洒草灰，將罈口朝下放之。

草東窩心白菜。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 冬培和菜，用白蘿蔔薄切短片，曬乾。將芥菜洗淨，風乾五六日，切寸金段。每斤用塩三兩，花椒末三錢，輕輕拌勻，入小罐收。

糟蘿蔔，用白蘿蔔切指厚片，塩醃過宿，懸背陰處，風半乾，入小罈，加椒茴末糟之，封固。

詩

荷盡已無擎雨蓋，菊殘猶有傲霜枝。壹年好景君須記，正是橙黃橘緑時。

蘇軾　柳家汀洲孟冬月，雲寒水清荻花發。壹枝持贈朝天人，願比蓬萊殿前雪。

朱長文

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 石榴梔子俱用苫圍。小雪，【略】刨窩心白菜，竪排屋內，俟乾濕適中，埋乾潤土內，頂上蓋土，勿太深。蔾蒿、菠菜，俱可窖，用苫覆頂上土，則不致雨濕結凍。水蘿蔔窖至來春，則不堪食。

醃白菜，選肥嫩菜，去根，少曬，抖去土。百斤用塩三斤，醃四日，就滷中洗淨。每科窩起，用塩二斤，醃罈內，盆覆之。

脆白菜，選肥嫩菜，擇洗淨，控乾過宿。每十斤，用塩十兩，先放甘草數莖，在潔淨甕內，將塩撒入，菜了排頓甕中，入蒔蘿少許，以手捺實，至半甕。再入甘草數莖，候甕滿，用石壓定。三日後，將菜倒過，拗出滷水，將菜排乾淨器內，却將滷水澆入，忌放生水。候七日，依前法再倒，澆入滷汁，石壓。如滷不没菜，加新汲水淹浸，其菜脆美。若至春間食不盡者，干沸湯焯過，曬乾收貯。夏間將菜

温水浸過，壓水盡出，香油拌匀，以磁碗頓飯上蒸食，其味尤美。

菜薹，用窩心白菜，去粗皮菜葉，十字劈開，蘿蔔取緊小者，破作兩半，俱向日中曬去水氣。一件薄切作片，如錢眼大，入淨罐中。以芹絲雜酒醋水淨塩椒茴末調，令得宜，澆之。隨手舉碾撼觸五七十次，密蓋罐口，置竈上温處。仍日壹次如前法撼觸，三日後取用。

淡銀菜，用好白菜不見水，以布拭淨泥土，晾半日。每斤用塩四兩，將塩分作二分，早間先以壹分入水煞極沸，將菜逐科入鍋蘸之，先蘸根，後蘸稍，壹蘸即提出晾之，恐久則菜爛。蘸完，將水冷定。午間又入塩壹分煞沸，如前法將菜蘸過，晾之。次早加整椒茴，窩入小罈内，加原汁少許，封固。菜色如銀，取用勿見風。

法製白菜，選高肥不蛀嫩菜，去黄葉洗淨，繩掛控乾。每百斤用好塩百兩，將菜逐科置木盆内揉拌。視菜變色，鋪砌缸内，石壓三日，移入别缸，使在下者在上。如此轉移三次，則扎成小把，裝小罈内，按實，不可使有踈空。將滷水斡攪，澄清去脚，煞極沸候冷，澆入菜内。泥封，七日可用。用時勿令風吹，不着滴水爲妙。

蘿蔔乾，用紅白蘿蔔各二十五斤，切條，勿太細，拌白塩四十兩，醃半日。滷中洗淨，撈出布包，石壓過宿，稀撒薄上，曬竟日。加黄酒壹斤，香油四兩，花椒小茴各二兩，共爲細末，拌匀，入罈，置冷處，任用。早做多長徼，以天尚暖也，過年用者，塩少增。

三色菜，用紅白蘿蔔兩種切條，塩醃過宿，就汁洗淨，布包，石壓乾，稀撒薄上，勤翻，務要壹日曬乾。再將醃芥菜稭切條，并芹菜梗加入，再加整花椒，熟黑豆、脂蘇，用香油小茴末拌匀，收貯，勿令出氣。

糖醋蘿蔔，將辣蘿蔔切絲曬乾，用白糖、好醋、花椒末和拌，用小罈盛，勿出氣。或將堅實蘿蔔切小塊，晾二日，每斤用白塩壹兩醃過，布揉去水，再晾再揉，又晾又揉，乾濕得宜。每斤用白糖四兩，醋壹碗，小茴、花椒、砂仁、陳皮末各壹錢拌匀，貯磁罐内。青瓜丁亦可照此法做。

博明希哲《鳳城瑣録》 蕨生邊外者，較内地更肥美。四月採其嫩梃，瀹以沸湯，曝者色黑，陰乾者色緑。

季春，村人皆擷小根菜爲食，形如蒜而小。按：小根，薤也，南人呼爲澆頭，生熟皆可食。用糖醋漬之，可久貯，無二種，通志分載之，非是。

河白菜生水畔沮洳中，葉如玉簪而窄，柔滑可食，爲村人春季夏初之常菹，乾之則色白。

袁枚《隨園食單》卷三《雜素菜單》 菜有葷素，猶衣有表裏也。富貴之人，嗜素甚于嗜葷。作《素菜單》。

蔣侍郎豆腐

豆腐兩面去皮，每塊切成十六片，亮乾，用猪油煞，清烟起，才下豆腐，略酒鹽花一撮，翻身後，用好甜酒一茶杯，大蝦米一百二十个。如無大蝦米，用小蝦米三百个。先將蝦米滾泡一个時辰，秋油一小杯，再滾一回，加糖一撮，再滾一回，用細葱半寸許長，一百二十段，緩緩起鍋。

楊中丞豆腐

用嫩腐煮去豆氣，入雞湯，同鯗魚片滾數刻，加糟油、香蕈起鍋。雞汁須濃，魚片要薄。

張愷豆腐

將蝦米搗碎，入豆腐中，起油鍋，加作料乾炒。

慶元豆腐

醬豆豉一茶杯，水泡爛，入豆腐同炒起鍋。

芙蓉豆腐

用腐腦放井水泡三次，去豆氣，入雞湯中滾。起鍋時，加紫菜蝦肉。

王太守八寶豆腐

用嫩片切粉碎，加香蕈屑、蘑菇屑、松子仁屑、瓜子仁屑、雞屑、火腿屑，同入濃雞汁中，炒滾起鍋。用腐腦亦可。用瓢不用箸。孟亭太守云：此聖祖賜徐健菴尚書方也，尚書取方時，御膳房費一千兩。太守之祖樓村先生，爲尚書門生，故得之。

程立萬豆腐

乾隆廿三年，同金壽門在揚州程立萬家食煎豆腐，精絶無雙。其腐兩面黄乾，無絲毫滷汁，微有蚌蟅鮮味，然盤中並無蚌蟅及他雜物也。次日告查宣門，查曰：我能之，我當特請。已而同杭堇浦同食于查家，則上箸大笑，乃純是雞、雀腦爲之，並非真豆腐，肥膩難耐矣。其費十倍於程，而味遠不及也。惜其時余以妹喪急歸，不及向程求方。程逾年亡，至今悔之，仍存其名，以俟再訪。

凍豆腐

將豆腐凍一夜，切方塊，滾夫豆味，加雞湯汁、火腿汁、肉汁煨之。上桌時，

撤去雞、火腿之類，單留香蕈、冬笋。豆腐煨久則鬆，面起蜂窩如凍腐。次故炒腐宜嫩，煨者宜老。家致華分司用磨菇煮豆腐，雖夏月亦照凍腐之法，甚佳。切不可加葷湯，致失清味。

蝦油豆菜

取陳蝦油，代清醬炒豆腐，須兩面熯黃。油鍋要熱，用猪油、葱椒。

蓬蒿菜

取蒿尖用油灼痛，放雞湯中滾之，起時加松菌百枚。

蕨菜

用蕨菜不可愛惜，須盡去其枝葉，單取直根，洗淨煨爛，再用雞肉湯煨。必買關東者才肥。

葛仙米

將米細檢淘淨，煮半爛，用雞湯、火腿湯煨。臨上時，要只見米，不見雞肉、火腿攪和才佳。此物陶方伯家，製之最精。

羊肚菜

羊肚菜出湖北。食法與葛仙米同。

石髮

製法與葛仙米同。夏日用麻油、醋、秋油拌之，亦佳。

珍珠菜

製法與蕨菜同。上江新安所出。

素燒鵝

煮爛山藥，切寸爲段，腐皮包，入油煎之，加秋油、酒、糖、瓜薑，以色紅爲度。

韭

韭，葷物也，專取韭白，加蝦米炒之便佳。或用鮮蝦亦可，鰲亦可，肉亦可。

芹

芹，素物也，愈肥愈妙。取白根炒之，加笋，以熟爲度。今人有以炒肉者，清濁不倫。不熟者，雖脆無味。或生拌野雞，又當別論。

豆芽

豆芽柔脆，余頗愛之。炒須熟爛，作料之味才能融洽。可配燕窩，以柔配柔，以白配白故也。然以極賤而陪極貴，人多嗤之。不知惟巢田正，可陪堯舜耳。

茭

茭白炒肉、炒雞俱可。切整段，醬、醋炙之尤佳。煨肉亦佳。須切片，以寸爲度。初出太細者無味。

青菜

青菜擇嫩者，笋炒之。夏日芥未拌，如微醋，可以醒胃。加火腿片，可以作湯。亦須現拔者才軟。

臺菜

炒臺菜心最懦，剥去外皮，入蘑菇、新笋作湯。炒食加蝦肉，亦佳。

白菜

白菜炒食，或笋煨亦可。火腿片、煨雞湯，俱可。

黃芽菜

此菜以北方來者爲佳。或用醋摟，或加蝦米烺之，一熟便喫，遲則色、味俱變。

瓢兒菜

炒瓢菜心，以乾鮮無湯爲貴。雪壓後更軟。王孟亭太守家製之最精。不加別物，宜用葷油。

波菜

波菜肥嫩，加醬水、豆腐煮之。杭人名金鑲白玉板是也。如此種菜雖瘦而肥，可不必再加笋尖、香蕈。

蘑菇

蘑菇不止作湯，炒食亦佳。但口蘑最易藏沙，更易受霉，須藏之得法，製之得宜。雞腿蘑便易收拾，亦復討好。

松菌

松菌加口蘑炒最佳，或單用秋油泡食亦妙。惟不便久留耳，置各菜中，俱能助鮮。可入燕窩作底墊，以其嫩也。

麪筋二法

一法，麪筋入油鍋炙枯，再用雞湯、蘑菇清煨。一法，不炙，用水泡，切條入濃雞汁炒之，加冬笋、天花。章淮樹觀察家製之最精。上盤時宜毛撕，不宜光切。加蝦米泡汁，甜醬炒之，甚佳。

茄二法

吴小谷廣文家，將整茄子削皮，滾水泡去苦汁，猪油炙之。炙時，須待泡水

乾後，用甜醋水乾煨，甚佳。盧八太爺家，切茄作小塊，不去皮，入油灼微黃，加秋油炮炒，亦佳。是二法者，俱學之而未盡其妙，惟烝爛劃開，用麻油、米醋拌，則夏間亦頗可食。或煨乾作脯，置盤中。

莧羹

莧須細摘嫩尖，乾炒，加蝦米或蝦仁更佳。不可見湯。

芋羹

芋性柔膩，入葷入素俱可。或切碎作鴨羹，或煨肉，或同豆腐加醬水煨。徐兆璜明府家，選小芋子入嫩雞煨湯，妙極。惜其製法未傳，大紙只用作料，不用水。

豆腐皮

將腐皮泡軟，加秋油、醋、蝦米拌之，宜于夏日。蔣侍郎家入海參用，頗妙。加紫菜、蝦肉作湯，亦相宜。或用蘑菇、筍煨清湯，亦佳。以爛爲度。蕪湖敬修和尚，將腐皮捲筒切段，油中微炙，入蘑菇煨爛，極佳。不可加雞湯。

扁豆

取現採扁豆，用肉湯炒之，去肉存豆。單炒者油重爲佳，以肥軟爲貴。毛糙而瘦薄者，瘠土所生，不可食。

瓠子王瓜

將鱘魚切片先炒，加瓠子，同醬汁煨。王瓜亦然。

烺木耳香蕈

揚州定慧菴僧，能將木耳煨二分厚，香蕈煨三分厚。先取蘑菇蓬，熬汁爲湯。

冬瓜

冬瓜之用最多，拌燕窩、魚肉、鰻、鱔、火腿皆可。揚州定慧菴所製尤佳。紅如血珀，不用葷湯。

煨鮮菱

煨鮮菱，以雞湯滾之。上時將湯撤去一半。池中現起者才鮮，浮水面者才嫩。加新栗、白果煨爛，尤佳。或用糖亦可，作點心亦可。

缸豆

缸豆炒肉，臨上時，去肉存豆。以極嫩者，抽去其筋。

煨三笋

將天目笋、冬笋、問政笋，煨入雞湯，號三笋羹。

芋煨極爛，入白菜心，烹之。加醬水調和，家常菜之最佳者。惟白菜須新摘肥嫩者，色青則老，摘久則枯。

香珠豆

毛豆至八九月間，晚收者最潤大而嫩，號香珠豆。煮熟以秋油、酒泡之。出殼可，帶殼亦可，香軟可愛。尋常之豆，不可食也。

馬蘭

馬蘭頭菜，摘取嫩者，醋合笋拌食。油膩後食之，可以醒脾。

楊花菜

南京三月有楊花菜，柔脆與波菜相似，名甚雅。

問政笋絲

問政笋，即杭州笋也。徽州人送者，多是淡笋乾，只好泡爛切絲，用雞肉湯煨用。龔司馬取秋油煮笋，烘乾上桌，徽人食之，驚爲異味。余笑其如夢之方醒也。

炒雞腿蘑菇

蕪湖大菴和尚，洗淨雞腿，蘑菇去沙，加秋油、酒炒熟，盛盤宴客，甚佳。

猪油煮蘿蔔

用熟猪油炒蘿蔔，加蝦米煨之，以極熟爲度。臨起加葱花色如琥珀。

袁枚《隨園食單》卷三《小菜單》 小菜佐食，如府史胥徒佐六官也，醒脾解濁，全在于斯。作《小菜單》。

笋脯

笋脯出處最多，以家園所烘爲第一。取鮮笋加鹽者熟，上篮烘之。須晝夜環看，稍火不旺則漫矣。用清醬者，色微黑。春笋、冬笋皆可爲之。

天目笋

天目笋多在蘇州發賣。其簍中蓋面者最佳，下二寸，便攙入老根硬節矣。須出重價，專買其蓋面者數十條，如集狐成腋之義。

玉蘭片

以冬笋烘片，微加蜜焉。蘇州孫春楊家有鹽、甜二種，以鹽者爲佳。

素火腿

處州笋脯，號素火腿，即處片也。久之太硬，不如買毛笋自烘之爲妙。

宣城筍脯

宣城筍尖，色黑而肥，與天目筍大同小異，極佳。

人參筍

製細筍如人參形，微加蜜水。揚州人重之，故價頗貴。

筍油

筍十斤，烝一日一夜，穿通其節，鋪板上，如作豆腐法，上加一板壓而笮之，使汁水流出，加炒鹽一兩，便是筍油。其筍曬乾，仍可作脯。天台僧製以送人。

糟油

糟油出太倉州，愈佳。

蝦油

買蝦子數斤，仝秋油入鍋熬之。起鍋用布瀝出秋油，仍將布包蝦子，仝放罐中盛油。

喇虎醬

秦椒搗爛，和甜醬烝之，可屑蝦米攙入。

熏魚子

熏魚子色如琥珀，以油重爲貴。出蘇州孫春楊家，愈新愈妙，陳則味變而油枯。

醃冬菜、黃芽菜

醃冬菜、黃芽菜，淡則味鮮，鹹則味惡。然欲久放，則非鹽不可。常醃一大罈，三伏時開之，上半截雖臭爛，而下半截香美異常，色白如玉，甚矣。相士之不可但觀皮毛也。

萵苣

食萵苣有二法，新醬者鬆脆可愛，或醃之爲脯，切片食甚鮮，然以淡爲貴，鹹則味惡矣。

香乾菜

春芥心風乾，取梗淡醃，曬乾，加酒、加糖、加秋油，拌後再加烝之，風乾入瓶。

冬芥

冬芥名雪裏紅。一法整醃，以淡爲佳。一法取心，風乾，斬碎，醃入瓶中，熟後放魚羹中，極鮮。或用醋慰入鍋中作辦菜亦可。煮鰻、煮鯽魚最佳。

春芥

取芥心風乾，斬碎，醃熟入瓶，號稱挪菜。

芥頭

芥根切片，入菜同醃，食之甚脆。或整醃、曬乾作脯，食之尤妙。

芝蘇菜

醃芥曬乾，斬之碎極，烝而食之，號芝蘇菜。老人所宜。

腐乾絲

將好腐乾切絲極細，以蝦子、秋油拌之。

風癟菜

將冬菜取心風乾，醃後笮出滷，小瓶裝之，泥封其口，倒放灰上。夏食之，其色黃，其嗅香。

糟菜

取醃過風癟菜，以菜葉包之，每一小包，鋪一面香糟，重叠放罈內。取食時，開包食之，糟不沾菜，而菜得糟味。

酸菜

冬菜心風乾微醃，加糖、醋、芥末，帶滷入罐中，微加秋油亦可。席間醉飽之餘，食之醒脾解酒。

臺菜心

取春日臺菜心醃之，笮出其滷，裝小瓶之中。夏日食之。風乾其花，即名菜花頭，可以烹肉。

大頭菜

大頭菜出南京承恩寺，愈陳愈佳，入葷菜中，最能發鮮。

蘿蔔

蘿蔔取肥大者，醬一二日即契，甜脆可愛。有侯尼能製爲羹，愈片如蝴蝶，長至丈許，連翩不斷，亦一奇也。承恩寺有賣者，用醋爲之，以陳爲妙。

乳腐

乳腐，以蘇州溫將軍廟前者爲佳，黑色而味鮮。有乾、濕二種，有蝦子腐亦鮮，微嫌腥耳。廣西白乳腐最佳。王庫官家製亦妙。

醬炒三果

核桃杏仁去皮，榛子不必去皮，先用油炮脆再下醬，不可太焦。醬之多少，

亦須相物而行。

醬石花

將石花洗淨入醬中，臨喫時，再洗。一名麒麟菜。

石花糕

將石花熬爛作膏，仍用刀盡開，色如蜜蠟。

小松菌

將清醬仝松茵入鍋，滾熟收起，加蒜油入罐中。可食二日，久則味變。

袁枚《隨園食單》卷三《小菜單》 醬薑

生薑取嫩者微醃，先用粗醬套之，再用細醬套之，凡三套而味成。古法用蟬退一个入醬，則薑久而不老。

醬瓜

將瓜醃後，風乾入醬，如醬薑之法。不難其甜，而難其脆。杭州施魯箴家，製之最佳。據云：醬後曬乾又醬，故皮薄而皺，上口脆。

新鹽豆

新鹽豆之嫩者，以醃芥菜炒之，甚妙。隨采隨食方佳。

茭瓜脯

茭瓜入醬，取起風乾，切片成脯，與筍脯一似。

牛首腐乾

豆腐乾以牛首僧製者爲佳。但山下賣此物者有七家，惟曉堂和尚家所製方妙。

醬王瓜

王瓜初生時，擇細者醃之，入醬脆而鮮。

袁枚《隨園食單》卷四《點心單》 芋

十月天晴時，取芋子、芋頭，曬之極乾，放草中，勿使凍傷。春間煮食，有自然之甘，俗人不知。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總》 筍蕨葵。《山家清供》：春采筍蕨之嫩者，以湯瀹之，取魚蝦同切作塊子，用湯泡滾蒸，入熟油醬研胡椒拌和，以粉皮乘覆，各合於一盞內蒸熟，名山海兆，或名筍蕨葵。許梅屋棐云：趁得山家筍蕨春，借廚烹煮自炊薪。倩誰分我杯羹去，寄與中朝食肉人。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·秋總雜識》 巴竹筍。陸璣《詩疏》：巴竹筍，八月九月生，始出地，長數寸，鬻以苦酒豉汁浸之，可以就酒及食。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·十月令雜識》 牛蒡脯。《山家清供》：牛蒡脯，孟冬采根，去皮淨洗，煮極爛壓，以鹽醬茴蘿薑椒熟油諸料，研細，火焙乾，食之如肉脯之味。

顧仲《養小錄》卷上《餚之屬》 豆豉

大青豆一斗，浸一宿，煮熟，用麪五升，糰豆攤席上，晾乾，楮葉蓋好，發中黃勃淘淨。苦瓜皮十斤，去內白一層，切丁，鹽醃榨乾。飛鹽五斤，或不用。杏仁四兩，煮七次，去皮尖，若京。師甜杏仁，止泡一次。生薑五斤，刮去皮切絲。花椒半斤，去梗目。薄荷、香菜、紫蘇三味不拘，俱切碎。陳皮半斤，去白切絲。大茴香、砂仁各二兩。白豆蔻一兩，或不用。官桂五錢。合瓜豆拌勻，裝罐。用好酒好醬油對和，加入約八九分滿，包好，數日開看。如淡加醬油，如鹹加酒，泥封曬，伏製秋成美味。

紅鹽豆

白梅一个，先安鍋底，次將淘淨鹽豆入鍋，豆中作窩，下椒鹽茴香于內，用蘇木煎水，入白礬少許，沿鍋四邊澆下，平豆爲度，燒熟，鹽不泛而豆紅。

薰豆腐

好豆腐壓極乾，鹽醃過，洗淨曬乾，塗香油薰之妙。

鳳凰腦子

好腐醃過洗淨曬乾，入酒娘糟，糟透妙甚。

凍腐

嚴冬將腐浸水內，露一夜，水冰而腐不凍，然腐氣已除，味佳。

腐乾

好腐乾用臘酒娘醬油浸透，取出，切小方塊，以蝦米末砂仁末摻上薰乾，熟香油塗上，再薰。用供翻牒，奇而美。

響鰾筋

鰾筋切條壓乾，入豬油煠過，再入香油煠，笊起椒鹽酒拌，入齒有聲，堅脆好吃。

薰鰾筋

鰾筋切小方塊，煮過，甜醬醬四五日，取出，浸鮮蝦湯內一宿，火上烘乾，再浸蝦湯內，再烘十數徧。入油略沸薰食，亦可入翻牒。

麻腐

芝麻略炒，和水磨細，絹濾去渣取汁，煮熟加真粉少許，入白糖飲。或不用

糖，則少用水，凝作腐，或煎或煮，以供素饌。

粟腐

罌粟子，如製麻腐法最精。

顧仲《養小錄》卷中《蔬之屬》 醃菜法

白菜一百斤，曬乾，勿見水，抖去泥，去敗葉。先用鹽二斤，疊入缸，勿動手，醃三四日，就滷內洗淨，加鹽，層層疊入罐內。約用鹽三斤，澆以河水，封好可長久。臘月作。

又法

冬月白菜，削去根，去敗葉，洗淨掛乾。每十斤鹽十兩，用甘草數根，先放瓮內，將鹽撒入菜了，內排疊瓮中，入蒔蘿少許，椒末亦可。以手按實，及半瓮，再入甘草數根，將菜裝滿。用石壓面，三日後取菜，搬疊別器內，器須潔淨，忌生水。將原滷澆入。候七日，依前法搬疊，疊實，用新汲水加入，仍用石壓，味美而脆。至春開食不盡者，煮曬乾收貯，夏月溫水浸過，壓去水，香油拌勻，入瓷盤，飯鍋蒸熟，味尤佳。

菜齏

大芥菜洗淨，將菜頭十字劈開，蘿蔔緊小者，切作兩半，俱曬去水迹。薄切小方寸片，入淨罐，加椒末茴香，入鹽酒醋，擎罐搖播數十次，密蓋罐口。置電上溫處，仍日搖播一轉，三日後可吃，青白間錯，鮮潔可愛。

乾閉瓮菜

菜十斤，炒鹽四十兩，入缸一皮菜，一皮鹽，醃三日，搬入盆內，揉一次，另搬疊一缸，鹽滷另貯。又三日，又搬又揉，又疊過，滷另貯。如此九徧，入瓮，疊菜一層，撒茴香椒末一層，層層裝滿，極緊實。將原汁滷每瓮入三盞，泥起，來年吃，妙之至。

閉瓮芥菜

菜淨陰乾，入鹽醃，逐日加鹽揉七日。晾去溼氣，用蓋絲茴香椒末拌入。先以香油裝罐底，一二寸，方入菜築實極滿，箬襯口，竹竿十字掌起。覆三日，瀝出油，仍正放，添原汁。三日倒一次，如此者三，泥頭，五日可開用。

水閉瓮菜

大科白菜曬軟去葉，每科用手裹成一窩，入花椒茴香數粒，隨疊瓮內滿。用鹽築口上，冷水灌滿。十日倒出水一次，倒過數次，泥封，春月供妙。

覆水辣芥菜

菜嫩心切一二寸長，曬十分乾，炒鹽拏透，加椒茴末拌勻，入瓮按實，香油滿澆瓮口。俟油沁下，再停一二日，以箬蓋好，竹籤十字撐緊，將瓮覆盆內，俟油瀝下七八。油仍可用。另用盆水覆瓮，入水一二寸，每日一換水，七日取起，覆粗紙上，去水迹淨，包好泥封。入夏取供，鮮翠可愛，切細好醋澆之，酸辣醒酒，佳品也。

撒拌和菜法

麻油加花椒，熬一二滾收貯，用時取一盞入醬油醋白糖，調和得宜，拌食絕妙。凡白菜豆芽甜菜水芹，俱須滾湯焯過，冷水漂過，搏乾入拌，脆而可口，配以腐衣木耳筍絲更妙。

細拌芥

十月內切鮮嫩芥菜，入湯一焯即撈起，切生萵苣、熟香油、芝麻、飛鹽拌勻入瓮，二三五日可吃，入春不變。

焙紅菜

白菜去敗葉莖及泥土淨，勿見水，曬一二日，切碎，用缸貯。灰火焙乾，以色黃爲度，約八分乾。每斤用炒鹽六錢揉醃，日揉三四次，揉七日。拌茴椒末，裝罐築實，箬葉竹撐罐覆月許，泥封。入夏供，甜香美色亦奇。

水芹

取肥嫩者曬去水氣，入醬，取出薰食，妙。或湯內加鹽焯過，曬乾入茶供，亦妙。

生椿

香椿細切，烈日曬乾，磨粉煎，腐中入一撮，不見椿而香。

豇豆苗

豇豆嫩苗，或油炒，或湯焯拌食，俱佳。

赤根菜

只用菠菜根，略曬，微鹽揉醃，梅滷稍潤，入瓶取供，色紅可愛。

瓜

瓜茄生

染坊漉過淡灰曬乾，用以包藏生茄子瓜，至冬月如生可用。

醬王瓜

甜醬瓜，用王瓜脆美，勝于諸瓜。

瓜齏

生菜瓜隨瓣切開去瓤，入百沸湯焯過。每斤用鹽五兩，擦醃過，豆豉末半斤，醋半斤，麪醬斤半，馬芹、川椒、乾姜、陳皮、甘草、茴香，各半兩，蕪荑二兩，共末，拌瓜入瓮按實，冷處放半月後熟，瓜色如琥珀，味香美。

煮冬瓜

老冬瓜去皮切塊，用最濃肉汁煮，久久色如琥珀，味方美妙，如此而冬瓜真可食也。

煨冬瓜法

老冬瓜一箇，切下頂蓋半寸許，去瓤子，淨以豬肉，或雞鴨，或羊肉，用好酒醬香料美汁調和，貯滿瓜腹。竹籤三四根，將瓜蓋籤牢，竪放灰堆內，則櫳糠鋪底，及四圍窩到瓜腰以上。取竈內灰火，周回焙築，埋及瓜頂以上，煨一週時，聞香取出。切去瓜皮，層層切下，供食，肉饌外瓜，皆美味也。酒肉山僧，作此受用。

薑

糟薑

薑一斤不見水，不損皮，用乾布擦去泥，社日前曬半乾，一斤糟，五兩鹽，急拌勻裝入罐。

脆薑

嫩薑去皮，甘草白芷零陵香少許，同煮熟切片。

醋薑

嫩薑鹽醃一宿，取滷同米醋煮數沸，候冷入姜，量加沙糖封貯。

糟薑

嫩薑勿見水，布拭去皮，每斤用鹽二兩，糟三斤，醃七日，取出拭淨。另用鹽二兩，糟五斤拌勻，入別瓮。先以核桃二枚搥碎，置罐底，則薑不辣。次入糟姜，以少熟栗末摻上，則薑無渣，封固收貯。如要色紅，入牽牛花拌糟。

茄

糟茄

《詩》曰五五斤。糟六六斤。茄鹽十七，十七兩。一盌河水四兩。甜如蜜。作來如法收藏好，吃到來年七月七。二日即可吃。以霜天小茄肥嫩者去蒂萼，勿見水，布拭淨，入瓷盆如法拌勻，雖用手不許揉挐。三日後茄作綠色，入罐，原糟水澆滿封，月許可用，色翠綠味美，佳品也。

蝙蝠茄

嫩黑茄籠蒸一炷香，取出壓乾，入醬，一層疊裝罐，將原油灌滿，妙。

囫圇肉茄

嫩大茄留蒂，上頭切開半寸許，輕輕挖出內肉，多少隨意。以肉切作餅子，料油醬調和得法，慢慢塞入茄內，作好疊入鍋內，入汁湯燒熟，輕輕取起，疊入盌內，茄不破而內有肉，奇而味美。

紹興醬茄

麥一斗煮熟，攤七日，磨碎，糯米爛飯一斗，鹽一斗，同拌勻，曬七日，入醃茄仍曬之。小茄一日可食，大者多日。

薑

香薑粉

香薑或曬或烘，磨粉入饌內，其湯最鮮。

薰薑

南香薑肥白者，洗淨晾乾，入醬油浸半日取出，閣稍乾，摻茴椒細末，柏枝薰。

醬麻姑

擇肥白者，洗淨蒸熟，甜酒娘醬油泡醉，美哉。

醉香薑

揀淨水泡，熬油炒熟，其原泡水澄去滓，仍入鍋收乾取起，停冷。以冷濃茶洗去油氣，瀝乾，入好酒娘醬油醉之，半日味透，素饌中妙品也。

筍

筍粉

鮮筍老頭差嫩者，以藥刀切作極薄片，篩內曬乾極，磨粉收貯。或調湯，或頓蛋，或拌肉內，供于無筍時，何其妙也。

帶殼筍

嫩筍短大者，布拭淨，每從大頭挖至近尖，以餅子料肉灌滿，仍切一筍肉塞好，以箬包之，簪糠煨熱，去外箬，不剥原枝，裝盌內供之。每人執一案，隨剥隨吃，味美而趣。

薰筍

鮮筍肉湯煮熟，炭火薰乾，味淡而厚。

生筍乾

鮮筍去老頭兩擘，大者四擘，切二寸許，鹽揉透曬乾。

生淡筍乾

鮮筍皮尖，曬乾瓶貯，不用鹽，亦不見火，山僧法也。

筍鮓

春筍剝取嫩者，切一寸長四分闊，上籠蒸熟，入椒鹽香料拌，曬極乾，入罐量澆熟香油，封好，久用。

糟筍

冬筍勿去皮，勿見水，布拭淨，以筋搠筍內嫩節，令透，入臘香糟于內。再以糟團筍外，大頭向上，入罐泥封，夏用。

蔥

醉蘿蔔

線莖實心者，切作四條，線穿曬，七分乾。每斤用鹽四兩，醃透再曬九分乾，入瓶捺實，八分滿。用滴燒酒澆入，勿封口。數日後，蔥氣發臭，臭過作杏黃色，即可食，甜美。若以縣包老香糟塞瓶上，更妙。

醃水蔥

九月後，水蔥細切片，水梨切片，停配。先下一撮鹽于罐底，入蔥一層，加梨一層，疊滿。五六日發臭，七八日臭盡，用鹽醋茴香大料煮水，候冷灌滿。一月後，取出布裹搥爛，用以解酒，絶妙。

餐芳譜

凡諸花及苗葉根與諸野菜藥草，佳品甚繁，采須潔淨，去枯蛀蟲絲，勿誤食。製須得法，或煮或烹，燔炙醃煠。

凡食苦品，先辦汁料，每醋一大鍾，入甘草末三分，白糖一錢，熟香油半盞，和成作拌菜料。或搗薑汁加入，或用芥辣，或好醬油酒娘，或一味糟油，或宜椒末，或宜砂仁，或用汕煠。

凡花菜采得洗淨，滾湯一焯即起，吸入冷水漂半刻，搏乾拌供，則色青翠脆嫩不爛。

牡丹花瓣。湯焯可，密浸可，肉汁膾亦可。

闌花。可羹可肴，但難多得耳。

玉蘭花瓣。麪拖油煠加糖，先用瓜一摺，否則炮。

蠟梅。將開者，微鹽拏過，蜜浸點茶。

迎春花。熱水一過，醬醋拌供。

萱花。湯焯拌食。

萱苗。春初苗出五寸以內，如筍尖未甚豁開者，箸土摘下，初不礙將來花葉也。湯焯拌供，肥滑甜美，佐以冬筍，風味佳絶，余名之曰碧雲菜。

甘菊苗。湯焯拌食，拖山藥粉油煠，香美。

枸杞頭。焯拌宜姜汁，醬油，微醋，亦可煮粥，冬食子。

蕈菜。湯焯急起，冷水漂，入雞肉汁薑醋拌食。

野莧。焯拌勝于炒食，勝家莧。

菱科。夏秋采嫩者去葉梗，取圓節，可焯可糟，野菜中第一品。

野白蕻。四時采嫩頭，生熟可食。

野蘿蔔。似蔔而小，根葉皆可食。

蔞蒿。春初採心苗入菜最香，葉可熟食，夏秋莖可作齏。

茉莉。嫩葉同豆腐，爐食絶品。

鵝脚花。單瓣者可食。千瓣者傷人，焯拌亦可爐食。

金荳花。採豆湯焯，供茶香美。

紫花兒。花葉皆可食。

紅花子。采子淘去，浮者碓碎，入湯泡汁，更搗更泡，取汁煎滾，入醋點住，用絹挹之，似肥肉，入素饌極佳。

金雀花。摘花湯焯，供茶，糖醋拌，作菜甚精。

金蓮花。浮水面者，夏採葉焯拌。

看麥娘。隨麥生隴上，春采熟食。

狗腳跡。葉形似之，霜降采熟食。

斜蒿。三四月生，小者全采，大者摘頭，湯焯曬乾，食時再泡拌食。

眼子菜。六七月采，生水澤中，青葉紫背，莖柔滑細長數尺，焯拌。

地踏菜。一名地耳，春夏生雨中，雨後采，姜醋熟食，日出即枯。

窩螺薺。正二月采熟食。

馬齒莧。初夏采，湯焯曬乾，冬用。

馬蘭頭。可熟，可齏，可焯，可生曬藏用。

茵陳蒿。即青蒿，春采，和麪作餅炊食。

雁兒腸。二月生，如豆芽菜，生熟皆可食。

野茭白。初夏采。

倒灌薺。熟食亦可作齏。

苦麻臺。二月采，葉搗和作餅炊食。

黃花兒。正二月采，熟食。

野荸薺。四月時菜，生熟可吃。

野蒜豆。莖葉似而差小，蔓生，生熟可吃。

油灼灼。生水邊，葉光澤如油，生熟皆可食，又可醃作乾菜蒸吃。

板薊薊。正二月采之，炊食，三四月不堪食矣。

碎米薺。三月采，止可作齏。

天藕。根似藕而小，炊食，拌料亦佳，葉不可食。

蠶豆苗。二月采，香油炒，下鹽醬煲，略加胡椒，紅白可愛，且可口。

蒼耳菜。嫩葉，焯洗，蓋鹽酒醬拌食。

芙蓉花。採瓣，湯炮一二次，拌豆腐，略加胡椒，紅白可愛，且可口。

葵菜。比蜀葵叢短而葉大，取菜，與作菜羹同法。

牛蒡子。十月取根洗淨，略煲勿太熟，取起搥匾壓乾，以鹽醬蒔蘿姜椒熟油諸料拌浸，二三日收起，焙乾，如肉脯法。

槐角葉。嫩葉揀淨，搗取汁，和麪加醬作熟齏。

椿根。秋前采，搗羅和麪切條，清水煲食。

凋菰米。即胡磡也，曬乾舂洗，造飯香不可言。

錦帶花。采花作羹，柔脆可食。

東風薺。采一二升，洗淨，入淘米三合，水三升，生薑一芽，頭搥碎，同入釜和勻，面上著些鹽醋，若知此味，海味八珍，皆可厭也。此東坡菜也，即述東坡語。

玉簪花。牛開蕊，分作三四片，少加鹽白糖，入麪調勻，拖花煎食。

梔子花。牛開蕊，凡水焯過，入細葱絲，茴椒末，黃米飯，研爛，同鹽拌勻，醃壓半日食之。或用凡焯過，用白糖和蜜入麵，加椒鹽少許，作餅煎食，亦妙。

藤花。搓洗乾，鹽湯酒拌勻，蒸熟曬乾，留作食餡子甚美，腥用亦佳。

江蓠。生臘月，生熟皆可食，花時但可作齏。

商陸。采苗莖洗淨熟蒸，加鹽料，紫色者味佳。

生膝。采苗如剪韭法，可食。

防風。采苗可作菜湯，焯料拌，極去風，芽如胭脂可愛。

苦益菜。即胡麻，嫩葉作羹，脆滑大甘。

芭蕉。根粘者爲糯蕉，可食，取根切作大片，灰汁煮熟，清水漂數次，去灰味盡，壓乾，以熟油鹽醬茴椒薑末研拌，一二日取出，少焙，敲輭，食之全似肥肉。

水菜。狀似白菜，七八月間，生田頭水岸，叢聚，色青，焯煲俱可。

松花蕊。去赤皮，取嫩白者蜜漬之，略煲，令蜜熟，勿大熟，極香脆。

白芷。嫩根，蜜浸糟藏皆可。

天門冬芽。

水藻芽。

荇菜芽。

蒲黃芽。以上俱可焯拌熟食。

水苔。春初采嫩者漂淨，石壓，焯拌，或油炒醬醋俱宜。

灰菎菜。熟食炒拌俱可，勝家菎，火證者宜之。

鳳仙花梗。湯焯，加微鹽曬乾，可留年餘，以芝麻拌供，新者可入茶，最宜拌薺筋炒食，煸豆腐，素菜無一不可。

蓬蒿。二三月采嫩頭洗淨，加鹽少醃，和粉作餅，香美。

鵝腸草。焯熟拌食。

鷄腸草。即鍾子，蓄花根焯拌食。

緜絮頭。色淡白，輭如緜，生田埂上，和粉作餅。

蕎麥葉。八九月采嫩葉熟食。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》 八寶豆腐。用好豆腐切不大不小之塊，滾水撈之，去泔水瀝乾。另以鮮雞肉與肝切片，同蝦肉入油鍋烹，白酒加下一切，或如竹筍、松菌、鮮蓮子、木耳、香菌、熟南腿片之類，酌加醬油糖花。已熟，乃以豆腐傾入同滾盛用，然須各物共計一半，而豆腐不及一半必佳。

鄒漪《本經疏證》卷六《乾薑》 作乾薑法，取白淨堅結者，水淹三日去皮，置長流水中六日，更刮去皮，曬乾置瓷缸中，釀三日乃成。弘景

李宗昉《黔記》卷一 菜豆腐，入碎菜于豆汁成之。又一種名連渣菜豆腐，

又有菠灰豆腐，以菠梗燒灰罨過宿，食之極嫩。又有磨芋豆腐，剛天南星磨漿，以石灰菠灰水點成，性寒質勁，能祛風化痰解煤毒。造者每閉户避人，有説鬼者則不成矣，又名鬼芋豆腐，或云即藥品中土芋也。

黔人好食臭腐物，每歲三月，洗白菜鋪巨桶中，加以小米，層菜層米，滿則以巨石壓之。至五月始開，氣極惡，沸湯食之，頗以爲美也。其汁治泄瀉痢疾甚効，土人呼酷菜。

黄本驥《湖南方物志》卷三《衡州府》　衡山有山筍，筍之小者。竹經野燒，當春怒發，就林間煮之，曝乾餉客。南筍，節之大者，煮而熏之，名素火腿。冬筍，筍之不篁者，味甘美，直特昂於春筍。《南嶽志》作筍乾法，用冬筍連殼切開，置籠内蒸一炊許，取出褪殼，炭火焙乾。每鮮筍二十斤，得乾片一斤，瓷器收貯。臨用時，以熱水發之，色味與鮮筍無異，可爲終歲之用，亦可寄餽遠方。《三長物齋長説》

曾國藩劉坤一《光緒江西通志》卷四九《物産・饒州府》　冬筍，冬春皆宻取，冬産者良。河口鎮烘乾，經年不壞，曰筍片。

藕粉，舊時蓮子畜池沼供玩賞，今種者已多，藕可作粉。

顧祿《清嘉録》卷一〇《十月》　鹽菜

比户鹽藏菘菜於缸甕，爲御冬之旨蓄，皆去其心，呼爲藏菜，亦曰鹽菜。有經水滴而淡者，名曰水菜，或以所去之菜心，剖菔蔓爲條，兩者各寸斷，鹽拌酒漬，入瓶，倒埋灰窖，過冬不壞，俗名春不老。孫管瀕《鹽菜詩》云：寒松秀晚色，油油一畦緑。殘年餽菜根，嗜此亦稱酷。所少園官送，絶喜野人剛。壓肩一擔霜，百錢買十束。結繩戽嚴風，攤檐暴晴旭。飛白撒晶鹽，殺青斷蒼玉。但覺兩眼饞，那顧雙手瘃。酸醬醋中滴，醯雞甕中浴。每飯飽黄薤，鐺焦就厨緑。誰信苜蓿盤，至味等菽粟。旨蓄在室中，御冬亦已足。又蔡雲吴歈云：晶鹽透漬打霜菘，瓶甕分裝足禦冬。寒溜滴殘成雋味。解醒留待酒闌供。

案：《南史・江泌傳》：菜不食心，以其有生意也，惟食老葉而已。長元吴志皆載藏菜，即箭稈菜，經霜煮食甚美。秋種肥白而長，冬日醃藏以備歲需。莫旦《蘇州賦》注：吴下比屋鹽藶，爲御冬之旨蓄。吴曼雲《江鄉節物詞》小序則云：杭俗醃菜，例以冬至開缸，先祀而後食，故居節物之一。詩云：吴鹽勻灑密加封，甕底春回菜甲鬆。碎剪冰條付殘齒，貧家一樣過肥冬。《禮記・内則》屑桂與薑，以灑諸上而鹽之。吴語謂以鹺，醃物曰鹽。桂未谷札樸謂鹽藏魚菜曰腌，義異。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷五〇《食貨志二・物産》　造醬之屬：【略】

芥辣按：以白芥子研末爲之。冬菜按：用白菜絲切之，加以花椒醃藏，香味極美。醬小菜按：有刀豆、菜瓜、黄瓜、藕梢之屬，又有滴鰕瓜、滴鰕香椿。十香菜昌平宋志：乃醬瓜之細絲，雜薑、蔴絲、紫蘇葉、茴香苗、雀瓜片、杏仁、甘露、小茄蒂、花椒等料爲之，香美異常。鮭餅昌平宋志：始自昌平，用豕皮切至細如龍鬚菜，合以飯糜、瓜子仁，納橡葉中包之，外裹以竹葉，經霜輒有橡葉香。今都門稱勝，而本州不聞矣。按：今京師亦未聞。

徐宗亮《黑龍江述略》卷六　蔬菜入夏始多，如韭菜、菠菜、蕪菁、蘿白、王瓜之類，至秋末則惟黄芽白一種，土人以鹽水浸之貯甕中，留供冬春之需，謂之酸菜，調羹頗佳。或以蕪菁、蘿白兩種入窖，隨時取食，亦苦不得其半。若老羌瓜老羌菜種自俄出，秋後亦絶無也。市肉牛羊惟多，豕肉則漢人食之。

長順等《光緒吉林通志》卷二七《風俗》　九月九日食菊花糕，【略】

是月，人家糊窗、醃菜、治菑、多蓄白菜，煮以沸水，置缸中以石壓之，曰久則味酸，質脆爽若哀梨，爲禦冬之用。

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷六〇《物産一・衡州府》　衡山有山筍，筍之小者，竹經野燒，當春怒發。就林間煮之，曝乾餉客。南筍，筍之大者，煮而熏之，名素火腿。冬筍，筍之不篁者，味甘美，直特昂於春筍。《南嶽志》

馮繩祖《救貧捷法・種菜》　油菜，【略】苗葉嫩時，摘采其稠密者作蔬。又，用沸湯焯入瓮内一宿，即黄，名黄薤。曬乾亦可食。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《五色豆腐》　明方以智《物理小識》云：仙人草取汁入米，則成緑豆腐。薛荔果贏名石蓮蓬，取汁加膩脂則成紅豆腐。橡斗栗磨粉則成黄豆腐，蕨粉爲黑腐，蒟蒻磨汁爲褐腐。按：仙人草不知何物，若入膩脂汁，則無不可紅，何必石蓮蓬乎。

佚名《西北域記》　杭靄山産菜，名蝎子菜，荆莖艾葉，葉莖皆刺手，不可觸，志皆載藏菜，即箭稈菜，經霜煮食甚美。秋種肥白而長，冬日醃藏以備歲需。莫旦《蘇州賦》注：吴下比屋鹽藶，爲御冬之旨蓄。吴曼雲《江鄉節物詞》小序則云：杭俗醃菜，例以冬至開缸，先祀而後食，故居節物之一。詩云：吴鹽勻灑密加封，甕底春回菜甲鬆。碎剪冰條付殘齒，貧家一樣過肥冬。《禮記・内則》屑桂與薑，以灑諸上而鹽之。吴語謂以鹺，醃物曰鹽。桂未谷札樸謂鹽藏魚菜曰

富察敦崇《燕京歲時記・大白菜》　大白菜者，乃鹽醃白菜也。凡送粥之家，必以此爲副。菜之美惡，可卜其家之盛衰。

按廣羣芳譜：白菜一名菘，北方多入窖内，不見風日。長出苗葉，皆嫩黄色，脆美無比，謂之黄芽，乃白菜别種。今之食者，惟分皮之與心，無所謂别

種也。

鄒存淦《田家占候集覽》卷六《六月》 六月六日，採馬齒莧，曬乾收藏。於元旦日煮熟，鹽醋醃食，一年可免時疫。

袁大化等宣統《新疆圖志》卷五二《物侯一》 韮菁，《廣雅》韮蘧蒢其華謂之菁。《齊民要術》引《四民月令》云：七月藏韮菁。今案：韮菜華搗爛浸以鹽，北方人好食此菜。天津商人在新疆者出鬻之，即鄭衆《周禮》醢人注所謂韮菹也。

袁大化等宣統《新疆通志》卷五二《物侯一》 窖菜，十月起菜收入地窖中，以備冬春之食。詩所謂旨蓄禦冬也。白菜雖大暑即種，早起味苦，必俟立冬後始起，雪中起出者更佳，蓋土性然也。

王有光《吳下諺聯》卷二《石膏點就豆腐漿》 石膏，金生水而復金。豆漿，火生土而爲水，分陰分陽，迭用柔剛，妙合而凝成爲腐，此淮南王安游戲而作，偶合于變化之理，遂利賴及萬世焉。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・九月》 醃菜，霜降後醃菜，除瓜茄、芹芥、蘿蔔、擘藍、箭幹白、春不老之外，有白菘菜者，名黃芽菜，乃都門之極品，鮮美不減富陽冬筍。又出安肅者，每棵重至數十觔，爲安肅黃芽菜，更佳。

蔣博《盤山志》卷一五《物産》 椒有二，家椒、野椒，野椒出五盆溝與小盤山，七月間，居人采之醃菜，味同小茴香。

蔣博《盤山志》卷一五《物産》 苦益菜似野菊，葉有浮毛，鼕生溝澗中，三月間采之，煠去水醃，烝三五次，作徽乾菜頗佳。

智朴酬施梅菴寄苦益菜詩：寄我山蔬名苦益，得來不覺興飛揚。無人不道肥甘好，誰信此中滋味長。

吳振臣《寧古塔紀略》 大小人家做黃齏湯，每飯用調羹。

著録

陳達叟《疏食譜》 本心翁齋居宴坐，玩先天易對，博山爐、紙帳梅花、石鼎茶葉，自奉泊如也。客從方外來，競日清言各有饑色，呼山童供蔬饌。客嘗之，謂無人間煙火氣。問食譜，予口授二十品，每品贊十六字，與味道腴者共之。

永瑢等《四庫全書總目》卷一一六《子部・譜録類存目》 《疏食譜》一卷，内府藏本，明汪士賢《山居雜志》載此書，題曰清漳陳達叟撰，不著時代。千頃堂書目亦作達叟，題曰宋人。考左圭百川學海載有此書，則宋人無疑。然百川學海所刻，其序自稱本心翁，而書前標題乃作門人清漳友善書堂陳達叟編，則達叟乃編其師之書，非所自撰也。所載食品二十種，各繫以贊，皆粗糲草具，故曰疏食。千頃堂書目加草作蔬，失其旨矣。

姚之駰《元明事類鈔》卷七《政術門・荒政》 救荒本草。《獻徵録》：周定王以庶草多可佐饑，乃購諸野人得四百餘種植圃中，躬自辨別，察其成熟，繪圖而注疏之，作《救荒本草》四卷。

嵇璜等《欽定續文獻通考》卷一八一《經籍考》 《蔬食譜》一卷，題清漳陳達叟撰。達叟始末無考。

嵇璜等《欽定續文獻通考》卷一八一《經籍考》 陳仁玉《菌譜》一卷。仁玉字碧棲，台州仙居人，擢進士第，開慶中官禮部郎中，浙東提刑，入直敷文館。臣等謹案：是編備載菌所生之地，所採之時與其形狀色味，凡十五種。

沈葆楨、吳坤修等光緒重修《安徽通志》卷三四一《藝文志》 《救荒本草》二卷，鳳陽周定王朱橚著。

沈葆楨、吳坤修光緒重修《安徽通志》卷三四一《藝文志》 《增訂菜譜》，張翀著。

藝文

嚴可均《全上古三代秦漢三國六朝文・全漢文》卷五一揚雄《蜀都賦》 爾乃其人，自造奇錦。紈纚緆綃，緣緑盧中，發文揚采，轉代無窮。

杜甫《集千家註杜工部詩集》卷一三《立春大歷元年雲安作》 春日春盤細生菜，忽憶兩京梅發時。盤出高門行白玉，菜傳纖手送青絲。巫峽寒江那對眼，杜陵遠客不勝悲。此身未知歸定處，呼兒覓紙一題詩。推愁浩蕩極勝。趙曰：齊人《月令》，凡立春日，食生菜，取迎新之意。鶴曰：《汲黯傳》見高門注云，《三輔黃圖》未央宮中有高門殿，《鮑宣傳》豈徒欲使臣美食，大官重高門之地哉。注：亦云殿名，今公用高門，蓋憶爲拾遺時也。趙曰：行白玉盤也。

杜甫《集千家註杜工部詩集》卷一七《驅豎子摘蒼耳》 江上秋已分，林中瘴

猶劇。畦丁告勞苦，無以供日夕。蓬莠猶不焦，野蔬暗泉石。卷耳況療風，童兒且時摘。侵星驅之去，爛漫任遠適。放筐亭午際，洗剥相蒙幂。登牀半生熟，下箸亦已益。加點瓜薤間，依稀橘奴跡。亂世誅求急，黎民糠粃窄。飽食復何心，荒哉膏粱客。富家厨肉臭，戰地骸骨白。寄語惡少年，黄金且休擲。夢弼曰：登牀謂荐之於俎也。趙曰：小益謂卷耳菜，能療風也。洙曰：李衡種橘於龍陽洲，謂其子曰：吾有千頭木奴，歲可收絹千匹。夢符曰：《漢書・陳平傳》亦食糠覈耳。注云：覈音紇，京師人謂麤屑爲紇頭。唐柳芳《氏族論》三世有三公者曰音梁，有令僕曰華腴。夢弼曰：《西京雜記》漢佞倖有韓嫣好彈，以金爲丸，所失者日有千餘，長安爲之語曰：苦饑寒逐金丸。

魏仲舉編《五百家注昌黎文集》卷二《陪杜侍御游湘西寺獨宿有題獻楊常侍》 澗蔬貢高芹，水果剥菱芡。祝曰：芡，雞頭。《周禮》菱芡，菓蓏。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二四《竹笋部》 白居易《食笋》

北州乃竹鄉，春笋滿山谷。山夫折盈把，抱來早市鬻。物以爲賤，雙錢易一束。置之炊甑中，與飯同時熟。紫籜拆故錦，素肌擘新玉。每日遂加飧，經時不思肉。久爲京洛客，此味常不足。且食勿踟躕，南風吹作竹。

李商隱《李義山詩集》卷中《題李上謨壁》 舊著思玄賦，新編雜擬詩。江庭猶近別，山舍得幽期。嫩割周顒韭，肥烹鮑照葵。飽聞南燭酒，仍及撥醅時。

白居易《白氏長慶集》卷七《食笋》 此州乃竹鄉，春笋滿山谷。山夫折盈把，抱來早市鬻。物以多爲賤，雙錢易一束。置之炊甑中，與飯同時熟。紫籜拆故錦，素肌擘新玉。每日遂加飧，經時不思肉。久爲京洛客，此味常不足。且食勿踟躕，南風吹作竹。

白居易《白氏長慶集》卷七《烹葵》 昨卧不夕食，今起乃朝炊。貧厨何所有，炊稻烹秋葵。紅粒香復軟，緑莖滑且肥。饑來止於飽，飽後復何思。憶昔榮遇日，追今窮退時。今亦不凍餒，昔亦無餘資。口既不減食，身亦不減衣。撫心私自問，何者是榮衰。勿學常人意，其間分是非。

魏野《東觀集》卷六《知府石太尉間抱瑶琴，榮臨圭竇，燒笋供饍刻題名，因成二絶，紀而謝之》之二： 笋近林燒厭八珍，煙爲翠幕草爲茵。功臣名姓留何處，自把金刀刻翠筠。

楊慎輯《全蜀藝文志》卷四四宋祁《益部方物贊》 植根水中，端若串珠。皿而瀹之，可以代蔬。

右真珠菜戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖蔓若貫珠，蜀人以爲蜜煮食之，或以醋煮，可行數千里不朽也。

梅堯臣《宛陵集》卷一二《和挑菜十二月十二日》 中圃本膏壤，始覺氣候偏。出土蓼甲紅，近水芹芽鮮。挑以寶環刀，登之饌玉筵。僻遠尚含凍，安古春陽前。造物非有意，地勢使之然。

梅堯臣《宛陵集》卷一二《臘笋》 南山深竹養，去下有鷓鴣鳴。破臘初挑筍，《吕氏春秋》曰：和之美竹，越之籍筍。詩新欲比瓊。薦盤香更美，案酒味偏清。馬援當時見，曾將禹貢評。伏波至荔浦見冬笋，上言《禹貢》厥包橘柚疑是謂也。

梅堯臣《宛陵集》卷二八《李密學遺苔醬脯雲是自採爲之》 渥流寒且急，岸草已雕摧。石髮尚堪把，江人曾不來。誰將烏榜去，留採碧潭隈。持作吴鄉味，能令案緑杯。

梅堯臣《宛陵集》卷三一《食齊》 世羞食齊貧，食齊我所甘。適見採齊人，自出國門南。土盞瘦鐵刀，霜亂青竹籃。攜持入凍地，挑以根葉參。手龜不自飽，食此尚可慙。肥羔朱尾魚，腥羶徒爾貪。

梅堯臣《宛陵集》卷五《荅劉原甫寄糟薑》 名國萬家城，千畦等封侯。厭當燕去前，醃牙費糟邱。無筋偃王笑，有味三閭羞。寄入翰林席，聖以不撤優。又寄蓬門下，作賦誰肯休。唯我廣文舍，免爲壅鹽仇。劉公漢家裔，才學欵向儔。胷懷飽經史，辨論出九州。曾不奉權貴，但與故人投。贈辛非贈甘，此意當自求。

梅堯臣《宛陵集》卷五九《和吴冲卿藏菜》 霜前收美菜，欲以禦冬時。備乏且增品，挑親那復思。菖蒲嗜西伯，薑食語宣尼。未免效流俗，竟將罌盎爲。

宋祁《景文集》卷四七《真珠菜贊并序》 戎瀘等州有之，生水中石上，翠縷纖腰若貫珠，蜀人以密煮食之，或以醯煮，可行數千里不腐也。贊曰：植根水中，端若串珠。皿而瀹之，可以代蔬。

胡宿《文恭集》卷二《和人山居》 翠柏陰山莊，巖局四序涼。歌攀牛角遠，嘯引鳳音長。夕膳烹葵熟，春杯切桂香。列侯生計在，千户橘含霜。

歐陽修《文忠集》卷九《初食鷄頭有感》 一本無有感字。六月京師暑雨多，夜夜南風吹茭穉。凝祥池鎖會靈園，僕射陂安可擬。京師貢，五嶽宫及鄭州鷄頭最爲佳。爭先園客採新苞，剖蚌得珠從海底。都城百物貴新鮮，厥價雖酬與珠比。金盤磊落何所薦，滑臺撥醅如玉體。自慙竊食萬錢厨，滿口飄浮嗟病齒。却思年少在江湖，野艇高歌菱荇裏。香新味全手自摘，玉潔沙磨軟還美。一瓢

固不羨五鼎，萬事適情爲可喜。何時遂一作益。買潁東田，歸可結茅臨野水。

文同《丹淵集》卷五《芹歎》 清霜入寒溪，水迹落一尺。飛沙上芹葉，脆卷如燎炙。孤根抱生意，春澤守遺瀝。願奉野人薦，充君盤中實。

文同《丹淵集》卷五《過友人谿居》 【略】白浪搖秋艇，青烟蓋晚厨。主人誇野飯，爲我煮新蔬。

吕南公《灌園集》卷六《野菜》 采采新英出遠岡，生香不斷冷垂漿。地神手植元無種，天子頒嘗亦有方。老皮先紫，山鬼腸饑色更蒼。野饌自宜清品味，世情誰識淡馨香。舊林春草盤殘慣，憶共隣翁踞坐嘗。

彭汝礪《鄱陽集》卷一《採葑》 古人採薇蕨，我亦愛斯葵。能隨朝陽傾，不爲秋露萎。烹調戒中厨，聊以燕母慈。拔根取廉名，未愧魯公儀。

蘇軾《東坡全集》卷九《春菜》 蔓菁宿根已生葉，韮牙戴土拳如蕨。爛烝香糝白魚肥，碎點青蒿涼餅滑。宿酒初消春睡起，細履幽畦撥芳辣。茵陳甘菊不負渠，繪縷堆盤纖手抹。北方苦寒今未已，雪底波稜如鐵甲。豈如吾蜀富冬蔬，霜葉露芽寒更茁。久抛菘葛猶細事，苦筍江豚那忍説。明年投劾徑須歸，莫待齒摇并髮脱。

蘇軾《東坡全集》卷九《送笋芍藥與公擇二首》 久客厭虜饌，蜀人謂東北人虜子。枵然思南烹。故人知我意，千里寄竹萌。駢頭玉嬰兒，一一脱錦襠。庖人應未識，旅人眼先明。我家拙厨膳，麄肉羊蕪菁。送與江南客，燒煮配香粳。

蘇軾《東坡全集》卷二三《雨後行菜》 夢回聞雨聲，喜我菜甲長。平明江路濕，並岸飛雨漿。天公真富有，育乳瀉黄壤。霜根一蕃滋，風葉漸俯仰。未任筐載，已作盍案想。艱難生理窄，一味敢專饗。小摘飯山僧，清安寄真賞。芥藍如菌蕈，脆美牙頰響。白菘類羔豚，冒土出蹯掌。誰能視火候，小鼎當自養。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六蘇子瞻《過子忽出新意，以山芋作玉糝羹，色香味皆奇絶。天酥、酥酏則不可知，人間决無此味也》 香似龍涎仍釅白，味如牛乳更全清。莫將南海金盞腽，輕比東坡玉糝羹。

劉弇《龍雲集》卷六《再繼權之嚴韻二首》之一 庭椿摘初黄，畦韭翦柔緑。春盤巧飣餖，一箸生理足。【略】

劉弇《龍雲集》卷七《蔣沙莊居十首》 紫芋新厨味，黄根馥鉶刀。

黄庭堅《山谷集》卷一《苦笋賦》 樊道苦笋，冠冕兩川，甘脆愜當，小苦而反成味，温潤縝密，多啖而不疾人。蓋苦而有味，如忠諫之可活國，多而不害。如舉士而皆得賢，是其鍾江山之秀氣，故能深雨露而避風煙。食肴以之開道，酒客爲之流涎。彼桂斑之夢汞，又安得與之同年。蜀人曰：苦笋不可食，食之動痾疾，令人萎而瘠。予亦未嘗與之言，蓋上士不談而喻中士，進則若信，退若眩焉。下士信耳而不信目，其頑不可鐫。李太白曰：但得醉中趣，勿爲醒者傳。

黄庭堅《山谷集》外集卷二《次韻子瞻春菜》 北方春蔬嚼冰雪，妍暖思采南山蕨。韭苗水餅姑置之，苦菜黄鷄奠糝滑。尊絲色紫菰首白，蔓菁牙甜蕈頭辣。生葅入湯釅手成，筆以薑橙誇縷抹。驚雷菌子出萬釘，白鵝截掌鱉解甲。琅玕林深未飄籜，軟炊香秔煨短茁。萬錢自是宰相事，一飯且從吾黨説。公如端爲苦笋歸，明日青衫誠可脱。

黄庭堅《山谷集》外集卷七《立春》 韭苗香煑餅，野老亦知春。看鏡道如思，倚樓梅照人。

黄庭堅《山谷集》外集卷七《和七兄山蕷湯》 厨人清曉獻瓊糜，正是相如酒渴時。能解饑寒勝湯餅，略無風味笑蹲鴟。打窻急雨知然鼎，亂眼晴雲看上匙。已覺塵生雙井椀，濁醪從此不須持。

黄庭堅《山谷集》別集卷二《緑菜贊》 蔡蒙之下，彼江一曲，有茹生之，可以爲蔌。蛙蠙之衣，采采盈掬，吉蠲洗澤，不溷沙礫。芼以辛鹹，宜酒宜餗，在吴則紫，在蜀則緑。其臭味同，遼故不録，誰其發之，班我旨蓄。維女博士，史君炎玉。

黄庭堅《山谷外集詩注》卷三《次韻子瞻春菜》 據《實録》，熙寧十年二月癸巳，尚書祠部員外郎直史館權知河中府蘇軾知徐州。又按：《潁濱集詩序》云：熙寧十年二月，始會於澶淵，相從赴彭城。山谷時在北京，始通書并二詩。書云：竊食於魏會，閣下開幕府在彭門。魏即北京，彭門，徐州也。按：《東坡集·次韻魯直見贈古風二首》乃在春菜之後，蓋未通問時，先和此詩也。

北方春蔬嚼冰雪。《詩·谷風》云：我有旨蓄，亦以禦冬。箋云：蓄美菜以禦冬月乏無時也。大抵北方地寒，春初猶食淹菜及寒葅。妍暖思採南山蕨。《召南·草蟲》云：陟彼南山，言採其蕨。晉《張翰傳》翰謂顧榮曰：天下紛紛，禍難未已，吾本山林間人，無望於時

子以明防前，以智慮後。桑愴然曰：吾亦與子採南山蕨，飲三江水耳。翰因兒秋風起，乃思吳中蓴菜蓴羹鱸魚鱠，遂命駕而歸。韭苗水餅姑置之。《南史・何尚之傳》：帝好水引餅。《史記・趙奢傳》：王曰母置之。苦菜黃雞羹糝滑。《史記》：藜藿不糝。蓴絲色紫，名絲蓴。

菰首白。《齊民要術》云：四月蓴生莖而未葉，名曰雉尾蓴，第一肥美，葉舒長足，名絲蓴。菰。《世說》陸機曰：千里蓴羹，未下鹽豉。宋玉《風賦》，主人之女，爲臣炊雕胡之飯。杜詩：爲我炊雕胡，逍遥展良覿。蔞蒿芽甜煙頭辣。《齊民要術》：蔞菜味辛。蔞音窣。沈存中《忘懷録》云：石芥、窣菜二物極辛，爲菹大佳。《盱江志》云：蔞菜生麻姑山及麻源盱江，即建昌軍。生菹入湯翻手成，《漢陸賈傳》云：如反覆手耳。師古曰：言其易也。反音翻。芼以薑橙誇縷抹。《詩》在右芼之。《文選》枚乘《七發》云：肥狗之和，芼以山膚。注引《禮記》注云：芼，菜也，謂以菜調和之也。韓文公詩：調以鹹與酸，芼以椒與橙。驚雷菌子出萬釘，《傳燈録》百文問黃葉甚麼處來。曰：大雄山下採菌子來。此摘其字。《隋・楊素傳》賜萬釘寶帶。借使其字。白鵝截掌鼈解甲。琅玕森深未飄簹，軟炊香杭煨萬錢自是宰相事，晉何曾日食萬錢。杜詩：短苗。《禹貢》球琳琅玕，今以喻竹。元稹《種竹詩》：可憐亭亭幹，一一青琅玕。《召南・騶虞》云：彼茁者葭。注：茁出也，今言筍初出土。老杜云：軟炊香飯緣老翁。飯一作杭。語》吾黨之直者。公如端爲苦筍歸，明日青衫誠可脱。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二四《竹筍部》 黃魯直《食筍十韻》

洛下花竹筍，花時壓鮭菜。一束酬千金，掉頭不肯賣。我來白下聚，此族富庖宰。齒栗戴地翻，殼觫觸墻壞。觿觿入中厨，如償食竹債。甘菹和菌耳，辛膳雜肉胾。萬錢自是宰相事，晉何曾日食萬錢。杜詩：腼薑芥。烹鵝雜股掌，炮鼈亂麛介。小兒哇不美，鼠壞有餘噦。可貴生於少，古來食共噫。尚想高將軍，五溪無人采。公如端爲苦筍歸，明日青衫誠可脱。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二四《竹筍部》 黃魯直《蕭巽葛敏修二學子和予食筍詩次韻答之》

北饌厭羊酪，南庖豐筍菜。自北初落南，幾爲兒所賣。習知價廉平，百態事烹宰。鹽稀枯臘瘦，蜜漬真味壞。就根煨苗美，豈念炮烙債。咀吞千畝餘，胸次不蠆芥。二妙各能詩，才名動江介。論詩多佳句，膾炙甘我噫。思君恩養竹，萬籟聽秋噫。從此繕藩籬，下令禁漁採。

韭黃照春盤，菰白媚春菜。惟此蒼竹苗，市上三時賣。江南家家竹，翦伐誰主宰。半以苦見疎，不言甘易壞。葛陂雕龍睡，未索兒孫債。獺膽能分杯，虎魄好拾芥。此物於食殽，如客得儐介。思入帝鼎烹，忍遭饑涎噫。懶林供翰墨，砧杵風號噫。每下嘆枯株，焚如落樵採。

楊慎輯《全蜀藝文志》卷四四黃庭堅《綠菜贊》 蔡蒙之下，彼江一曲，有茹生之，可以爲蔌。蛙螾之衣，采采盈掬，吉蠲銑澤，不溷沙礫。笔以辛鹹，宜酒宜餚，在吳則紫，在蜀則緑。其臭味同，遠故不録。誰其發之，班我旨蓄。維女博士，史君炎玉。

韋驤《錢塘集》卷五《謝惠山花菜》 鈴下雕盤送，山蔬雅惠沾。亂絲銀鯽鱠，交疊玉龍髯。日膳葵分美，晨羞荷見添。題詩授來使，珍重豈知饜。

韋驤《錢塘集》卷五《賦新筍用杜子美詩語爲首句》 竹裏行厨洗玉盤，旋抽新筍正檀欒。柔鞭乍斷泥猶濕，嫩籜初苞蘚未乾。象箸偶存遺樣短，瓊林纔拆冷光寒。如何且緩雕觴薦，留作青林虎豹看。退之詩云：看皮虎豹存。

陶宗儀《説郛》卷九〇李廌《師友談記》 友人董耘饋長沙貓笋，廌以享太史公。太史公輒作詩爲貺曰：因笋寓意，且以爲贈爾。其詩曰：穿雲斲石遠林空，來涉江波萬萬重。實比梧桐能養鳳，撑翻風雨便成龍。一枝未許塵鞍掛，千畝終留渭水封。陋巷菜羹知不稱，君王玉食願時供。廌卽和之，亦以寓自興之意，且述前相知之情焉。其詩曰：節藏泥滓氣凌空，薦俎寧知肉味重。未許韋編充簡册，已勝絲委詘蛟龍。短萌任逐霜刀重，美幹須煩雪壤封。他日要令高士愛，不應常奉宰夫供。秦少游亦和之曰：楚山春笋劚雲空，北客常嗟食不重。秀色可憐刀切玉，清香不斷鼎烹龍。調羹未愧尊千里，入貢常隨傳一封。薄禄養親甘旨少，滿苞時賴故人供。

蘇轍《欒城集》第三集卷二《藏菜》 爨清葵芥充朝餚，歲晚風霜斷菜根。百日園枯未易過，一家口衆復何言。多排鼈盎先憂盡，旋設盤盂未覺煩。早晚春風到南圃，侵凌雪色有新萱。

郭祥正《青山集》卷四《同阮時中秀才食笋二首》 蒼崖長龍孫，頭角露已甚。呼丁恣庖割，移榻就濃蔭。悦疑羽林槍，羅列在紫禁。餘鞭横瘦虵，密籜若紉紝。亭亭風勢勻，節節泉脈沁。藩垣謹藏護，寧使暴客闖。烹調衆云美，翦伐吾亦任。繞齒嚼冰澌，毛髮寒以凜。開心本猿鳥，世詠嗟毒鴆。野逸誰所憐，愁思腸胃滲。詩才君獨勇，辨舌予久噤。酒行且莫辭，醉膽滄溟浸。況逢堯舜治，面内來左衽。熙熙冠蓋游，落落飽食飲。鸞鳳自横飛，燕雀豪廣廕。徘徊食笋謡，明發扁舟賃。

予生本無羈，緣爲兹縣尹。日長公事餘，佳客車接軫。入林安所食，烹庖就

肥笋。森森蒼龍孫，頭角遭束窘。金刀僕争割，紫籜手親隕。草火尤相宜，狼藉亦殘忍。聊爲一餉樂，得酒輒滿引。喧呼棋屢勝，慘淡詩不敏。予腹既便便，從君莞而哂。

張耒《柯山集》卷二四《食薤糝》 論斤上國何曾飽，原注：高力士至黔中見薤云：兩京論斤買，五溪無人採。旅食江城日至前。常慕藜羹最清好，故應不糝媿吾原。原注：原憲藜羹不糝。

張耒《柯山集》卷十二《秋蔬》 荒園秋露瘦韭葉，色茂春菘甘勝蔌。人言佛見爲下箸，原注：俗言八月韭，佛開口。芼炙烹羹更滋滑。其餘鎖屑皆可口，蕪菁脆肥苔葅辣。藏鞭雛筍纖玉露，映葉乳茄濃黛抹。已殘枸杞只留枯，晚種萵苣初生甲。南來食肉忘肉味，久思吾土牛羊茁。軟炊一飽老有味，痛飲百壺今不説。蒲團齋罷欠伸時，自覺少年心解脱。

呂本中《東萊詩集》卷一九《蔬食三首》 殺物以活已，肉食固多慚。況無一事勤，敢於滋味貪。今晨病少間，調羹有酸鹹。居然飽筍蕨，自足慰清饞。

磨刀向猪羊，渠有千種苦。厨人盡心力，博汝一笑許。此道在忠恕，觀彼更不謹。要當守淡薄，萬事可堅忍。

唐庚《眉山詩集》卷三《食筍行》 半夜春山試雷雨，驚起蟄龍初出土。野人不惜蒼苔古，掘得嘉飧自燒煮。滿盤明玉遠飄風，一箸鱸魚味差苦。竹齋食罷竹陰午，竹裏行吟傲簪組。君誇食肉君固卑，我誇食筍我亦痴。阿環豐肌飛燕瘦，意態雖異要皆奇。君不見天隨先生貧食杞，又不見關中客卿肥刺齒。豐儉不齊皆有理，彼此相忘聊爾耳。

趙蕃《淳熙稿》卷一六《送筍與胡促威》 掘我窻前筍，與君充煮飯。槎牙勿多棄，聊用敵崔嵬。

趙令畤《侯鯖録》卷三《高力士薺菜詩》 高力士責在驩州，詠薺菜詩，爲魯直所稱。云：「兩京作斤賣，五溪無人採。貴賤雖不同，氣味故常在。」

韓駒《陵陽集》卷一《食煮菜簡呂居仁》 曉謁呂公子，解帶浮屠宫。留我具朝飧，喚奴求晚菘。洗箸點鹽豉，鳴刀芼薑葱。俄頃香馥坐，雨聲傳鼎中。方觀翠浪涌，忽變黄雲濃。争貪飲鉢暖，不覺定盌空。憶登金山頂，僧飯與此同。還家不能學，永費烹調功。硬恐動牙頰，冷愁傷肺胸。君獨得其妙，堪持餉衰翁。

異時聞豪氣，愛客行庖豐。殷勤故煮菜，知我林下風。人生各有道，旨蓄用禦冬。今我無所營，枵腹何由充。豈惟臺無餽，菜把尚不蒙。念當勤致此，亦足慰途窮。

李綱《梁谿集》卷八《食筍蕨》 太官飽食厭膻腥，却喜沙陽有竹萌。山蕨邇來尤脆美，一杯聊試煮坡羹。

李綱《梁谿集》卷一六《蓴菜》 渺渺春湖水拍天，紫蓴千里正聯絲。初抽荷葉半含露，旋摘龍須尚帶涎。鹽豉欲調難並美，鱸魚兼憶詎非賢。自憐不是知機士，飽食空能上釣船。

葛勝仲《丹陽集》卷一八《謝人惠筍》 撑龍初萌豹文點，味闕盤飧心正慊。二公好事爲髣髴，一日分甘香掩冉。小斫全勝沈道虔，縱取何殊範元琰。趣令庖宰事燒煮，未怕旁人呵聚斂。白醪赤米最相稱，紫蓼緑葵當少貶。驗長須知韓老嗜，稱寃却笑盧仝儉。遥憐萌出盛家林，豈不懷歸畏官檢。願君繼飼走輿隸，莫遣煙篁拂崖广。

葛勝仲《丹陽集》卷二二《烹笋》 味佳端可供羹柈，韻勝尤宜薦酒螺。自笑凝人饕口腹，不求新竹透林多。

周紫芝《太倉稊米集》卷五《潘澤之惠合谿蘆菔種》 庾郎鮭菜只春蔬，新向金城得上酥。會見銀絲堆細縷，酒香橙熟鱠江鱸。

周紫芝《太倉稊米集》卷八《野飯》 野飯聊娱老，登盤春物佳。苦羹横荻笋，煮餅薦槐芽。魚尾初垂劍，臺苗未着花。誰言庾郎瘦，蔬腹漸禁茶。

周紫芝《太倉稊米集》卷四《擷野蔬示小兒》 荒村無雞豚，何以供刀機。山蔬雜百種，此物含妙理。幽居有勝事，一笑隨稚子。朝甑飯鳧茈，暮鼎羹馬齒。筍包出土肥，蕨芽含露紫。試採少陵苣，更擷天隨杞。舉杯香覆坐，摇喉滑流匕。悠然理麈策，果腹萬事已。君看金谷樓，步障五十里。韭鹽及豆粥，爲具咄嗟耳。回觀奇禍作，一死政坐此。寄聲肉食徒，吾事勿輕鄙。

周紫芝《太倉稊米集》卷一七《燒芋》 幽人日晏方索米，朱門醉頭扶未起。人微何敢望一餐，鮒死知誰濡斗水。糞火撥灰聊倣鄰，玉糝詩羹未須爾。紫團包玉不洗泥，火候初匀香透紙。從來真味貴天全，大羹不致名太始。饞涎爲止翁欲顛，饑腸不鳴兒更喜。口腹爲災莫漫誇，五鼎應須急料理。但托長鑱仍短鑱，誰能畏首復畏尾。未知春雨荷鋤歸，空羨吾家燒芋美。

張九成《橫浦集》卷一《食苦筍》 吾鄉苦筍佳，出處惟石屋。玉肌賦新緑，

黃衣緣深綠。林深恐人知，頭角互出縮。烟雨養春姿，此物未成熟。三月臘酒香，開罇慰幽獨。烹庖入盤俎，點醬真味足。未須五鼎牛，聊稱一囊粟。

李正民《大隱集》卷一〇《七言律詩・次韻邢丞立春》【略】勝鏤金花人漸老，盤堆生菜味尤新。

張孝祥《于湖集》卷五《張欽夫筍脯甚佳，秘其方不以示人，戲遣此詩》 使君善食筍，筍脯味勝肉。秘法不肯傳，閉門課私僕。君不見金谷饌客本萍蓼，豪世藉此真成癡。但令長須日致餽，不敢求君帳下兒。

張孝祥《于湖集》卷一一《絶句・鄭義寧送蕈菜》 我夢扁舟震澤風，蓴羹到著晚盤空。那知嶺海炎蒸地，也有青絲滿碧罇。

王庭珪《盧溪文集》卷二三《辰州立春清首座送生菜餅》 聞道春風今日回，走尋消息傍寒梅。恨無纖手挑生菜，也有青絲滿飣來。

王十朋《梅溪集》後集卷一八《食芋》 我與瓜蔬味最宜，南來喜見大蹲鴟。歸與傳取東坡法，糝玉爲羹且療饑。

王十朋《梅溪集》後集卷一九《次韻贈新筍》 候屈中和日漸長，撑龍忽到愛松堂。便驚詩句含蔬味，更覺庖厨有細香。未學坡公參玉版，且同韓子賦筠簹。筍來茶往非爲禮，端爲詩情故得嘗。

王十朋《梅溪集》後集卷一九《食筍蕨》葉飛卿見贈作羹甚美因成是詩 犢角兒拳共作羹，大勝五鼎八珍烹。要須歸陟南山採，更看新移小竹生。先人嘗作蕨詩，有陟彼南山採句。嚴伯威詩云：新移小竹已生筍。皆家鄉故事。

王洋《東牟集》卷五《和仲嘉示秀實》【略】新甘未厭松江鱠，敏捷先酬季父詩。莫道野翁無食品，葵羹爛煮亦偏宜。

王洋《東牟集》卷五《曾祕父惠黃龍菜》 朝日團團上碧峰，蔬盤牢饌四時同。園供小摘添幽事，雨打寒菘帶晚濃。但可拈香參玉版，直須進步禮黃龍。溪堂炊甑容千客，不打閽黎飯後鐘。

曹勛《松隱集》卷一一《食蓼有作》 點化八珍爽，須煩一品薑。村寒求瓮下，面法記山西。宮徵難忘味，《薑賦》云：嚼得來宮商角徵。膏粱勿遽迷。終然調鼎手，深旨出扶犁。

章甫《自鳴集》卷三《劉祼卿送筍》【略】朝來想挂北牕坐，應念先生食無肉。故遣此君來起予，爛斑嫩籜森盈束。先生饑腸非雷吼，米糝鹽醯羹杞菊。急呼瀹釜然枯薪，殷勤留客晨炊熟。不羨侯家五鼎烹，得此一飽萬事足。客去關門聽雨眠，枕上詩成翻水速。

蔡戡《定齋集》卷一九《以淮白南京山藥爲子真太夫人壽即用前韻》 鵲噪虛簷喜可占，奇薰得得出珍奩。山藥尚帶中原土，淮白仍餘東海鹽。北物遠來難再致，南烹久飫喜相兼。分甘擬作親庭壽，料想齊眉亦共簽。

洪適《盤洲文集》卷九《美可茹亭》 勿誇萬錢食，可畏五鼎烹。採山逃後悔，碧澗有芹羹。

洪適《盤洲文集》卷九《蕨》 塊破擎拳出，盤行轉眼空。拔荒非小補，粉骨不言功。辛卯大荒，村人掘蕨根搗粉，謂之烏糕，賴以脱死者甚衆。

洪適《盤洲文集》卷九《薺》 犯寒青匝野，信手各盈襜。不與草爭長，聽教茶比甘。

洪適《盤洲文集》卷九《筍》 出殼瘦五皮，獲麟冕一角。煮簣太憨生，非閩渠善謔。

《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 厨珍。山谷謝人酥筍云：玉人憐我長蔬食，走送厨珍自不嘗。

《錦繡萬花谷》前集卷三六《蔬菜》 馬蹄。唐詩：晚菘細切肥牛肚，新筍初嘗嫩馬蹄。

《錦繡萬花谷》前集卷三六《蔬菜》 土酥如練。杜詩云：長安冬葅酸且緑，金城土酥净如練。老杜詩注

土酥即今之蘇菔也，魏夫人帖云：膾土酥如

《錦繡萬花谷》前集卷三六《蔬菜》 錦帶羹。杜詩：滑憶雕胡飯，香聞錦帶羹。荆渚間有錦帶，春末間開花紅如錦，其苗嫩脆可食。

范成大《石湖詩集》卷二六《立春大雪招親友共春盤坐上作》 積雪鋼萬瓦，雲容如死灰。豈惟梅柳寒，小槽冰去聲舂醅。東風乃多事，仍將六花來。兒女曉翻餅，呵手把一杯。菘甲翦翠羽，韭黄絶金釵。齒牙幸牢潔，對案心眼開。華年惜節物，況此霜鬢摧。如何千日病，三見寅杓回。旁人不堪憂，我心猶始孩。衰翁豈知道，凝絶忘形骸。化兒任惡劇，歡伯有奇懷。餘寒會退聽，一笑當安排。

范成大《石湖詩集》卷二七《四時田園雜興六十首・冬日田園雜興十二絶》之七： 撥雪挑來踏地菘，味如蜜藕更肥醲。朱門肉食無風味，只作尋常菜把供。

范成大《石湖詩集》卷二八《素薁》 薁芋凝酥敵少城，土諸割玉勝南京。合

和二物歸藜糝，新法儂家骨董羹。

朱熹《晦庵集》卷三《次劉秀野蔬食十三詩韻》之一二　豆腐。世傳豆腐本乃淮南王術。種豆豆苗稀，力竭心已腐。早知淮王術，安坐獲泉布。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二二《穀菜部》　朱元晦《山藥》

惟來朽壤耀瓊英，小斷傾筐可代耕。豢豹於人儘無分，蹲鴟從此不須生。雪鏕但使人長健，石鼎何妨手自烹。欲賦玉延無好語，羞論蜂蜜與羊羹。

袁說友《東塘集》卷二《野堂惠老惠筍》

騎臺落日殘秋菊，寒食江南饌錫粥。一年節物正撩人，賸把嘗新伴幽獨。平生慣飽藜藿淡，口腹纍人何日足。故園又作穿籬態，解擘呈新包一束。甘寒不澆礧磈腸，一飯更須炊白玉。年來稍學長沙味，一月煨藏愛餘馥。腥羶棄去不復念，從渠且負將軍腹。老僧日食常住供，飽坐饑食不論斛。春來不訟擘龍窠，每誦坡僊食無肉。箇中風味有誰同，付與新詩照湖綠。

周必大《文忠集》卷一七八《二老堂詩話下・鳩芹詩》　蜀人縷鳩爲膾，配以芹菜。或爲詩云：本欲將芹補，那知弄巧成。

楊萬里《誠齋集》卷七《郡中送春盤》　餅如繭紙不可風，菜如縹茸劣可縫。韭芽捲黃苣舒紫，薤葅削冰寒脫齒。卧沙壓玉割紅香，部署五珍訪詩腸。野人未見新歷日，忽得春盤還太息。新年五十奈老何，霜鬢看鏡幾許多。麴生嗔人不解事，且爲春盤作春醉。

楊萬里《誠齋集》卷一二《芥齏》　茈薑馨辣最佳蔬，揉芥芳心不讓渠。蟹眼嫩湯微熟了，鵝兒新酒未醒初。椹香醋釅作三友，露葉霜芽知幾鋤。自笑枯腸成破甕，一生只解貯寒蔬。

楊萬里《誠齋集》卷一五《船中蔬飯》　食蔌食憎莫食拳，食筍食梢莫食根。何曾萬錢方下箸，先生把菜亦飽去。嶺南風物似江南，筍如束薪蕨作籃。先生食籍幾萬卷，千巖萬壑皆厨傳。

楊萬里《誠齋集》卷一〇《詠齏》　庾郎晚菘翡翠茸，金城土酥玉雪容。如何俱墮瑶甕中，却與醯雞同閟宮。金井銀牀水清泚，雪山冰谷鹽輕脆。秋風一月不官樣，肉食我知無骨相。衹合南溪嚼菜根，一尊徑醉溪中雲。此詩莫讀恐嗤殺，要讀此詩先提舌。

楊萬里《誠齋集》卷二九《松江蓴菜》　鮫人直下白龍潭，割得龍公滑碧覃。曉起相傳藻珠闕，夜來失却水精簾。一杯淡煮宜醒酒，千里何須更下鹽。可是士衡殺風景，却將羹胾比清纖。沈虞卿云：太湖有白龍，嘗横水上，不知丈數。

楊萬里《誠齋集》卷三四《晨炊杜邊市煮筍》　金陵竹筍硬如石，石猶有髓筍不及。杜邊市裏筍如酥，筍味清絶酥不如。帶雨斸來和籜煮，中含柘漿雜甘露。可羞可膾最可羹，繞齒颼颼冰雪聲。不須呪筍莫成竹，頓頓食筍莫食肉。

楊萬里《誠齋集》卷三八《病中屏肉味獨茹菜羹飯甚美》　雲子香抄玉色鮮，菜羹新煮翠茸添。人間膾炙無此味，天上酥陀恐爾甜。渾是土膏含雨露，何須醬豉煮醯鹽。茹毛禍首雍巫出，饞到能踰未屬厭。易牙、雍人，名巫，見《左傳》註。

陸游《劍南詩稿》卷七《食薺》　日日思歸飽蕨薇，春來薺美忽忘歸。傳誇真欲嫌茶苦，自笑何時得瓠肥？

又

采采珍蔬不待畦，中原正味壓蓴絲。挑根擇葉無虛日，直到開花如雪時。

又

小著鹽醯助滋味，微加薑桂發精神。風爐歙鉢窮家活，妙訣何曾肯授人。

陸游《劍南詩稿》卷五四《書懷》【略】又

苜蓿堆盤莫笑貧，家園瓜瓠漸輪囷。但令爛熟如蒸鴨，不著鹽醯也自珍。

陸游《劍南詩稿》卷五七《斫膾》　玉盤行膾簇青紅，輸與山家淡煮菘。要識坐堂哀殼觫，試來臨水看唼喁。

陸游《劍南詩稿》卷五九《菜羹》　青菘緑韭古嘉蔬，蓴絲菰白名三吴。臺心短黄奉天厨，熊蹯駝峯美不如。老農手自闢幽圃，土如膏肪水如乳。供家賴此不外取，襏襫寧辭走煙雨。雞豚下箸不可常，況復妄想太官羊。地爐簿火煮菜香，舌端未享鼻先嘗。

陸游《劍南詩稿》卷七四《食薺糝甚美蓋蜀人所謂東坡羹也》　薺糝芳甘妙絶倫，吸來恍若在峨岷。蓴羹下豉知難敵，牛乳抨酥亦未珍。異味頗思修淨供，祕方常惜授厨人。午窻自撫膨脝腹，好住煙村莫厭貧。

陸游《劍南詩稿》卷七七《農家》　寂寂江村數掩籬，吾廬又及素秋時。橫林未脱色已盡，孤鳥欲棲鳴更悲。小釜尊羹初下豉，矮瓶豆粉正燃萁。爲農幸有家風在，百世相傳更勿疑。

陸游《劍南詩稿》卷八四《病中遣懷》【略】又

菘芥煮羹甘勝蜜，稻粱炊飯滑如珠。上方香積寧過此？慚愧天公養病夫。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二二《穀菜部》　陸務觀《鹹薤十韻》

九月十月屋瓦霜，家人共思畦蔬黄。小罌大甕洗滌濯，青菘緑韭謹蓄藏。天氣初寒手訣妙，吴鹽正白山泉香。挾書旁觀稚子喜，洗刀竭作厨人忙。園丁無事卧曝日，棄葉狼籍堆空廊。泥爲緘封棟作火，守護不敢非時嘗。人生各自有貴賤，百花開時促高宴。劉伶病醒相如渴，長魚大肉何由薦。凍薤此際價千金，不數清泉槐葉面。摩挲便腹一欣然，作歌聊續冰壺傳。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二二《穀菜部》　楊廷秀《詠薤》

庾郎晚菘翡翠茸，金城土酥玉雪容。如何俱墮瑶甕中，却與醯雞同閨宫。秋風一月釀得成，字曰受辛非麴生。太學十年雪汁凍蔬腸，一夜饑雷聽更鼓。不如吏部金井銀床水清泚，雪山冰谷鹽輕脆。鹽生朝復暮，茹冷啜寒那可度。十年雪汁凍蔬腸，一夜饑雷聽更鼓。不如吏部甕頭醒，一逢受辛還一醒，畢卓與爾同死生。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二二《穀菜部》　楊廷秀《病中屏肉味獨茹菜羹飯甚美》

雲子香抄玉色鮮，菜羹新煮翠茸纖。人間膾炙無此味，天上酥陀恐爾甜。渾是土膏含雨露，何須醬豉與醯鹽。茹毛禍首雍巫出，饞到熊蹯未屬厭。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二二《穀菜部》　楊廷秀《芹薤》

茆薑馨辣最嘉蔬，孫芥芳辛不讓渠。蟹眼嫩湯微熟了，鵝兒新酒未醒初。根香酸醷作三友，露葉霜芽知幾鋤。自笑枯腸成破甕，一生只解貯寒蒭。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二四《竹笋部》　楊廷秀《記張定叟煮笋經》

江西猫笋未出尖，雪中土膏養新甜。先生別得煮簣法，丁寧勿用醯與鹽。巖下清泉須旋汲，煮出霜根生蜜汁。寒牙嚼作冰片聲，餘瀝仍和月光吸。菘羔豬雞浪得名，不如來叅玉版僧。醉裏何須酒解醒，此羹一碗爽然醒。大都煮菜皆如此，淡處當知有真味。先生此法未要傳，爲公作經藏名山。

韓淲《澗泉集》卷六《尹子潛送蕨》　老來爲腹不爲目，薄飯盤蔬亦云足。成年準擬薇蕨甜，那計人間有粱肉。一二月春已深，靈山土肥皆去尋。長莖短束挂籬檐，出市不直三數金。隨流揚波浄挪洗，笔以薑鹽付鐺耳。生柴帶葉旋抽添，糟茅曛沈時染指。晨光破甑炊浮浮，稻香菜軟吾何憂。人可以食鮮知味，請聽以氣專致柔。

韓淲《澗泉集》卷一六《正月二八二首》　春寒不敢出籬門，且撥深爐煖酒樽。見説梅花風打盡，冷清清地月黄昏。

又

隨地挑成薺菜羹，只和淡水入瓶罌。春風不負閑人腹，贏得勾勾飽後行。

韓淲《澗泉集》卷一八《苦益菜》　宜油宜醬復宜葱，熟炒堆盤放箸空。應怪辛勤營一飽，幽人元自有家風。

陳起編《江湖小集》卷七五許棐《梅屋詩稿・山間》　趁得山間筍蕨春，借厨烹煮自吹薪，倩誰分我杯羹去，寄去中朝食肉人。

葛元承《東山詩選》卷下《樂清道中二首》之二：　前浦歸帆挂夕陽，傍船打鼓是漁鄉。居人却慣魚蝦賤，茅店晚厨春薺香。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二二《穀菜部》　洪舜俞《老圃賦》

嗟余生之剌乖，甘佃密而即疏。痛虺隤其俊游，羸盤薄乎閑居。老既怯於山橋，窮莫備乎澤車。坐玩相牛之經，開抄種樹之書。五十步兮野圃，數百步兮破廬。一禿翁以自樂，羣癡兒而共鉏。冰解寒祛，霏開日舒。濯濯我畦，瀏瀏我渠。稗甲怒長，鮮莢蔚扶。涉熟成趣驩然忘劬。翁放鉏，顧兒而言曰：汝亦知夫世有遇不遇之蔬乎。鴛釀施蓼，鹽醯侑葅，蔌蒲羞鼈，食瓜薦魚。芥醬且截，葱葆且胸。烈有桂椒，滑有堇榆，已多乎燧人庖犧氏之初，而況纖翠屠蘇，殷紅氍毹，淋漓觴笋，肆陬鍾竽。猩唇豹胎之鼎，素觜紫駝之厨。始饒涎其趨新，中便腹而厭餘。於是輦艘望風而引部，芳辛候色而應須。擷翠苔於崑丘，掇瑶穎乎方壺。蔗漿盛夏而凍合，萍虀祁寒而暖敷。行以白玉，奉之緑珠。五侯鯖兮遜美，天酥陁兮失腴。此其遇合，不啻初識之機雲，晚見之嚴徐也。若乃岩壑棲遲，竹屋槿籬，蓴擅場於秋風，空結鱸魚之思。韭爭長於春雨，未辨黄粱之炊。荻生而河豚上，橙熟而蟹螯肥。指雖動而莫訓，腹不負其幾希。已而凌寒采薇，近陽刈葵，祛萱堂背，擔芹澗湄。饒黄獨之雪苗，筐白薤之露蕤。茗薤蕪以滌煩，醪枸杞而補羸。冷淘煮兮槐茁，餢飥斫兮蓼滋。泫膏硎兮雹突，飲糞火兮蹲鴟。酣糟紫薑之掌，冰醢青蘘之絲。雲蒸嬰粟之乳，濤湧胡麻之糜。輪菌鵝鴨之瓠，齺屈龍蛇之芝。婆娑熊蟠之菘，鬣鬣虬髯之茆。鱣孕子兮椶魚，體解裙兮

樹雞。竹競綳兮稚子，蕨初拳兮小兒。以至太華之藕，黃河之菇，婆羅之波稜，大宛之苜蓿，南越之鹿角，江東之崙蹄，與夫蜀之雞蘇、龍鶴、梠脯、加皮，名器紛綸，色光陸離，性異溫涼，氣分王衰，笔擇加精，調而得宜，香聞喪心，味適解眉。有舉桉之接敬，無轑釜之見欺。芬芬苾苾，雜陳更進，可以甦文園之渴，療首陽之饑。彼其石芥老而愈勁，苦筍少而已奇。蕈有拂士之風，菊抱幽人之姿。回晛蔓菁隨地而易質，薯蕷視人而變形。曾不滿乎一嗤，矧肯數乎惡芭邪蒿，臭蒜而穢荽，然是蔬也，進不榮於珥貂鳴玉之齒，退不豪乎重削胃脯之頤。烟雲散薄乎，夜讀之。吻風露餕蕩乎，朝吟之。脾與齋鉢莫爭道，食方丈乎何期其不道，可知已兒拱而前。其然豈然，諸葛以姓行，元脩以字傳，玉魯得決老而重，銀茹爲涪翁而妍，與其見賞於肉食之鄙，孰若托名於捽茹之賢。蓋窮思婷名之不立，而不患併日之食。張達患伯學之不能行，而不患一箸之萬錢。苟道義之信，飽飯蔬食而樂焉。翁捧腹一笑，長歌振林，皎白駒之束芻，毋金玉兮爾音。

曾丰《緣督集》卷九《義產蓴菜，中秋大熟，副以六絶送楊伯子》 秋行春令氣猶凝，柳曳寒絲軟蘸冰。又似瑶池樂棚下，鬼工遺落水晶藤。

垂垂水綫白封青，一箸能生兩眼明。分野自爲牛女地，如何墮落玉繩精。

吴人縷玉作常烹，南粤相逢眼却生。張翰思歸食忘味，鑑湖震澤見於羹。

齊芝自可侑仙斟，忌把鮮肥俗味侵。羹茁鱠鱗清濁混，季鷹猶未是知音。

僊苗風味淡爲宗，能誘長安客欲東。浪説棧羊餘爲永，施於高士了無功。

唐士恥《靈巖集》卷八《筍乾》 此君風味殊不薄，莫笑當年煮簣人。坐使普寧增譜字，遥知端是壓前新。

顧嗣立《元詩選》初集卷一二耶律楚材《冬夜彈琴，頗有所得，亂道拙語三十韻以遺猶子蘭並序》 【略】蔬筍粗充庖，糲飯炊脱粟。有我春雷子，豈憚食無肉。

耶律楚材《湛然居士集》卷六《是日驛中作窮春盤》 昨朝春日偶然忘，試作春盤我一嘗。木按切開銀線亂，砂瓶煮熟藕絲長。匀和豌豆揉葱白，西人薰餅必投以碗豆。細翦蒌蒿點韭黄。也與何曾同一飽，區區何以待膏粱。

程公許《滄州塵缶編》卷八《崇女擷菜煮羹》 稚女春間繞舍嬉，手挑野菜滿籃歸。細斟碧澗和根煮，旋擷香粳著葉炊。投床忽作還鄉夢，雪暖西山筍蕨肥。

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一五《節序門・立春》 薦春盤。餅如蘭紙不可風，菜如縹茸劣可縫。韭芽捲黄芸舒紫，蘆菔削冰寒脱齒。卧沙壓玉割紅香，部署五珍訪詩腸。野人未見新歷日，忽得春盤還太息。新年五十奈老何，霜鬢看鏡幾許多。麴生嘖人不解事，且爲春盤作春醉。楊廷秀：春日春盤細生菜，忽憶兩京梅發時。盤出高門行白玉，菜傳纖手送青絲。杜甫：不恨凄涼侵晚景，猶能語笑向春盤。銀盃酒色家家緑，簡笠煙波處處寬。一片梅花無復在，却嫌新暖換餘寒。陸游：漸覺東風料峭寒，青蒿黄韭試春盤。東坡：白髮歌筵益彩勝，黄者煮粥薦春盤。同上。辛盤得青韭，臘酒是黄相。同上。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・蔬》 北方春蔬。北方春蔬嚼冰雪，妍暖思採南山蕨。韮苗水餅姑置之，苦菜黄鶏羹糝滑。蒓絲色紫蓴百白，姜蒿芽甜薤頭辣。生菹入湯翻手成，筆以蘆橙詩縷林。驚雷菌子出萬釘，白鵝截掌鱉解甲。琅玕森深未飄撞，軟炊香杭煨短苗。萬錢自足宰相事，一飯且從吾黨説。公如端爲苦筍歸，明日青衫誠可脱。山谷

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・蔬》 强爲僧舍煮。新春階下笋芽生，厨裏霜薑倒舊甕。時繞麥田求野薹，强爲僧舍煮山羹。園無雨潤何須歎，身與時違合退耕。欲看年華自有處，鬢間秋色兩三莖。坡和種菜。

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・蔬》 野譜渠不識。雲白蘆蔑非蘆蔑，喫來自是軟底玉。花葉蔓菁非蔓菁，喫來自是甜底冰。三館宰夫傳食籍，野人蔬譜渠不識。用醯不用酸，用鹽不用鹹，鹽醯之外別有味，薑芽橙子仍相參。不甑亦不釜，非蒸亦非煮，壞盡蔬中腴，乃以煙火故。霜根露葉細鏤來，甕瓶夕霽朝即開。貴人我知不官樣，肉食我知無骨相。抵合南溪嚼菜根，一樽徑醉溪中雲。此詩莫續恐嗤殺，要讀此詩先捉舌。誠齋《春菜》

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷五九《蔬門・蔬》 鹽價千金。九月十月屋瓦霜，家人共慰畦蔬黄。小甕大甕浄緣灌，青菘緑葵謹醬藏。天氣初寒手訣妙，吴鹽正白山泉香。挾書旁觀稚子喜，洗刀竭作厨人忙。園丁無事卧曝日，棄葉狼籍堆空廊。泥爲緘封糠作火，守護不敢非時嘗。人生各自有貴賤，百花開時促高宴。劉伶病醒相如渴，長魚大肉何由薦。凍鹽此際價千金，不數狐泉槐葉鬱。摩娑便腹一欣然，作歌聊續冰壺傳。陸放翁

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六〇《蔬門・薺》 助滋味。小著鹽醯助滋味，微加薑桂發精神。風爐歙鉢窮家活，妙訣何曾肯授人。陸放翁天所賜舍東種早韭，生計似庾郎。舍西種小果，戲學蘇叢鄉。惟齊天所賜，青青被陵岡。珍美屏鹽酪，耿介凌雪霜。採擷無闕日，烹飪有祕方。侯火地爐煖，加緣沙鉢香。尚嫌雜笋蕨，而況污膏粱。炊梗及煮餅，得此生輝光。吾饞甚易足，捫腹喜欲狂。一掃萬錢食，終老稽山傍。放翁《食薺》

謝維新《古今合璧事類備要》別集卷六一《蔬門・笋》 詩集：滿山谷此州乃竹鄉，春笋滿山谷。山天折盈把，抱來早市鬻。物以多爲賤，雙錢易一束。置之炊甑中，與飯同時熟。紫擘拆故錦，素肌擘新玉。每日遂加餐，經時不思肉。久爲京洛客，此味常不足。且食勿踟躕，南風吹作竹。白樂天溢林藪竹林吾最惜，新笋好看守。方撰包龍兒，攢進溢林

截。吾眼恨不見，心腸痛如搗。宅錢都未還，債利日日厚。撑龍正稱冤，莫殺入汝口。丁寧囑托汝，汝活撑龍否。盧仝《寄男抱孫》苦見疎，韭黃照春盤，菰白媚春菜。惟此蒼竹苗，市上三時賣。江南家家竹，翦伐誰主宰。半以苦見疎，不言甘易壞。葛陂雕龍睡，未索兒孫債。獺膚能分盃，虎魄好拾芥。此物於食殽，如客得僧價。思入帝鼎烹，忍遭飢涎嚥。懶材供雜墨，砧斫風號噫。每下嘆枯株，焚如落樵採。山谷甘不壞，飽食有殘肉，飢有無餘菜。紛然映樽俎，未肯雜蕊荟。君看雪裏姿，童稚已耿介。胡爲遭暴橫，三嗅不忍嚘。朝來忽解撑，勢迫風雷噫。尚可餉三閭，飯筒纏五采坡。就根煨北饌厭羊酪，南庖豐笋菜。自北初落南，幾爲兒所賣。習知價廉平，百態事烹宰。鹽稀胎臘瘦，蜜漬爽味壞。就根煨茁美，豈念炮烙債。咀吞千畝餘，胸次不盛芥。二妙吾能詩，才名動江介。論詩多佳句，膾炙甘我嚘。思君因養竹，萬籟聽秋噫。從此繕藩籬，下令禁魚採。

【略】

久客厭北饌，枵然思南烹。故人知我意，千里寄竹萌。駢頭玉嬰兒，一一脫錦襂。庖人應未識，旅人眼先明。我家拆厨臆，餧肉羊蕪菁。送與江南客，燒煮配香粳。東坡《送笋與公擇》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二三《蔬部・笋》 七言古詩

江西猫笋未出尖，雪中土膏養新甜。先生別得煮簣法，叮嚀勿用醯與鹽。岩下清泉須旋汲，熬出霜汗生蜜汁。寒牙嚼作冰片聲，餘瀝仍和月光吸。菘羔豬雞浪得名，不如來參玉版僧。醉裏何須酒解醒，此羹一椀爽然醒。大都煮菜皆如此，淡處當知有真味。先生此法未要傳，爲公作經藏名山。誠齋《笋經》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二三《蔬部・笋》 七言八句

竹祖龍孫渭上居，供儂樽俎半年餘。斑衣戲彩春無價，玉版談禪佛不如。苦怨平生食無肉，何如陋巷飯斯疏。不須庾韭元修菜，喫到憎時始憶渠。楊誠齋　都下食笋，自十月至四月。炮鳳烹龍世浪傳，猩脣熊掌我無緣。但逢笋蕨杯盤日，便是山林富貴天。稗子玉膚新脫錦，小兒紫臂未開拳。只嫌嶺外無珍饌，一味香蔬不直錢。誠齋

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二四《蔬部・元修菜》 五言古詩

彼美君家菜，鋪田緑茸茸。夏英圓且小，槐芽細而豐。種之秋雨餘，擢秀繁霜中。欲花而未萼，一一如青蟲。是時青裙女，採擷何匆匆。蒸之復湘之，香色蔚其饛。點酒下鹽豉，縷橙芼薑葱。那知雞與豚，但恐放箸空。春盡苗葉老，耕翻烟雨叢。潤隨甘澤化，暖作青泥融。始終不我負，力與糞壤同。我老忘家舍，楚音變兒童。此物獨嫵媚，終年繫余胸。君歸致其子，囊盛勿函封。張騫移苜蓿，適用如葵菘。馬援載薏苡，羅生等蒿蓬。懸知東坡下，堉鹵化千鍾。長使齊安人，持此説兩翁。東坡

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二四《蔬部・蔬菜》 七言八句

新春階下笋芽生，厨裏霜蔥列舊甕。曉繞麥田求野薺，强爲僧舍煮山羹。園無雨潤何須歎，身與時違合退耕。欲看年華自有處，髻間秋色兩三莖。東坡《和種菜》

未覺閑來歲月頻，荷鋤方起土膏匀。連畦已放瑶簪露，覆地行看玉本新。小摘登盤先餉客，晚炊當肉更宜人。却憐寂寞公儀子，拔盡園葵不歎貧。朱文公《蔬園》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二四《蔬部・蔬菜》 五言古詩

北方春蔬嚼冰雪，妍暖思採南山蕨。韭苗水餅姑置之，苦菜黄雞羹糝滑。尊絲色紫菰首白，蔓蒿芽甜蕺頭辣。生菹入湯翻手成，芼以薑橙誇縷抹。驚雷菌子出萬丁，白鷺截掌鱉解甲。琅玕森森未飄簹，軟炊香粳煖短茁。萬錢自是宰相事，一飯且從吾黨説。公如端爲苦筍歸，明日青衫誠可脱。山谷《春菜》

雪白蘆菔非蔗菔，喫來自是甜底冰。三館宰夫傳食籍，野人蔬譜渠不識。用醯不用醋，用鹽不用鹹。鹽醯之外別有味，薑芽椹子仍相參。不甑亦不釜，非蒸亦非煮。壞盡蔬中腴，乃以煙火故。霜根露葉細縷來，甕瓶夕幕朝即開。貴人我知不官様，肉食我知無骨相。祇合南溪嚼菜根，一樽徑醉溪中雲。此詩莫續恐咽殺，要讀此詩先捉舌。誠齋《春菜》

菜菔根鬆鏤冰玉，蔓蒿苗肥點寒緑。霜鞭行苗軟於酥，雪樹生釘肥勝肉。與吾同味獐絲辣，知我長貧韭菹熟。更蒸狍壓花層層，略糝鳧成金簇簇。青紅間飣裸梅柳，紫翠招邀醉松竹。擎將碧脆捲月明，嚼出宫商帶詩腹。賜幡休上老人頭，家貧不負將軍腹。人生行樂詎未央，物意趁新自相續。五十三翁日落山，三百六旬車轉轂。不妨細雨看梅花，且喜春風到茅屋。方秋崖

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二四《蔬部・薑》 七言古詩

君不見領軍家有鞲一屋，相國藏椒八百斛。士患饑寒求免患，痴兒已足憂不足。伯龍平生受鬼笑，無錢可使宜見濮。但當與作謫仙詩，聊復使渠終夜哭。詩中有味甜如蜜，佳處一哦三鼓腹。空腸時作不平鳴，却恨忍饑猶未熟。冰壺先生作佳傳，木奴魚婢何足録。顔生狡獪還可憐，晚食由來未忘肉。陳簡齋

九月十月屋瓦霜，家人共畏畦蔬黄。小罌大甕浄滌瀉，青菘緑韭謹蓄藏。天氣初寒手訣妙，吴鹽正白小泉香。挾書旁觀稚子喜，洗刀竭作厨人忙。園丁無事卧曝日，葉棄狼籍堆空廊。泥爲緘封糠作火，守護不敢非時嘗。人生各自有貴賤，百花開時促高宴。劉伶病醒相如渴，長魚大肉何由薦。凍薤此際價千金，不數狐泉槐葉麵。摩挲便腹一欣然，作歌聊續冰壺傳。放翁

庾郎曉菘翡翠茸，金城土酥玉雪容。如何俱墮瑶甕中，却與醯雞同閟宫。秋風一月釀得成，字曰受辛非麴生。太學金井銀牀水清泚，雪山冰谷鹽輕脆。秋風一月釀得成，字曰受辛非麴生。太學徐生朝復暮，茹冷啜寒那可度。十年雪汁凍蔬腸，一夜饑雷聽更鼓。不如甕頭史部醒，一逢受辛還一醒，罷卓與爾同死生。誠齋

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二四《蔬部・薤》 七言八句

芘薑馨辣最嘉蔬，孤芥芳辛不讓渠。蟹眼嫩湯微熟了，鵝兒新酒未醒初。檢香酸醷作三友，露葉霜芽知幾鋤。自笑枯腸成破甕，平生只解貯寒菹。楊誠齋《芥菹》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二五《蔬部・山藥》 雜著

華不可佩，葉不足憐，微根儻餌，棄劒爲仙。江淹頌吾閩南陽之田，不墾不耕，爰播盈斗，可獲連城。資陰陽之淑氣，孕天地之至精。蜿蜒赤埴之腴，煌熀白虹之英，驚山木之潤發，冒朝采之餘榮。逮百卉之深盡，候此玉之豐成。王公大人方且以不貪爲寶，辭秦玉而陋楚珩。雖三獻其奚售，乃舉贄於老生。囊中之法未誡，腹内之雷久鳴。搴石鼎以自濯，捴豕腹之彭亨。春江浩其波濤，遠壑風以松聲。俄白雲之漲谷，亂雙眼於晦明。擅人間之三絶，色味勝而香清。捧盂盂而笑，領映户牖之新。晴斥去懶殘之芋，盡棄接輿之菁。收奇勳於頃刻，毛未落而體輕。凌厲八仙，掃除三彭，兒蓬萊之夷路，接閬閬於初程。彼狗莘之大夫，張景陽《七命》，狗莘大夫，冲漠公子，其《七命》末云：浮蟻星沸飛華萍，接玄石嘗其味，儀氏進其法，傾罍一朝，可以流通十日。含三生之宿醒，汙以蜂蜜，辱以羊羹。合嘗逸少之炙，同傳孝儀之鮪。喚超然之至味，乃陸沈於盤盂，豈能於我乎遇，亦或卿而或烹。《左傳》石乞曰：事克以爲卿，不克則烹。起援筆以三叫，馳蛇蚓以縱横。吾何與大夫之迷疾，《列子》秦人逢氏子有迷罔之疾，視白以爲黑，烹香以爲臭，嘗甜以爲苦也。蓋以慰此玉之不平也。陳簡齋

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二五《蔬部・薑》 五言古詩

名園萬家城，千畦等封侯。廵當燕去前，醃芽費糟丘。無箸偃王笑，有味三閭羞。寄入翰林席，望以不撤優。又寄蓬門士，作賦誰肯休。唯我廣文舍，免爲鹽鹵仇。劉公漢家裔，才學向欹儔。胷懷飽經史，辨論出九州。曾不奉權貴，但與故人投。贈辛非贈甘，此意當自求。聖俞《謝劉原父槽薑》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二二六《蔬部・齊》 五言古詩

舍東種早韭，生計似庾郎。舍西種小菜，戲學蠶叢鄉。惟齊天所賜，青青被

陵岡。珍美辱鹽酪，耿介凌雪霜。采擷無闕日，烹飪有秘方。候火地爐暖，加糝沙鉢香。尚嫌雜笋蕨，而況汙膏粱。炊秔及煮麪，得此生輝光。吾饞甚易足，捫腹喜欲狂。一掃萬錢食，終老嵇山旁。放翁

菱菱牆根薺，採掇盈一襜。破白半浮糝，殺青微下鹽。長貧歎亦苦，積悟覺尤甘。細想拔葵者，吾今已傷廉。竹隱

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二七《蔬部・蕪菁》 五言古詩

我昔在田間，寒庖有珍烹。常支折脚鼎，自煮花蔓菁。中年失此味，想像如隔生。誰知南岳老，解作東坡羹。中有蘆菔根，尚含曉露清。勿語貴公子，從渠嗜羶腥。東坡

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二七《蔬部・莧》 七言八句

琉璃蒸乳腥肫膏，未抵齋厨格調高。脱粟飯香供野莧，荷鋤人飽撚霜毛。雞鳴麥酒熟，木拌薦乾薺。斷無文伯可指累，比似何曾毋太豪。見説能醫射工毒，人間此物正騷騷。方秋崖《羹莧》。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二七《蔬部・蓴》 五言散句

羹煮秋蓴滑。絲繁煮細蓴。杜甫

枯豉蓴絲熟。香山　煮羹秋蓴弱。杜甫

還鄉念蓴羹。劉長卿　君恩千里蓴。

豉化蓴絲熟，刀鳴鱠縷飛。杜甫

强飯蓴絲滑，端居茗續煎。杜甫

鄧深《大隱居士詩集》卷下《同友人新陂莊少憩》 【略】隨瓶沽得酒堪醉，就野挑來菜可羹。此是田家真況味，吾曹借取片時清。

潘自牧《記纂淵海》卷二《節序部・立春》 集春日春盤細菜，忽憶兩京梅發時。盤出高門行白玉，菜傳纖手送青絲。杜

潘自牧《記纂淵海》卷八四《艮業部・農》 西崦人間應最樂，煮葵燒筍餉耕人。東坡

虞儔《尊白堂集》卷四《和姜總管食菜羹》 筠筒吹火鼎烹油，小摘朝來露已浮。爛煮香粳供玉糝，更須春味薦貓頭。未必烝壺輸鴨味，誰雲湩酪敵蓴羹。先春已擬嘗新韭，最愛蕭蕭夜雨聲。

膏粱餘習言無味，藜莧枯腸語轉工。染鼎不應孤指動，來詩却得愈頭風。原註：余方病指，故云。

謝枋得《叠山集》卷一《謝惠椒醬等物》七古 堇荼易地味不甘，薑桂到老性愈辣。人言申椒能變化，我見茝芬終不滅。古來郊廟薦德馨，此物氣味通神明。開口一笑露眼睛，望君點化佛先成。

劉因《静修集》卷三《遺詩一・薯蕷》 玉延事韜養，朽壤深以密。短榱受柔條，葱鬱護風日。貧居乏肉味，勞力苦羸疾。松聲泛緑畦，夢聞石鼎溢。初疑湯餅滑，乍見晴雲出。和飲宜杏酪，煎糜縷崖密。餉隣報吹芋，留客代煨栗。入藥宜自擬，留種戒勿失。奇人分嘗薄，計用今六七。靈物聞善化，慎勿輕呵叱。

舒岳祥《閬風集》卷五《評花》 我欣牟荅重，君喜菜花黄。露浥蘆菹味，風摇餅餌香。均爲資食品，乍可少羹湯。若論充冬蓄，何如續夏糧。書生有定禄，百罋亦須嘗。

顧嗣立《元詩選》初集卷二一馬祖常《壯游八十韻》 【略】問俗西夏國，驛過流沙地。馬囓苜蓿根，人衣駱駝毳。雞鳴麥酒熟，木拌薦乾薺。

顧嗣立《元詩選》初集卷二一馬祖常《壯游八十韻》 【略】持錢送酒家，觴至即一醉。羹茅嶰谷筍，飯煮山陽穄。

陸文圭《牆東類稿》卷一六《賦燒筍竹字韻》 先生朝槃厭苜蓿，筍味得全差勝肉。蒼頭掃地犀角出，赤燄騰煙龍尾禿。土膏漸竭外欲枯，火候微温酒已熟。撥灰可惜衣殘錦，解籜猶憐膚躍玉。青青無日長兒孫，草草爲人供口腹。盧家丞相蒸葫蘆，石家無人煮豆粥。去毛留頂有何好，擣韭作鏖空自速。不如野人工食淡，自辦行厨入修竹。句裏曾參玉版禪，胷中會著篔簹谷。主人不問不須嘖，昨夜西風響林屋。

唐元《筠軒集》卷七《分司聶公令賦冬日回家》 【略】經霜早菜烹來美，入碓香粳擣出圓。

唐元《筠軒集》卷七《午厨元章餉溪螺菜心妙甚》 種自園丁始甲芽，得從溪女淺含沙。針鋒入殼挑深肉，碗面横枝帶嫩花。翡翠脱翎分瑣碎，淳母到口敢矜誇。不隨羊酪同肥膬，只許南烹伴蛤蠏。

胡助《純白齋類稿》卷一四《宿牛羣頭》 蕎麥花開草木枯，沙頭雨過苗蘑菇。牧童拾得滿筐子，賣與行人供晚厨。

許有壬《至正集》卷一三《蘆菔》 性質宜沙地，栽培屬夏畦。熟登甘似芋，生薦脆如梨。老病消凝滯，奇功直品題。故園長尺許，青葉更堪薹。

許有壬《至正集》卷一三《白菜》 土羔新且嫩，筐筥薦分披。可作青菁飯，

仍携玉版師。清風牙頰響，真味士夫知。南土稱秋末，投箸要及時。

許有壬《至正集》卷一三《韭花》 西風吹野韭，花發滿沙陀。氣校葷蔬媚，功於肉食多。濃香跨薑桂，餘味及瓜荷。我欲收其實，歸山種澗阿。

許有壬《至正集》卷一三《沙菌》 牛羊膏潤足，物產借英華。帳脚駢遮地，此物喜生車帳卓歇之地，夏秋則環繞其迹而出。釘頭怒戴沙。齋厨供玉食，毳索出氍車。莫作垂涎想，家園有莫邪。

顧嗣立《元詩選》初集卷二二許有壬《上京十詠·白菜》 土羔新且嫩，筐筥薦紛披。可作青菁飯，仍攜玉版師。清風牙頰響，真味士夫知。南土稱秋末，投箸要及時。

顧嗣立《元詩選》初集卷二二許有壬《上京十詠·地椒》 凍雨催花紫，輕風散野香。刺沙尖葉細，敷地亂條長。楚客收成褁，奚童撷滿筐。行厨供草具，調鼎爾非良。

洪希文《續軒渠集》卷五《菜羹》 雨後過畦嫩甲長，士夫此味未能忘。筠籠采擷朝脯供，土剉烹熬雨露香。鹽豉勻調仍點酪，香粳細搗旋加薑。老饕賦好人爭誦，喚醒歐生爲洗狂。

洪希文《續軒渠集》卷五《食椶笋主人請賦》 緣木求魚無後灾，黃鞏未了已安排。雖非龍種胚胎出，猶得鼇黃醞藉來。《漢書》薛廣德雅有醞藉。味勝羶葷忘禁臠，氣含風露奪珠胎。供僧留敢歸香積，齋鉢終然勝芥臺。佛書維摩遣八菩薩往衆香國，言願得世尊所食之餘，欲於娑婆世界施作佛事香積，如來以衆香鉢盛飯與之。山家饌客富盤飧，菜把終叨地主恩。杜：清晨蒙菜把，常荷地主恩。且賞珍奇類魚子，莫將同異別龍孫。羶腥幸免黃金錯。酪酊終同老瓦盆。杜詩有老瓦盆。勿向朱門詫風味，萬錢一任飽雞豚。

蘇伯衡《蘇平仲文集》卷一五《贈徐季子》 【略】村翁溪友總愛客，蕨芽蓴菜不計錢。酒酣更斫銀絲鱠，章就還灑蟬翼牋。

李昱《草閣詩集》卷三《雨後過畦》 十月晴宜雨，芃芃野菜新。皇天無棄物，生意頗如人。落箸銀絲滑，傾筐翠色勻。盤餐亦多品，不信庾郎貧。

解縉等《永樂大典》卷二四〇七《蔬》 山蔬宋僧《文珦集·山蔬有真味》：山蔬有真味，肉食者不知。老我於空林，自愛園中葵。種蒔舉有法，采擷初無時。真之折脚鐺，燎以枯松枝。羹之以薤桂，是乃性所宜。晴此已成癖，自覺甘如飴。既足果吾腹，何用五鼎爲。衆欲不干慮，出處常委蛇。笑傲泉石間，萬象皆吾詩。我已自忘我，人知我爲誰。邵子《擊壤集·謝司馬端明惠山蔬八品》：八品山蔬盡樂萌，何山採得各標名。山翁幾受霜臺唤，即命山妻親自烹。

孫作《滄螺集》卷一《謝馬善卿送菜》 嘗欣食菜美，自謂肉不過。今晨齒頰間，屢嚥安敢唾。持粱嚼肥鮮，野蔌誰當課。使君可憐人，異味諳小大。我本江南樵，酸寒羹不和。空腸轉藜莧，糲粟連穗。雨韭春割苗，霜菘秋钉座。羊蹄釀旨酱，蒲歇雜細剉。芋魁掘地底，茭首洗泥科。木魚三百頭，竹笋一萬箇。朝湘出山厨，夕煮吹烟剉。堆盤青黃具，入口生澁奈。以茲媚盤飧，頗復如君作。採之諒有時，蒸或躬自佐。白塩點葱橙，紅椒羅臼磨。蔗錫質劑調，醽醢芳辛破。香飯炊屢熟，宿酒醒方餓。鵝掌推不受，鱉裙空欲蜕。饋案連十罌，飽食深自荷。霜根咀寒蘆，三歎論奇貨。冰壺奪仙厨，適口騰軒簸。四海一東坡，拙謫常坎軻。參軍半畝菜，詩句劇嘲賀。我盌不償一，造物知何郝。抱甕力不任，負鋤筋苦墮。亦欲賦歸田，自種百畝穫。傳君作菜法，花甕旋封裹。食勤不媿天，曰晏從高卧。

孫作《滄螺集》卷一《切藕》 碧節冰絲透薄寒，金波初出鳶雕盤。昔曾太華峯頭見，今向佳人掌上看。

孫作《滄螺集》卷一《菽乳》 豆腐本漢淮南王安所作，惜其名不雅，余爲改今名，因賦是詩。

淮南信佳士，思仙築高臺。八老變童顏，鴻寶枕中開。異方嘗齊雲味，數度真琦瑰。作羹傳世人，令我憶蓬萊。茹葷厭葱韭，此物乃呈才。戎菽來南山，清漪浣浮埃。轉身一旋磨，流膏入盆罍。大釜氣浮浮，小眼湯洄洄。頃待晴浪翻，坐見雪花皚。青鹽化液滷，絳蠟窟煙煤。霍霍磨昆吾，白玉大片裁。烹煎適吾口，不畏老齒摧。蒸豚亦何爲，人乳聖所哀。萬錢同一飽，斯言匪俳詼。

徐伯齡《蟫精雋》卷一〇《詠豆腐》 嘗聞故友許廷暉遲爲予言，得人作豆腐詩，深於詠物工巧極致。詩云：傳得淮南術最嘉，分明水底煉精華。二輪磨上流真液，百沸湯中滾雪花。瓦缶盛來雲有影，金刀細切玉無瑕。要知滋味誰能識，都屬禪家與道家。

來知德《重刻來瞿唐先生日録》外篇卷四《酸薑蘘》 君不見墊巾婆娑形本醜，郭泰頭上即瓊玖。至今猶名折角巾，周冕殷冕齊不朽。又不見山中蒲葵其物賤，謝安兒戲裁爲扇。一刻九衢價倍高，蜀錦齊紈翻不羨。貧人見肉口垂涎，三屍五臟火齊然。朝煙暮雨酸薤菜，到口思連瓦器捐。貴人行酒坐亦肉，作客

招賓日不足。千杯萬箸六龍西，亂眠忽醒雞將啼。偶得酸薺救燥吻，回首熊蹯價盡低。人生無貧富無好醜，不論登廟廊，不論居試祉。但我一時得意處，百骸九竅皆抖擻。何必千辛萬苦求黃金，只要黃金量石斗。勸君莫只問天梯，且來聽我歌酸薺。酸薺酸薺，看來一物各有一物味。安得功名富貴，人人都要一般齊。匹夫各有志，有志不可奪。君又不見李泌，富貴第宅非所樂。但願一覺天子脚，明日太史奏客惡。

蔣一葵《長安客話》卷二《皇都雜記》 蘆菔

性質宜沙地，栽培屬夏畦。熟登甘似芋，生薦脆如梨。老病消凝滯，奇功置品題。故園長尺許，青葉更堪齏。

白菜

玉羔新且嫩，筐筥薦紛披。可作青菁飯，仍攜玉版師。清風牙頰響，真味士夫知。南土稱秋末，投簪要及時。

沙蔥

牛羊膏潤足，物產借英華。帳腳駢遮地，此物喜生車帳。車歌之地夏秋則環繞其迹而出。釘頭怒戴沙。齋廚供玉食，毳索出氈車。莫作垂涎想，家園有莫邪。

地椒

凍雨催花紫，輕風散野香。刺沙尖葉細，敷地亂條長。楚客收成裹，奚童擷滿筐。行厨供草具，調鼎爾非良。

韭花

西風吹野韭，花發滿沙陀。氣較葷蔬媚，功於肉食多。濃香跨薑桂，餘味及瓜茄。我欲收其實，歸山種澗阿。

明張鼎思《琅邪代醉編》卷三四《蠶賦》 范文正公少時，作《蠶賦》，其警句云：陶家甕內，腌成碧綠青黃。措大口中，嚼出宮商角徵。蓋親嘗忍窮，故得蠶之妙處云。

池上餐華生輯《詩笑》卷下李戒菴《豆腐》 傳得淮南術最佳，皮膚褪盡見精華。一輪磨上流瓊液，百沸湯中滾雪花。瓦缶浸來蟾有影，金刀剖破玉無瑕。個中滋味誰知得，多在僧家與道家。

明來知德撰《來瞿唐先生目錄・悟山稿・煮菜》 短摘綠多客，鮮烹爲解醒。不忘松火急，仍以瓦盆盛。慷慨輸投筆，年華去請纓。惟吞川上水，日夜赴滄瀛。

釋本以《蘭葉筆存・御史試荳芽菜賦》 蒙城陳嶷薦賢良方正，考選試荳芽菜賦，嶷第一，拜浙江道御史終。按察副使賦曰：南國之賓，客於上國，與北都主人論辨時事。翊日，請於主人曰：子居上都，俯視八隅，日覽天下之奇物，亦知天下之奇味乎。主人曰：唯唯，客何言與。天下之味，形類萬殊。燧人作俑，庖人之初曰菽、曰黍、曰豢、曰芻。八珍甲四海之美，五味極六合之腴，猩唇豹胎之鼎，熊掌駝峰之厨。趙普製蠔之炙，何曾鵝掌之殊，黨家之羊羔美酒，五侯之燕髀鯖餘，吳中之膾釣，松江之鱸鱠，釀施蓼雪蛆，侑俎籟蒲羞，鱉芥醬漬驢。至若橙黃而螃蟹，實荻綠而河豚。涪黃雀入幕之子，烏雞啄粟之雛，加之以椒桂，益之以油酥。當嘉賓之既集，命細君而當壚，巨觥淺酌，豔曲咿唔，調嚼滋味，既美且都。客曰：子惟知章臯之爲味，而不知清楚之嘉蔬也。主人從而改曰：北山採蕨，南山採薇，祛萱堂北，襜芹澗湄，烹綠葵之嫩葉，儷白薤之芳蕤。補贏杞，移繁蕪，磨菇縷分於淮術，波稜寸斷於蹲跖，酣糟子薑之掌，沫醯新筍之絲，梭魚孕子，苔脯乳鬚，輪菌九沸，山藥三炊。漢家丘嫂之饌，冰壺先生之羹。至若錢塘之茭苔，商山之紫芝，大宛之苜蓿，二蜀之雞栖，揀擇加精，調胹得宜，香聞爽臆，味適舒眉。當舉案之頃，會稱觴之時，飫此嘉品，喜溢厥頤。顧翳桑之徒餓，笑首陽之空饑。視彼蔓菁何物，蘿蔔奚爲。客曰：子蓋徒知異之爲美，而不知近之爲奇。主人瞠焉語塞，拱手嘻噫曰：然則子所言美者，請備言而述之。客曰：有彼物兮，冰肌玉質，子不入於淤泥，根不資於扶植。金芽寸長，珠蕤雙粒，匪綠匪青，不丹不赤，宛訝白龍之鬚，仿佛春蠶之蟄。雖狂風疾雨，不減其芳，重露嚴霜，不凋其實。物美而價輕，衆知而易識，不勞乎椒桂之調，不資乎芻豢之汁。數致而不窮，數食而不斁，雖以赫乎柱史之嚴，每嘗置之於齒牙藩矣。不知近之爲奇。主人瞠焉語塞，拱手嘻噫曰：然則子所言美者，請備言而述之。客曰：有彼物兮，冰肌玉質，子不入於淤泥，根不資於扶植。金芽寸長，珠蕤雙粒，匪綠匪青，不丹不赤，宛訝白龍之鬚，仿佛春蠶之蟄。雖狂風疾雨，不減其芳，重露嚴霜，不凋其實。物美而價輕，衆知而易識，不勞乎椒桂之調，不資乎芻豢之汁。數致而不窮，數食而不斁，雖以赫乎柱史之嚴，每嘗置之於齒牙藩矣。憲臺之邃，亦嘗疑之而深入，當乎退食之委蛇，則伴其倉米之廩食。至於滌清觴，漱清臆，助清吟，益清職，視彼主人所陳者，奚相去倍蓰而翅萬億也與。主人聞而歎曰：得非市之所鬻荳芽菜乎。客乃曰：然。主人曰：美則美矣，毋語近而遺遠，厭富而樂貧。客曰：子何見之晚也。夫天下之味，適口者爲佳。天下之士，無欲者爲貴。彼之所云者非不口欲，我之所欲者恐爲心累。脫若致之弗克，則役之於心，役之於心，則爲口體之累。傳不云乎，養其小者，則失其大者。大者既失，雖羅五鼎亦惟取羞，雖享太牢適增其醜。語既，客即揖謝于

趙民獻《萃古名言》卷四《澹食》　白菜圖說。我愛菜，我愛菜，傲琢膻，敗鼎鼒，多食也無妨，少食也無害，古之聖賢皆從這裏過，所以造得熟境界。西山薇也在，商山芝也在，四皓與夷齊，有菜不肯資。顏子居陋巷，孔子厄陳蔡，飲水與絶糧，無菜也自耐。侯門安敢笑寒酸，中有經天緯地大氣概。菜之味兮烏可輕，天下之事皆可行。士知此味學業成，農知此味倉廩盈，工知此味技藝精，商知此味貨利增。但與人人知此味，莫教此色到蒼生。

陳詩教《花裏活》卷下　范文正公少時，嘗作《齏賦》，其警句云：陶家甕內，腌成碧緑青黃。措大口中，嚼出宮商角徵。蓋親嘗忍窮，故得齏之妙處云。

彭大翼《山堂肆考》卷一九六《蔬菜・筆薑》　陸放翁詩：瓦盆麥飯伴鄰翁，黃菌青蔬放箸空。一事尚非貧賤分，筆薑僭用太官葱。

彭大翼《山堂肆考》卷一九六《蔬菜・芥薑》　楊廷秀《芥薑詩》：芘蓳馨辣最嘉蔬，孫芥芳辛不讓渠。蟹眼嫩湯微熟了，鵝兒新酒未醒初。橙香酸醞作三友，露葉霜芽知幾鋤。自笑枯腸成破甕，一生只解貯寒蔬。

彭大翼《山堂肆考》卷一九六《蔬菜・斷蓳》　見貧士。又範文公公少時作詩：兩京作斤賣，五溪無人採。夷夏雖有殊，氣味終不改。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》　《蜀都賦》：樊以蓺園蓏草，名廣蒼。云：蓺者蓏也。《文選》注云：土茄覆地而生，根可食，蜀人謂之香蓏。黃魯直《謝楊履道送銀茄四首》：藜藿盤中生精神，珍蔬長蒂色勝銀。朝來鹽醯飽滋味，已覺瓜瓠漫輪囷。又君家水茄白銀色，殊勝壩裏紫彭亨。蜀人生疎不下箸，吾與北人俱眼明。又白金作顆非椎成，中有萬粟嚼輕冰。戎州夏畦少蔬供，感君來飯在家僧。又畦丁收盡垂露實，葉底猶藏十二三。待得銀包已成穀，更當乞種過江南。天社任淵註云：椎成，漢劍名，蓋借用耳茄之老者，其子堅黑如穀。

彭大翼《山堂肆考》卷二一三《草卉・筍》

馬蹄

唐詩：晚菘細切肥牛肚，新筍初嘗嫩馬蹄。又朱喬年詩：梅雨冥冥麥已齊，連霜筍竹暗蠻溪。短蓞解擇登雕俎，錯落黃金髮裹雞。

玉版師

《冷齋夜話》：東坡邀劉器之同參玉版師，器之每倦山行，聞參玉版師，欣然從之。至廉泉寺，燒筍而食。器之覺味勝，問何名也。東坡曰：名玉版也。此老師善說法，能令君得禪悅之味。器之始悟其戲，爲之大笑。【略】

配香粳

東坡《送筍與李公擇詩》：久客厭北味，枵然思南烹。故人知我意，千里寄竹萌。駢頭玉嬰兒，一一說錦襠。庖人應未識，旅人先眼明。我家拙厨膳，飫肉羞蓴菁。送與江南客，燒煮配香粳。【略】

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》　高力士《感巫縣齊菜詩》：兩京作斤賣，五溪無人採。夷夏雖有殊，氣味終不改。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》　《蜀都賦》：樊以蓺園蓏草，名廣蒼。云：蓺者蓏也。《文選》注云：土茄覆地而生，根可食，蜀人謂之香蓏。黃魯直《謝楊履道送銀茄四首》：藜藿盤中生精神，珍蔬長蒂色勝銀。朝來鹽醯飽滋味，已覺瓜瓠漫輪囷。又君家水茄白銀色，殊勝壩裏紫彭亨。蜀人生疎不下箸，吾與北人俱眼明。又白金作顆非椎成，中有萬粟嚼輕冰。戎州夏畦少蔬供，感君來飯在家僧。又畦丁收盡垂露實，葉底猶藏十二三。待得銀包已成穀，更當乞種過江南。天社任淵註云：椎成，漢劍名，蓋借用耳茄之老者，其子堅黑如穀。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五十四》　世傳涪翁喜苦筍。詩云：南園苦筍味勝肉，擪龍稱冤莫採録。頗君更致蒼玉束，明日風雨吹成竹。又和坡翁春菜詩云：公如端爲苦筍歸，明日青衫誠可脱。坡得詩，戲謂坐客云：吾固不愛作官，魯直欲以苦筍硬差致仕，聞者絶倒。嘗賦苦筍云：我見魏徵殊嫵媚，約束兒童苦而有味，如忠諫之可活國。放翁又從而獎之云：勿多取。於是世以諫筍目之。及觀涪翁所自跋，則其所食乃取乎甘，非貴乎苦也。南康簡寂觀有甜苦筍。周益公詩云：蔬食山間茶亦甘，況逢苦筍十分甜。君看齒頰留餘味，端爲森森正且嚴。此亦取其甜耳。世人慕名忘味，甘心荼苦

者，果何說哉。又涪翁在戎州日，過蔡次律家，小軒外植餘甘子。乞名於翁，因名之曰味諫軒。其後王子予以橄欖送翁，翁賦云：方懷味諫軒中果，忽見金盤橄欖來。想見餘甘有瓜葛，苦中真味晚方回。然則二物亦可名之諫果也。

東坡《橄欖詩》：待得餘甘回齒頰，已輸崖蜜十分甜。俗諺傳南人説橄欖回味清甘。北人云：待他回味時，我棗兒已甜半日矣。坡詩蓋用此意。

褚家軒《堅瓠補集》卷五《緑菜贊》　《眉山志》：史琰字炎玉，好學嫻文。州刺史張閻聘爲冢子祺之配，祺亦有才，與炎玉唱酬成集，題曰和鳴。黄山谷與張閻有内親，來訪之，炎玉致書，嘗緘緑菜以贈。山谷爲之贊曰：蔡蒙之下，彼江一曲。有茹生之，可以爲蔌。蛙蠙之衣，采采盈掬。芼以辛鹹，宜酒宜餗。在吴則紫，在蜀則緑。其臭味同，遠故不録。頌我旨蓄，史君炎玉。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》　齏賦。范文正公少時作《齏賦》，其警句云：陶家甕内，腌成碧緑青黄。措大口中，嚼出宫商角徵。蓋親處貧困，故深得韭蓼之趣味云。

陳祥裔《蜀都碎事》卷一　蒟贊云：蔓附本生，實若椹纍，或曰浮留，南人謂之。和以爲醬，五味告宜。

按：蒟出渝瀘茂威間，即漢唐蒙所得者。葉如王瓜厚而澤，實如桑椹，緣木而蔓。子熟時，外黑中白，長三四寸，以蜜藏之，辛香可食，能温五藏。或用作醬，善和食味，即南方所謂浮留藤，取葉合檳榔可食。

真珠菜贊云，植根水中，端若串珠，皿而瀹之，可以代蔬。

按：戎瀘間有之，生水中石上，翠縷纖蔓，蜀人以蜜煮食之，或以醯煮，可行數千里不腐。【略】

姚之駰《元明事類鈔》卷三二《蔬穀門・菜》　土銼烹煮。元洪希文《菜羹詩》：筠龍採擷朝晡供，土銼烹煮雨露香。

姚之駰《元明事類鈔》卷三《歲時門》　窮春盤。元耶律楚材《驛中窮春盤詩》：匀和豌豆揉葱白，細剪菱蒿點韭黄。

姚之駰《元明事類鈔》卷三二《蔬穀門・菜》　黄芽。王世懋《瓜蔬疏》：燕地黄芽，可稱菜中神品。《羣芳譜》：燕京圃人冬則以菜入窖壅培，不見風日，長出苗葉皆嫩黄色，脆美無滓，謂之黄芽菜。

芎贊云：桑葉美根，冬不隕零，採而緩之，可糝于羹。

按：楚詞謂江蘺者，根即芎，似雀腦者佳，葉可作羹食。

姚之駰《元明事類鈔》卷三《歲時門》　煮雨露香。

按：産灌縣，葉爲蘼蕪。禁

姚之駰《元明事類鈔》卷三二《蔬穀門・菜》　韭黄。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷二六《時令門五・寒》　寒韮。梅堯臣《冬夕會飲聯句詩》：乾果硬進齒，寒韮酸滿胸。

蔣廷錫《御定駢字類編》卷二六《時令門五・冬》　冬葙。杜甫《病後遇王倚飲贈歌》：長安冬葙酸且緑，金城土酥净如練。

望黎作冬酒，留薤爲春菜。

蔣廷錫《御定駢字類編》卷二二《時令門二・春》　春菜白居易《村居卧病詩》：

春蔬。梁元帝《與蕭諮議等書》：因於酒食，未若過中。不餐螺蚬，登俎豈及春蔬爲

松花煮處菌花生，雨後巖前採幾莖。分付山妻好珍重，薤芽韲筍共爲羹。

汪士鋐《黄山志續集》卷七《貢菜》　空山飽野菜，白炙飛香氣。

遥憐城市人，安知此真味。

吴林《吴萫譜・附斷萫詩四首》

之三

去，以湘湖水浸之耳。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・韭》 韭美。陸游《新凉詩》：粳香等炊玉，韭美勝炮羔。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・薑》 薑橙。黃庭堅《蟹詩》：忍堪支解見薑橙。又《次韻子瞻春菜詩》：生薑入湯翻手成，筆以薑橙詩縷抹。亦作橙。陳造《次韻楊宰食蟹詩》：一從多病戒奇嗜，屏絶鱗介疏薑橙。

薑蔥。蘇軾《元修菜詩》：點酒下鹽豉，縷橙芼薑蔥。韓駒《食煮菜簡呂居仁詩》：洗芼點鹽豉，鳴刀芼薑蔥。陳造《謝張德恭送糟蚶詩》：玉川水厄那知此，急具薑蔥喚阿添。

薑絲。韓駒《順老寄菜花乾詩》：峨嵋楔脯久不來，齒穆薑絲典刑在。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七八《草木門三・芥》 芥薑。周興嗣《千字文》：果珍李柰，菜重芥薑。黃庭堅《答永新宗令寄石耳詩》：竹萌粉餌相發揮，芥薑作辛和味宜。陶宗儀詩：攝生未用芝和朮，具膳能無芥與薑。

芥菘。陳傅良送德遠弟赴省詩爲道貧非病連簷有芥菘

芥藍。《救荒譜》：芥極多心，嫩者爲芥藍，極脆。蘇軾《雨後行菜詩》：芥藍如菌蕈，脆美牙頰響。

芥粉。劉孝威《鬬雞篇》：翅中含芥粉，距外耀金芒。庾信《鬬雞詩》：狸膏燻鬬敵，芥粉塗春場。

黃廷桂、張晉生《四川通志》卷四〇《藝文》 黃庭堅《綠菜贊》。石刻在蘆山縣古廟中。蔡蒙之下，彼江一曲。有菇生之，可以爲蔽。蛙蝦之衣，采采盈掬。吉蠲銑澤，不澀沙碟。芼以辛鹹，宜酒宜餗。在吳則紫，在蜀則綠。其臭味同，遠故不録。誰其發之，班我旨蓄。維女博士，史君炎玉。

宋紹興甲戌，知縣徐閣中跋云：山谷老人《綠菜贊》，刻石於蘆山縣廟中，歲更百禩，典刑儼存，贊末有史君炎玉之句，讀者多所未喻，蓋指言眉陽望族史氏女名瑛者。【略】

嵇曾筠等《浙江通志》卷二七八《藝文二〇》 朱彝尊《西湖竹枝詞六首》【略】

湖面蓴絲寸寸長，爲郎情好作羹湯。朝雲吹散峯頭雨，日出團團雞子黃。

覺羅石麟《山西通志》卷二一五《藝文三四》

桑拱陽《菜根箴》

人在兩間，參兩天地。古今流芳，志節先立。立志何云，咬茲菜根。爲賢爲聖，品由斯存。温飽爲輕，道義爲重。常變死生，厥有定命。嗤彼俗子，外物役心。聲華世味，馳逐縈神。自謂從權，徇欲無害。靡利薰心，全品敗壞。得意一時，失脚終身。枉尋直尺，甘作小人。爾欲立身，菜根咬斷。矢志堅貞，努力道岸。飯糗茹草，土簋土硎。神聖爲此，志氣清明。陋巷簞瓢，尼山蔬水。千載以來，孰知斯味。黎藿可採，薇蕨可嘗。飲芬尚在，齒頰猶香。斷壺凝粥，冒雨剪韭。道味恒親，天真嚼咀。萬變弗撓，百折弗憂。紛華濃郁，纖芥罔留。刀鋸鼎鑊，學須有主。一介必嚴，弗與弗取。萬鍾不辨，飢渴害心。視彼芻豢，寧若野芹。世味既遠，真味乃出。沖然澹然，靈根内裕。識趣高脱，骨力堅凝。賢關聖域，追步芳蹤。砥柱波流，百事可做。旋轉經綸，揮霍在手。一真爲宰，觸境自如。掀揭事業，浮雲太虚。不爲有爲，不動乃動。樹立天壤，總此定性。請貞終始，勿愧素心。戒哉勉哉，視爾常箴。

季步騶《懶蠶居士遺稿》卷三《蒸藜歌》 長夏山中瓶粒絶，蒸藜日代午餐闕。人情重苋不重藜，我憎苋靡藜有骨。囑婦蒸藜勿太熟，要使性存風味淑。瓦缶盛來饜老饕，滑甘寧必期粱肉。榆柘分陰緑暎窻，静展閑心書細讀。飽餐讀倦卧匡床，起見斜陽在茅屋。幽棲趣屬閒園好，呼兒鋤藜勿草草。莫教放手損藜根，葉果吾腹幹扶老。藜兮藜兮恒相依，啖我寧惜春夏時。更待秋霜堅汝姿，看雲步壑從所之。

黃叔琳《硯北雜録》卷一五《豆腐》

豆腐

孫作字大雅，以字行，一字次知。《豆腐詩序》：菽乳本漢淮南王所作，其名不雅，余爲改今名，因賦是詩。陸放翁詩：拭盤堆連展，洗釜煮黎祁。自註：連展，淮人以名麥餅。黎祁，蜀名豆腐。

朱黼《東郊土物詩・薤菜》 種自南嶠得，近收老圃家。淡碧菠稜葉，粉紅鼓子花。頗疑調滑甘，夏餐佐瓠瓜。貴人或不知，但向僧厨誇。

朱黼《東郊土物詩》

吴乾寅伯《蒟蒻俗呼頭子》

蒟頭亦芋類，大葉緑閃閃。灰汁者令熟，冰凝浄無玷。調羹配豚魚，甘滑可屬厭。稻熟秋風涼，錢村賣茅店。

吴存楷《江鄉節物詩・腌菜》 杭俗腌菜，例以冬至開缸，先祀而後食，故亦居節物之一云。

吴鹽勻灑密加封，甕底春回菜甲鬆。碎翦冰條付殘齒，貧家一樣過肥冬。

朱黼《東郊土物詩》

翟灝《香菹》

青菘攢把腌，大瓮兼小罌。泥緘過重臘，乍發香氣盈。不假蘇桂糝，手訣傳

來精。宛轉叫春街，朝值賣花聲。

朱點《東郊土物詩》

鄭文灝《玉粟》

修莖比玉蕤，嘉實同雕菰。粲粲綻香秔，磊磊編圓珠。先秋擷筠筐，潔釜炊山厨。村師誇淹雅，能將御麥呼。《草芳譜》玉蜀粟一名御麥，杭人呼爲玉粟。

朱點《東郊土物詩》

姚思勤春漪《藕粉》

誰碾玉玲瓏，繞磨滴芳液。擢泥本不染，漬粉詎太白。鋪窗暴秋陽，片片銀刀畫。一撮點湯調，犀匙溜滑澤。

朱點《東郊土物詩》

沈梅福先《蘿蔔菜》

菜菔采下體，厥葉棄如遺。曝乾點吴鹽，辛芳貯滿甑。村家無旨蓄，一盤劃粥時。此腹真唐園，百蔬納莫辭。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四九《物産》 增：乾隆六年御製翦蔬詩

雨畦烟甲茁，珠露垂闌干。緑潤披微風，生意何翩翻！圃師爲剪摘，聊復憑欄看。翠痕應手折，香霏齒頰寒。采采已盈筐，適可供盤餐。仍復留新穎，用以待滋蕃。鄙事足會心，高吟興未闌。

佚名《熱河志》卷九二《物産一・御製詩》

寒瓜辛未

野店寒瓜可當蔬，村民生計覽吟餘。匏棚茅舍紛懸處，細雨涼風欲熟初。體會遥思菜烝在，荒唐漫説棗還如。烹蒸雅合山家供，肉食休誇丙穴魚。

汪啓淑《水曹清暇録》卷四 腐乳題詠甚少，阮亭王尚書一絶，不落瞿谢窠臼。其詩云：黄羊紫蠏解傷脾，濁酒年來亦懶持。才喜紅蓮香稻熟，黎祁又著淡胭脂。

祁韻士《西陲竹枝詞・沙葱》 針細何殊一草叢，摘來盈把向沙中。中不空面極細，回人呼爲丕雅斯。不隨薑桂老同辣，羊角多鬚是若翁。

祁韻士《西陲竹枝詞・香菌》 大青山外白營盤，珍味由來重食單。豈識松根精液厚，肥甘莫漫佐常餐。

崔旭曉林《津門百詠》 聲聲唱賣巷東西，不數茨菰與勃臍。爛嚼胭脂紅滿口，楊村蘿蔔脆如梨。蘿蔔

陳璨《西湖竹枝詞》 有客同參玉版禪，雲栖蔬筍妙烹鮮。新茶採得真龍井，明日虎跑來汲泉。

雲栖寺乃蓮池大師道場，地多竹，不減渭川千畝。當春時，筍味絶勝。老龍井茶作豆花香，爲絶品，真者最難得。虎跑泉爲杭郡五聖水之一。

張春華《滬城歲事衢歌》 果實羅陳列市街，相傳六十日生涯。山蔬也恐僧人聽，嫩筍從來號繡鞋。市果實者，爲南貨店，其開於仲冬者，爲六十日，南貨店及除夕而止。吾鄉度歲必用山筍，漸潰於水，薄切之，與肉同煮，味清而腴。筍之嫩者爲繡鞋底。

張春華《滬城歲事衢歌》 寒蔬儘可佐金卮，擷翠堆盤送臘時。味入辛酸偏耐永，疏畦昨夜剪銀絲。芥有莖如釵股，葉纖細如縷者，爲銀絲芥。寸切之，勻醯醬，入賁勿令熟，貯諸甕。越二日啓，食之味芳烈，於酸鹹之外，得別趣，真江鄉佳品。

張春華《滬城歲事衢歌》 緑陰深處聽黄鸝，令節新蔬翦夏畦。飛雪一匙香稻熟，輕鹽勻入煮擲粞。立夏日，翦野菜，有所謂草子頭者，磨米作粞，入草子頭煎之，味甚香脆，名擲粞。

王曾翼《回疆雜詠》 霜餘菜甲嫩還肥，日日行厨飽啖宜。此味回人殊不解，堆盤偏愛不讀如劈。牙斯。

喀城菜極佳，不亞安肅，回人菜蔬止食蔓菁、芫荽、丕牙斯三種。丕牙斯如内地之薤。

王端履《重論文齋筆録》卷三 年十五時，戲作湘湖竹枝詞上下平韻三十首。【略】

湖心三月水鱗鱗，湖面花開盡白蘋。採得純絲全不滑，祕傳煮法要瞞人。

純菜雜生蘋藻間，不可辨認，惟土人能識之。春時採摘，沃以沸湯，方能柔滑，其法祕不傳人。

雲影空濛露一斑，峯頭妝束翠如鬟。到來湫口須拖壩，且看隆興寺後山。

修竹根從石罅穿，緑陰卷畫銷寒烟。掘來貓筍論觔賣，脆菜蒸湯味最鮮。

朱亦棟《群書札記》卷三《鳩芹詩》 杜少陵詩：炙背可以獻天子，野人由來知美芹。蓋用《列子》也。案：《二老堂詩話》：蜀人縷鳩爲膾，配以芹菜。或爲詩云：本欲將芹補，那知弄巧成。鳩芹二字甚新，弄巧成三字不可解，大約言鳩性拙也。

張燾《津門雜記》卷下崔旭念堂《凍豆腐》 菽乳温柔不耐寒，凝霜凍塊入朝

餐。切來巧露蜂窠密，煮出渾同羊肚肴。獵骨玲瓏堪下箸，嚼冰滋味恰登盤。黃薑白飯先生餓，正好冬厨飽冷官。

蕭雄《聽園西疆雜述詩》卷三《園蔬》 幾畦蔬菜不成行，白蓾青葱着意嘗。蘿蔔兒憐秋色老，蔓菁甕貯隔年香。

回人不多食菜，故圃事疏而菜類亦少。一蔓菁，彼名產木古爾，芥屬也，揚子《方言》陳楚謂之葑，齊魯謂之蕪菁，趙魏之郊謂之六芥，葑也，蔬也，蕪菁也，蔓菁也，葑蓯也，蕪也，芥也，七者一物也。彼處八九月收回，或整苑藏窖，或曬乾盛於甕，喫至接新。一胡蘿蔔，呼爲栽爾達克，色紅而苗細。一鹽妥，莖柔葉細氣香，彼名引麻蘇，即《爾雅翼》所謂胡荽也，中國之種，始於張騫得之西域。韭、蒜、芸薹、胡荽、薤，道家稱爲五葷。一丕牙斯，內地所無，莫能名，葉類葱韭，莞似蒜而無瓣，皮或紅或白，似葛而不能剥，切片煑之，味如食葛而甜。《爾雅翼》：西方以大蒜、小蒜、興渠、慈蒜、茖葱爲五葷，不識此爲何項。《本草》薤，一名藠子，味既似葛，當薤屬也，回人喜食之，外或栽葱而已。漢民徙居者，種菜較多，及楚軍出關，帶各項菜子，隨地廣種，而園蔬將備矣。惟一種南中未有者，名撇蘭，又呼切蓮，形若南瓜，皮青厚而多筋，長於土中，與蘿蔔同類，根葉相似，削皮煑食，味稍別。大者重數觔，内地陝甘亦有之。又野地肥潤處多沙葱，狀若木賊，食之疏爽有香。

施男《邛竹杖》卷二《筍誌銘》 筍一名苗，名葱，名萌，名蘧，名稚龍，名龍孫，名翦竹，名初篁，名竹牙，名錦綳，名玉版，名籜龍，名籜角。林下雨餘，宿醒惡阻，杯羹杜玉，齒沃脾清，雖仙厨麟脯，上苑豹酥，不是過也。黃涪翁：紫籜折故錦，素肌劈新玉。且食勿踟躕，南風吹作竹。蘇東坡：料得清貧饞太守，清川千畝在胸中。不如陶學士穀爲作墓誌，尤爲簡勁，曰邊幻節，字脆中，晉林瑯玕之裔也，以湯死。建隆年月日立石，廿日。

雜録

曾慥《類説》卷一六《倦游雜録》 山藥。本名薯蕷，唐代宗名預，改爲山藥。英廟諱上一字，却呼薯藥。

蘇軾《格物麤談》卷上《瓜蓏》 冬瓜内置茄子，至春不壞。茄柴灰可腌海蛰。

糟茄内入石緑，切開不黑。

冬瓜切碎者，以石灰糝之則不爛。

染坊瀝過淡灰曬乾，色藏瓜茄，至冬可用。

茄子以鱸灰藏之，可至四五月。

蘇軾《物類相感志·總論》 用鹽擂椒，椒味好。

蘇軾《物類相感志·蔬菜》 茄子以爐灰藏之，可至四五月。

小滿前收鹽芥菜，可交新。

蘇軾《物類相感志·蔬菜》 豆豉内用甜瓜頭，生者曬乾方可入，不然則爛了。曬時以爐灰糝之，不引蠅子。

蘇軾《物類相感志·雜著》 韶粉蒸之不白，此蘿蔔瓷子内蒸之。

《宋朝諸臣奏議》卷一一《范仲淹《上仁宗封進草子乞抑奢侈》》 臣昨到太平州界體量安撫，本處檢會廣德軍判官錢中孚、當塗縣主簿兼嘉祥縣尉温宗賢等狀稱：往諸鄉檢旱，竊見貧民多食草子，名曰「烏昧」，并取蝗蟲曝乾，摘去翅足，和野菜合煮食，別無虚妄者。【略】

王介《履巉巖本草》卷中 麩鹽子，味酸微寒，除痰飲瘧瘧，喉中熱結喉痹，止渴解酒毒，黄疸變白，生毛髮。取子乾搗爲末，食之。

王可《國憲家猷》卷四七《滑稽三》 昔人請客，柬以具饌二十七味。客至，則惟煮韭、炒韭、薑醋韭耳。客曰：適云二十七味，何以菜乎。主曰：三韭非二十七耶。錢穆父嘗請東坡食畾飯，子瞻以爲必精潔之物。至則飯一盂，蘿蔔一碟，白湯一盞，坡笑曰：此三白之爲畾耶。相對閒然。

郎瑛《七修類藁》卷四七《事物類·食用製法》 用染坊淋退灰晒乾，埋藏黄瓜茄子，冬月可用。

王圻《稗史彙編》卷一二九《飲食門·食類下》 食用製法：【略】

用染坊淋退灰晒乾，埋藏黄瓜茄子，冬月可用。用好錫打罐子，裝揀好完檄

欖，入罐，重紙封蓋縫，可至夏也。

曬乾荸薺為末，炒豬腸不宜蓋鍋，摻末，少烹白酒，則其味脆美。

樊良樞《密庵巵言》卷一《約巳》 楊伯起子孫，蔬食步行，清白吏家聲必大。盧懷慎宴客，菜羹蒸豆，伴食相風節可師。

樊良樞《密庵巵言》卷一《約巳》 有倉卒客，無倉卒主。莫嫌疏食菜羹，一人作飲，十人作勢，何必怨鼈膾鯉。

樊良樞《密庵巵言》卷一《約巳》 早韭晚菘，書几前，饒却菜根滋味。白鹽赤米，山巖下，也知鹹淡堪嘗。

許自昌《捧腹編》卷五《爛蒸葫蘆》 鄭餘慶清儉有重德，一日忽召諸朋朝官數人會食。衆皆朝僚，以故相重望，皆凌晨詣之。至日高，餘慶方出，閑話移時，諸人皆囂然。餘慶呼左右曰：處分厨家，爛蒸去毛，勿構折項。諸人相顧，以爲必蒸鵝鴨之類。逡巡舁擡盤出，醬醋亦極香新。良久就食，人前下粟米飯一碗，蒸葫蘆一枚。相國食美，諸人强進而罷。

陳詩教《花裏活》卷下 東坡嘗謂錢穆父曰，尋常往來心知，稱家有無草草，相聚不必過爲具。穆父一日折簡召坡食扁飯，及至乃設飯一杯，蘿蔔一楪，白湯一盞而已，蓋以三白爲扁也。後數日，坡復召穆父食毳飯，穆父意坡必有毛物相報。比至日，晏竝不設食，穆父餒甚，坡曰蘿蔔湯飯俱毛也。穆父嘆曰：子瞻可謂善戲謔者也。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》 芋魁切片，或全枚晒乾，收乾棟穩乾土中。

土瓜、山藥、香芋、落花生等，皆全枚同芋魁。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》 茄取新，甕於六月中，曬三五日，又取茭葉截寸許，曬十分乾，安茄之日，甕與茭葉，晴日早曬，至亭午摘上，至春亦如新。或瘞於水淋淡，曬乾，灰中。黄瓜瘞水淋淡，曬乾，灰中能留於冬。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》 曬腌瓜茄，用麥稍藉則潔白。

天花菜、羊肚菜、鷄棕、燕窩菜、乾薑、石耳、木耳、乾竹筍、乾麻菇等，俱宜近火氣。

鮮麻菇藏數劑中，能留二三月。

海絲菜、紫菜、鹿角菜、裙帶菜、蠶菜等，當日曬，置通風處。

支允堅《梅花渡異林》卷八《軼語考鏡》 蘇子瞻好烹肉芝，即肉蓯蓉也。此物生土中，形甚大，色紅鮮如肉，儼似人臂。嗟乎，宜子瞻之不能仙也。

閔元京、凌義渠《湘煙録》卷一三《銘目上》

茄子故事酉陽廣動植

茄子，茄字本蓮莖名，革遐反。今呼伽，未知所自。成式因就節下食，有茄子數蔕，偶問工部員外張周封茄子故事。張云：一名落蘇，事具《食療本草》。成式記得隱侯行園詩云：寒瓜方卧壟，秋菰正蒲陂。紫茄紛爛熳，緑芋鬱參差。又一名崑崙瓜。嶺南茄子宿根成樹，高五六尺，姚向曾爲南選使，親見之。故《本草》記廣州有慎火樹，樹大三四圍。慎火即景天也，俗呼爲護火草。茄子熟者食之厚腸胃，動氣發疾，根能理竈瘀。欲其子繁，候其花時，取葉布於過路，以灰規之，人踐之，子必繁也。俗謂嫁茄子曾火炙之甚美。有新羅種者，色稍白，形如鷄卵，西明寺僧造玄院中有其種。《水經》云石頭西對蔡浦長百里，上有大荻浦，下有茄子浦。竈瘃，足跟凍瘡也。見《丹鉛會録》

董遐周曰：楊雄《蜀都賦》盛冬育筍，舊菜增伽。章樵注：伽，古茄字。茄之爲伽舊矣，柯古曾未見耶。馮元成曰：小菰，即茄名也。見晉《先蠶儀注》。

明來集之《倘湖樵書二編》卷一〇《以蔡爲菜》 龍子猶云，官厨中酒神祀杜康，茶神祀陸羽，至菜神乃祀蔡伯喈，古今相傳以爲笑柄。

張岱《夜航船》卷一九《物理部》 收芥菜子，宜隔年者則辣。生薑社前收無筋。茄子以淋汁過柴灰藏之，可至四五月。○小滿前收腌芥菜，可交新。葫蘆照水種則多生，或三四株微去其薄皮，用肥土包作一株，麻皮扎好，其藤粗大，生出者止留一二箇樣老，其大如斗，可作器用。

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 染房淋過灰曬乾，可收藏黄瓜茄子。

陳鱣《簡莊疏記》卷八《儀禮》 鉶芼牛藿，羊苦豕薇。注：苦，苦荼也。今文苦爲芼。按《特牲》饋食禮云：鉶芼用苦。注：今文苦爲芼，芼乃地黄，非也。《説文》云：芼，地黄也，從草，下聲。《禮》曰鉶毛牛藿，芼芼豕薇。許君所據本從今文作芼，訓爲地黄。與鄭君注不同也。《釋草》云：芼，地黄。郭注一名地髓。江東呼芼。《本草》云，地黄味甘寒，生者尤良，一名地髓，生川澤。名醫

曰：一名芣，一名苢，生咸陽黄土地者佳。《廣雅》云：地髓，地黄也。《淮南覽冥》云：地黄主腐骨，而甘草主生肉之藥也，是地黄，今但爲藥物。據許君所説，則古者用以羹矣。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》 淋透爐灰，藏茄子可久。

李光庭《鄉言解頤》卷四《菜窖》 立冬出白菜，家有隙地掘深數尺，用横梁覆以柴土，上留門以貯菜，草簾蓋之。俗以豆腐爲白虎，白菜爲青龍，遂曰青龍入洞，梯以出入，不凍不腐，此鄉郇之法也。市集用菜之家，亦有仿而行之者，併可以窖花。野老深心善補天，禦冬蓄菜不傷廉。半弓地穴梯雲洞，幾疊蒲編蔽雪簾。坡下元修歸次第，廬中諸葛卧安恬。蓋藏郤怪臞風闕，想爲陶居當窖潛。

花草果木部

題解

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 桃諸，藏桃也。諸，儲也，藏以爲儲，待給冬月時用之也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 李，子也。李子味酢，以待冬月時用之也。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 李油，搗李實和，以塗繒上，燥而發之，形似油也。李油亦如之。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 李脯，切李暴乾之如脯也。

《原本廣韻》卷三《上聲・四八感》 粽，蜜藏木瓜。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・四八感》 漬，鹽漬果。

綜述

戴德、李調元《夏小正箋》卷一 五月，煮梅，爲豆實也。梅似李實，酢者可以和羹。鹽實之乾藏之。

崔寔《四民月令》 二月，【略】榆莢成，及青收乾以爲旨蓄，色變白將落，可作醬醋。隨節早晚，勿失其適。

嚴可均《全後漢文》卷四七崔寔《四民月令》 二月，【略】榆莢成，及青收乾以爲旨蓄也。司部收青小麥暴之，至冬以釀，滑香宜養老。詩云：我有旨蓄，亦以御冬也。色變白將落，可作醬醋。隨節早晚，勿失其適。《齊民要術》五，《藝文類聚》八十八，《御覽》九百五十六。

嚴可均《全後漢文》卷四七崔寔《四民月令》 九月九日，可采菊華。《藝文類聚》八十一。《御覽》九百九十一。

嚴可均《全後漢文》卷三七 應劭 橙皮可以爲醬鹽。《御覽》九百七十一。

菖蒲放花，人得食之，長年。《御覽》九百九十九。

楊孚《異物志》 蕪實雖名三廉，或有五六，長短四五寸，廉頭之間正巖，以正月中熟，正黃多汁，其味少酢，藏之益美。《齊民要術》十。

三廉大實，實不但三，食之多汁，味酸且甘，藏之尤好，與果相參。黃泰泉《廣東志》二十三。

楊孚《異物志》 交趾草，滋大者數寸，煎之凝若冰，破如博棊，謂之石蜜。《御覽》八百五十七。

楊孚《異物志》 葭蒲藤，類蔓延他樹以自長養，子如蓮，蕺著枝葛間，一日作扶相連。實外有殼，裏又無核，剝而食之，煮而曝之，甜美，食之不饑。《齊民要術》十。

石髮，海草，生海中石上，纍生，長尺餘，大小如韭，葉似蒲莞，而株莖無枝。以肉雜而蒸之，味極美，食之近不知足。《御覽》一千。

甘藷似芋，亦有巨魁，剝去皮，肌肉正白如脂肪，南人專食以當米穀。《齊民要術》十。

藕草樹果。如栟櫚而小。三月採其葉。細破乾之。味近苦甘。并雞舌香食之。益善也。《御覽》九百七十四。

按：《廣韻》引作葉如栟櫚而小，子似檳榔可食。《文選・吳都賦》劉淵林注：雖不稱《異物志》，然亦作葉字。則作果字誤也。據《廣韻》又引《字統》云香草。則樹字亦誤。

藿香，交趾有之，豆蔻生交趾，其根似薑而大，從根中生，形似益智皮，殼小厚核如石榴，辛且香。薑匯大如累，氣猛近於臭，南土人擣之以爲虀菱，一名廉薑，生沙石中，薑類也。其累大，辛而香，削皮，以黑梅并鹽汁漬之則成也，始安有之。《文選》五劉淵林注。

餘甘大小如彈丸，視之理如定陶瓜。初入口苦澀，咽之口中，乃更甜美足味，鹽蒸尤美，可多食。《齊民要術》十。

芭蕉葉。大如筵席，其莖如芋，取簸煮之，爲絲可紡績，女功以爲絺綌。今交趾葛也，其內心如蒜，鵠頭生，大如合拌，因爲實房，一房有數十枚，其實皮赤如火，剖之中黑。剝其皮，食其肉，如蜜甚美，食之四五枚可飽，而餘滋味猶在齒牙間，一名甘蕉。《御覽》九百七十五。

按大如合拌，齊民要術引作大如今枰。

曾慥《類説》卷三五《本草》 雞頭。作粉，食之長年藥也。小兒食不能長

大，一名鴻頭，一名鴈喙。

曾慥《類説》卷三五《本草》 五木之耳。楮槐榆柳桑，五木之耳，可食并入藥。

曾慥《類説》卷三五《本草》 艾作餛飩。艾葉一名冰臺，療一切鬼氣，妙作餛飩，吞三五枚，以飯壓之良。

曾慥《類説》卷三五《本草》 菱實。仙家蒸作粉，蜜和，食之可休糧，水族中，此物最不能治病。

嚴可均《全三國文》卷六《魏文帝》 真定御梨，大若拳，甘若蜜，脆若菱，可以解煩釋渴。《藝文類聚》八十六，《御覽》九百六十九，《大觀本草》二十三。

南方有龍眼荔枝，寧比西國蒲萄石蜜乎，酢且不如中國。今以荔枝賜將吏，喻之則知其味薄矣。凡菓味莫若安邑御棗也。《藝文類聚》八十七，《御覽》七十一、八百五十七、九百七十一。

中國珍果甚多，且復爲蒲萄説，當其朱夏涉秋，尚有餘暑，醉酒宿醒，掩露而食，甘而不餉，脆而不酢，冷而不寒，味長汁多，除煩解渴。又釀以爲酒，甘于鞠蘖，善醉而易醒，道之固已流涎咽唾，況親食之邪。他方之果，寧有匹之者。《藝文類聚》八十七，《御覽》九百七十二，《大觀本草》二十三。

嚴可均《全晉文》卷三五應貞《釋左雜論》 芍藥之羹，爽口之食。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷七四晉郭義恭《廣志》卷下 枸櫞似橘，大如飯簇，可以浣濯，漚葛紵也。今出番禺以南，縷切蜜漬爲糁，食之甚佳。釋元應《大乘成業論音義》。又阿毗達摩《俱舍論音義》引多下句。

張華《博物志・逸文》 蜀中有樹名桄榔，皮里出屑如麵，用作餅食之，謂之桄榔麵。《御覽》九百六十。

張華《博物志・逸文》 類草也，其根名爲弱頭，大者大如升，其外理白，可以灰汁煮，則凝成熟。可以苦酒淹食之，不以灰煮，則不成熟，蜀人珍貴之。《御覽》九百九十四。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《集于苞杞》 杞其樹如杻，一名苦杞，一名地骨，春生作羹茹微苦。其莖似莓子，秋熟正赤。莖葉及子服之，輕身益氣。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《參差荇菜》 荇一名接余，白莖葉紫赤色，正圓徑寸餘，浮在水上，根在水底，與水深淺等。大如釵股，上青下白。瀹其白莖，以苦酒浸之，脆美可案酒。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《于以采蘋》 蘋，今水上浮萍是也。其粗大者謂之蘋，小者曰萍。季春始生，可糝蒸以爲茹，又可用苦酒淹以就酒。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《于以采藻》 藻，水草也，生水底，有二種。其一種，葉如雞蘈，莖大如箸，長四五尺。其一種，莖大如釵股，葉如蓬蒿，謂之聚藻，扶風人謂之藻聚，爲發聲也。此二藻皆可食，煮掇去腥氣，米麵糝蒸爲茹，嘉美。揚州饑荒，可以當穀食。饑時，蒸而食之。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《言采其莐》 莐與荇菜相似，葉大如手赤圓。有肥者，著手中，滑不得停。莖大如匕柄，葉可以生食，又可鬻滑美，江南人謂之尊菜，或謂之水葵，諸陂澤水中皆有。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《采采卷耳》 卷耳一名枲耳，一名胡枲，一名苓耳，葉青白色，似胡荽。白華細莖蔓生，可煮爲茹，滑而少味。四月中生子，正如婦人耳中瑱，今或謂之耳瑱草。鄭康成謂是白胡荽。幽州人呼爲爵耳。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《苕之華》 苕一名陵時，一名鼠尾，似王芻生下濕水中，七八月中華紫，似今紫草，華可染皂。煮以沐髮即黑。葉青如藍而多華。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《食野之苹》 苹葉青白色，莖似箸而輕脆。始生香，可生食，又可蒸食。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《于以采蘩》 蘩，皤蒿，凡艾白色爲皤蒿，今白蒿。春始生，及秋香美可生食，又可蒸食，一名游胡，北海人謂之旁勃。故大戴禮夏小正傳云：蘩游，胡游，胡旁勃也。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《菁菁者莪》 莪，蒿也，一名蘿蒿，生澤田漸洳之處，葉如邪蒿而細，科生。三月中莖可生食，又可蒸食，香美，味頗似蔞蒿。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《言刈其蓼》 蓼蓼，蒿也，其葉似艾，白色，長數寸，高丈餘，好生水邊及澤中。正月，根芽生旁莖，正白，生食之香而脆美。其葉又可蒸爲茹。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《食野之蒿》 蒿，青蒿也，香中炙啖。荊豫之間，汝南汝陰皆云菽也。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《采葑采菲》 葑，蔓菁，幽州人或謂之芥菲，似蓫。莖粗葉厚而長，有毛。三月中蒸鬻爲茹，甘美，可作羹。幽州人謂之

芬。《爾雅》又謂之葸菜。今河内人謂之宿菜。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《言采其蕨》 蕨，鼈也，山菜也。周秦曰：蕨，齊魯曰鼈。初生似蒜，莖紫黑色，可食如葵。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《言采其薇》 薇，山菜也。莖葉皆似小豆，蔓生，其味亦如小豆藿，可作羹，亦可生食。今官園種之，以供宗廟祭祀。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《言采其葍》 葍，一名蔈，幽州人謂之燕蔈。其根正白，可著熱灰中温啜之。饑荒之歲，可蒸以禦饑。漢祭甘泉，或用之。其草有兩種，葉細而莖赤，有臭氣也。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《薄言采芑》 芑菜似苦菜也，莖青白色。摘其葉白汁出，肥可生食，亦可蒸爲茹。青州謂之芑。西河雁門芑尤美，胡人戀之不出塞。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《誰謂荼苦》 荼，苦菜。生山田及澤中，得霜甜脆而美，所謂堇荼如飴。《内則》云濡豚包苦。用苦菜是也。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《匏有苦葉》 匏葉少時可爲羹，又可淹煮極美。揚州人食，至八月，葉即苦，故曰苦葉。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《邛有旨苕》 苕苕，饒也，幽州人謂之翹饒。生莖如勞豆而細，葉似蒺藜而青，其莖葉緑色，可生食，如小豆藿也。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《言采其莫》 莫，莖大如箸，赤節，節一葉似柳葉，厚而長，有毛刺，今人纍以取繭緒。其味酢而滑，始生可以爲羹，又可生食。五方通謂之酸迷，冀州人謂之乾絳，河汾之間謂之莫。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《莫莫葛藟》 藟，一名巨菰，似燕薁，亦延蔓。生葉如艾，白色，其子赤。可食酢而不美，幽州謂之推藟。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《山有樞》 樞其針刺如柘，其葉如榆。瘉鳥茹，美滑于白榆。榆之類，有十種，葉皆相似，皮及木理異爾。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《維筍及蒲》 筍，竹萌也，皆四月生。唯巴竹筍，八月九月生。始出地，長數寸，瀹以苦酒豉汁浸之，可以就酒及食。

嵇含《南方草木狀》卷上 茹醬，蕳茞也，生於蕃國者大而紫，謂之蕳茞。生於番禺者小而青，謂之茹焉。可以爲食，故謂之醬焉。交趾九真人家多種，蔓生。

嵇含《南方草木狀》卷上 良耀草，枝葉如麻黄，秋結子如小栗，煨食之，解毒功用亞於吉利始者。有得是藥者，梁氏之子耀，亦以爲名梁，轉爲良爾；花白似牛李，出高涼。

嵇含《南方草木狀》卷中 益智子，如筆毫，長七八分，二月花色若蓮著實，五六月熟，味辛雜五味中芬芳，亦可鹽曝。出交趾合浦。建安八年，交州刺史張津嘗以益智子粽餉魏武帝。

嵇含《南方草木狀》卷中 桄榔樹似栟櫚，實其皮可作綆，得水則柔韌，胡人以此聯木爲舟。皮中有屑如麵，多者至數斛，食之與常麵無異。木性如竹紫黑色有文理工人解之以製奕枰出九真交趾。訶梨勒樹似木椀，花白，子形如橄欖，六路皮肉相著，可作飲，變白髭髮令黑。出九真。

嵇含《南方草木狀》卷中 棹樹榦葉俱似椿，以其葉漬汁漬果，呼爲棹汁。若以棹汁雜饒肉食者，即時爲雷震死。棹出高涼郡。

嵇含《南方草木狀》卷下 椰樹葉如栟櫚，高六七丈，無枝條，其實大如寒瓜，外有粗皮，次有殼，圓而且堅。剖之有白膚，厚半寸，味似胡桃，而極肥美。有漿飲之得醉，俗謂之越王頭。云昔林邑王與越王有故怨，遣俠客刺得其首，懸之於樹，俄化爲椰子。林邑王憤之，命剖以爲飲器，南人至今效之。當刺時越王大醉，故其漿猶如酒云。

楊梅其子如彈丸，正赤，五月中熟。熟時似梅，其味甜酸。陸賈《南越行紀》曰：羅浮山頂有胡楊梅山桃繞其際，海人時登採拾，止得於上飽噉，不得持下。東方朔《林邑記》曰：林邑山楊梅其大如杯碗，青時極酸。既紅味崖蜜，以醞酒號梅花酎，非貴人重客不得飲之。

嵇含《南方草木狀》卷下 五斂子大如木瓜，黄色，皮肉脆軟，味極酸。上有五稜如刻出，南人呼稜爲斂，故以爲名。以蜜漬之，甘酢而美。出南海。枸緣子形如瓜，皮似橙而金色，胡人重之。極芬香，肉甚厚，白如蘆菔，女工競雕鏤花鳥，漬以蜂蜜點燕，檀巧麗妙，絶無與爲比。泰康五年，大秦貢十缶，帝以三缶賜王愷，助其珍味，夸示於石崇。

海梧子，樹似梧桐，色白，葉似青桐。有子如大栗，肥甘可食。出林邑。

嵇含《南方草木狀》卷下 人面子樹似含桃，結子如桃實，無味。其核正如人面，故以爲名。以蜜漬之，稍可食。以其核可玩，於席間飣餖饗客。出南海。

段公路《北户録》卷二《桄榔炙》 桄榔莖葉與波斯棗古散古散堪爲拄杖。椰子榹椰小異，其木如莎樹皮、穰木皮，出麵可食。《廣志》云：莎樹出麵。《華陽國志》

云：郡少穀，取桄榔麵，以牛酪食之。《吴録地志》云：交趾望縣有穅木，皮中有如白米屑者，乾搗之，水淋似麵可作餅。《臨海志》：桄榔木作鋌鋋利，如鐵中石益利。唯中蕉根致敗，物之相伏如此。皮中有如米粉，中作餅餌會最。又云都句樹似栟櫚，本中出屑如麵可啖。出交趾、武平、九真、興古也。

《洛陽伽藍記》云：昭儀寺有酒樹麵木，得非桄榔乎。《南史》云：扶南國有酒樹似安石榴，採其花汁停著瓮中，數日成酒，醉人也。【略】

劉欣期《交州記》卷一　都句樹似栟櫚木，中出屑如麵，可啖。《齊民要術》十。

陶宗儀《説郛》，卷六一下顧微《廣州記》　益智葉如蘘荷，莖如竹箭，子從心中出，一枝有十子，内白（骨）[滑]，四破去之，取外皮蜜煮爲粽子，味辛。

鬼目樹似棠梨葉，葉如楮皮白，樹高大如木瓜而小，邪傾不周正，味酢，九月熟。又有草味子，亦如之，如可爲糝，用其草似鬼目。

陶宗儀《説郛》卷一〇四下佚名《魏王花木志》

孟娘菜

江淮有孟娘菜，並益肉食。

楮子

《南方記》：楮子如桃實，二月花仍連着實，七八月熟，土人鹽藏之。味辛，出交趾。

石南

石南樹野生，二月花仍連着實，如蒜卵，八月熟，民採之，取曝乾。其皮作魚羹，和之尤美。出九真。

都勾

都勾，似栟櫚，木中出屑如麵，可取爲餌，食如桄榔。

陶宗儀《説郛》卷六五下任昉《述異志》

桄榔麵

西蜀石門山有樹，名曰桄榔，皮裏出屑如麵，用作餅，食之與麵相似，因謂之桄榔麵焉。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《果蓏》《臨海異物志》曰：梅桃子，生晉安候官縣，一小樹得數十石，實大三寸，可蜜藏之。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《劉》《爾雅》曰：劉，劉杙也。郭璞曰：劉子，生山中。實如梨，甜酢，核堅。出交趾。

《南方草物狀》曰：劉樹，子大如李實。三月花色，仍連着實。七八月熟，其色黄，其味酢。煑蜜藏之，仍甘好。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《槟榔》《南方草物狀》曰：槟榔，三月華色，仍連着實，實大如卵。十二月熟，其色黄，剥其子，肥强可不食，唯種作子。青其子，并殼取實曝乾之，以扶留藤、古賁灰合食之，食之則滑美。亦可生食，最快好。交阯、武平、興古、九真有之也。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《益智》《南方草物狀》曰：益智，子如筆毫，長七八（九）[分]。二月華色，仍連着實。五六月熟。味辛，雜五味中，芬芳。亦可鹽曝。

《異物志》曰：益智，類薏苡。實長寸許，如枳椇子。味辛辣，飲酒食之佳。

《廣州記》曰：益智，葉如蘘荷，莖如竹箭。子從心中出，一枚有十子。子内白滑，四破去之，取外皮，蜜煑爲糝，味辛。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《桶》《廣志》曰：桶子，似木瓜，生樹木。

《南方草物狀》曰：桶子，大如雞卵。三月花色，仍連着實。八九月熟。採取，鹽酸漚之，其味酸酢，以蜜藏，滋味甜美。出交阯。劉欣期《交州記》[曰]：桶子如桃。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《餘甘》《異物志》曰：餘甘，大小如彈丸，視之理如定陶瓜。初入口，苦澀，咽之，口中乃更甜美足味。鹽蒸之，尤美，可多食。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《蒟子》《廣志》曰：蒟子，蔓生，依樹。子似桑椹，長數寸，色黑，辛如薑。以鹽淹之，下氣消穀。生南安。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《扶留》　顧微《廣州記》曰：扶留藤，緣樹生。其

花實，即蒨也，可以爲醬。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《莪蒿》 《詩》曰：菁菁者莪。「莪」蘿蒿也。義疏云：莪蒿，生澤田漸洳處，（葉）[葉]似斜蒿，細科。二月中生。莖葉可食，又可蒸，香美，味頗似蔞蒿。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《藻》 《詩》曰：于以采藻。注云：聚，藻也。詩義疏曰：藻，水草也，生水底。有二種，其一種，葉如雞蘇，莖大似薺，可長四五（赤）[尺]，一種莖大如釵股，葉如蓬，謂之聚藻。此二藻皆可食。煑熟，挼去腥氣，（來）[米]麵糝蒸爲茹，佳美。荆（陽）[揚]人飢荒，以當穀食。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《蕹》 詩云：北山有萊。義疏云：萊，菜也，莖葉皆似蒿，王芻。今兗州人蒸以爲茹，謂之萊蒸。譙沛人謂雞蘇爲萊，故《三倉》云：萊，茱萸，此二草異而名同。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《廉》 《廣志》云：三廉，似翦羽，長三四寸，皮肥細，細色，以蜜藏之，味甜酸，可以爲酒啖。出交州。正月中熟。

《異物志》曰：廉實雖名三廉，或有五六，長短四五寸，廉頭之間正巖。以正月中熟，正黄，多汁。其味少酢，藏之益美。

《廣州記》曰：三廉快酢，新説蜜爲糝，乃美。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《欀木》 《吴録・地理志》曰：交阯有欀木。其皮中有如白米屑者，乾擣之，以水淋之，似麵，可作餅。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《州樹》 《南方記》曰：州樹，野生。三月花色，仍連著實。五六及握，煑如李子。五月熟。剥核，滋味甜。出武平。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《前樹》 《南方記》曰：前樹，野生。二月花色，連（青）[著]實，如手指，長三寸。五六月熟。以湯滴之，削去核食。以糟、鹽藏之，味辛可食。出交阯。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《國樹》 《南方記》曰：國樹，子如鴈卵，野生。三月花色，連著實。九月熟。曝乾訖，剥殼取食之，味似栗。出交阯。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《楮》 《南方記》曰：楮樹，子似桃實。二月花色，連著實。七八月熟。鹽藏之，味辛。出交阯。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《樧》 《南方記》曰：樧樹，子如桃實，長寸餘。二月花色，連（著）[著]實。五月熟，色黄。鹽藏，味酸似白梅。出九真。

蕭繹《金樓子》卷五《志怪篇一二》 用紫芝煮石，石美如芋，食之可更調和五味，下橘皮葱豉。名山之下生葱韮者，是古人食石種也。故語曰：寧得一把五茄，不用金玉一車。寧得一片地榆，不用明月寶珠。五茄一名金鹽，地榆一名玉豉，唯二物可以煮石。

宗懔《荆楚歲時記》 五月五日，謂之浴蘭節。四民並蹋百草之戲，採艾以爲人懸門户上，以禳毒氣。以菖蒲或鏤或屑以泛酒。

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・生脡二九》 糅以橙蒟。桓麟《七説》云：調脡和粉，糅以橙蒟。案：蒟音舉，木實也，可爲醬。補蘇蓼著上。《食經》

歐陽詢等《藝文類聚》卷八七《果部下・芭蕉》 《南方草木狀》曰：蕉樹子如芭蕉，房相連累，甜美，亦可蜜藏。

歐陽詢等《藝文類聚》卷八七《果部下・益智》 《南方草木狀》曰：益智子如筆毫，長七八分。二月華，色似蓮着實。五六月熟，味辛，雜五味中芬芳，亦可鹽曝。出交趾合浦。

歐陽詢等《藝文類聚》卷八七《果部下・益智》 顧微《廣州記》曰：益智葉如蘘荷，莖如竹箭，子從心出。一枝有十子，子肉白滑。四破去之，取外皮蜜煮爲粽，味辛。

歐陽詢等《藝文類聚》卷八七《果部下・益智》 《三十六國春秋》曰：安帝元年，盧循爲廣州刺史。循遺裕益智粽，裕乃荅以續命湯。

歐陽詢等《藝文類聚》卷八七《果部下・杏》

食者

《玄晏春秋》曰：衛倫過予，言及於味，稱魏故侍中劉子陽食餅，知鹽生精，味之至也。予曰：荀勗識勞薪，易牙别淄澠。子陽今之妙也，定之何難。倫因命僕取糗糧以進，予嘗之，曰麥也，有杏李味。三果之熟也不同，子焉得兼之。倫笑而不言，退告人曰：士安之識過劉氏，吾將來家實多，故杏時將發，糅以杏汁，李柰將發又糅以李柰汁，故兼三味。

歐陽詢等《藝文類聚》卷八六《果部上・梅》 《大戴禮》曰：《夏小正》曰：五月煮梅爲豆實。

段成式《酉陽雜俎》卷一八《木篇》 婆那婆樹，出波斯國，亦出拂林，呼爲阿蔕嚲樹。長五六丈，皮色青緑，葉極光浄，冬夏不凋，無花結實。其實從樹莖出，大如冬瓜，有殼裹之。殼上有刺，瓤至甘甜，可食。核大如棗，一實有數百枚。核中仁如栗黄，炒食甚美。

波斯棗，出波斯國，波斯國呼爲窟莽樹。長三四丈，圍五六尺。葉似土藤不凋，二月生花，狀如蕉花，有兩甲，漸漸開，罅中有十餘房，子長二寸，黄白色，有核。熟則子黑，狀類乾棗，味甘如飴，可食。

偏桃，出波斯國，波斯國呼爲婆淡樹。長五六丈，圍四五尺，葉似桃而濶大。三月開花白色，花落結實，狀如桃子而形偏，故謂之偏桃。其肉苦澀不可噉，核中仁甘甜，西域諸國並珍之。

槃窣穌樹，出波斯國，亦出拂林國，拂林呼爲羣漢樹。長三丈，圍四五尺，葉似細楷，經寒不凋。花似橘白色，子緑大如酸棗。其味甜膩可食。西域人壓爲油，以塗身，可去風癢。

齊暾樹，出波斯國，亦出拂林國，拂林呼爲齊虚音湯兮反樹。長二三丈，皮青，白花似柚，極芳香，子似楊桃。五月熟，西域人壓爲油以煑餅。菓如中國之用巨勝也。

阿勃參，出拂林國，長一丈餘，皮色青白，葉細，兩兩相對。花似蔓菁正黄，子似胡椒赤色。斫其枝，汁如油，以塗疥癬，無不瘥者。其油極貴，價重於金。

榛祇，出拂林國，苗長三四尺，根大如鴨卵，葉似蒜。葉中心抽條甚長，莖端有花六出，紅白色，花心黄赤，不結子。其草冬生夏死，與齊麥相類。取其花壓以爲油塗身，除風氣。拂林國王及國内貴人皆用之。

野悉蜜，出拂林國，亦出波斯國。苗長七八尺，葉似梅葉，四時敷榮。其花五出，白色，不結子。花若開時，遍野皆香，與嶺南詹糖相類。西域人常採其花壓以爲油，甚香滑。

胡椒，出摩伽陁國，呼爲昧履支。其苗蔓生極柔弱，葉長寸半，有細條與葉齊。條上結子，兩兩相對。其葉晨開暮合，合則裹其子於葉中，形似漢椒。至辛辣，六月採。今人作胡盤肉食，皆用之。

段成式《酉陽雜俎》卷一九《草篇》 水韭，生於水湄，狀如韭而葉細長，可食。

段成式《酉陽雜俎》卷一九《草篇》 蜜草，北天竺國出。蜜草蔓生大葉，秋冬不死，因重霜露遂成蜜，如塞上蓬鹽。

段成式《酉陽雜俎》卷一九《草篇》 三蔬，晉時有芳蔬園，在塘一曰金塘。之東，有菜名蕓，薇類。有三種，紫色爲上，蔬味辛。黄色爲中，蔬味甘。青者爲下，蔬味鹹。常以三蔬充御菜，可以藉食。

曾慥《類説》卷四二《酉陽雜俎》 天漿。石榴甜者，謂之天漿。

馮贄《雲仙雜記》卷五《麒麟草》 元和時，館閣湯飲待學士者，煎麒麟草。

《鳳翔退耕傳》

馮贄《雲仙雜記》卷七《蜜浸烏梅解宿醒》 陳永陽王宿醒未解，則爲蜜浸烏梅，每啖不下二十枚，清醒乃已。《樵人直説》

劉恂《嶺表録異》卷上 出橘子大者，冬熟如土瓜，次者如彈子丸，其實金色而葉緑，皮薄而味酸，偏能破氣。容廣之人帶枝葉藏之，入膾醋尤加香美。

劉恂《嶺表録異》卷中 山薑花莖葉即薑也，根不堪食，而於葉間吐花穗如麥粒，嫩紅色。南人選未開拆者，以鹽醃藏入甜糟中，經冬如琥珀，香辛可重，用爲膾，無加也。以鹽藏曝乾煎湯，極能治冷氣。

劉恂《嶺表録異》卷中 桄榔樹枝葉並蕃茂【略】，此樹皮中有屑如麵，可爲餅食之。

劉恂《嶺表録異》卷中 波斯棗，廣州郭内見其樹，樹身無閑枝，直聳三四十尺，及樹頂四向，共生十餘枝，葉如海榎。廣州所種者或三五年一番，結子亦似北中青棗，但小耳。自青及黄，葉已盡，朵朵着子，每朵約三二十顆。劉恂曾於番酋家食本國將來者，色類沙糖，皮肉軟爛，餌之乃火燥水蒸之味也。其核與北中棗殊異，兩頭不尖，雙卷而圓，如小塊紫礦。恂亦收而種之，久無萌芽。是蒸熟也。魏文帝詔羣臣曰：南方龍眼、荔枝，寧比西國葡萄、石蜜乎。酢且不如中國，凡棗味莫言安邑御棗也。

橄欖樹身聳枝，皆高數尺，其子深秋方熟，園中尤重此味，云咀之香口，勝含鷄舌香，飲悉解酒毒。有野生者，子繁樹峻，不可梯緣，但刻其根下方寸許，納鹽於其中，一夕子皆自落。樹枝節上生脂膏如桃膠，南人採之，和其皮葉煎之，調如黑餳，謂之橄欖糖。用泥船損，乾後堅於膠漆，着水益乾耳。

枸櫞子，形如瓜，皮似橙而金色，故人重之，愛其香氣。京輦豪貴家飣盤筵鄰其遠方異果。肉甚厚白如蘿蔔，南中女工競取其肉，雕鏤花鳥，浸之蜂蜜，點以臙脂，擅其妙巧，亦不讓湘中人鏤木瓜也。

椰子樹，亦類海榎，結椰子大如甌盌，外有粗皮如大腹，次有硬殼圓而且堅，厚二三分，有圓如卵者。即截開一頭砂石摩之去其皴皮其爛斑錦文以白金塗之以爲水罐子珍奇可愛殼中有液數合如乳，亦可飲之，冷而動氣。

段公路《北户録》卷二《食目》 今番禺唯韶州産蕪菁、林檎、木瓜。《廣志》

云：一名里琴，似赤柰。《齊民要術》曰：林檎堪爲鮓。《爾雅》曰：檎，林果也。賈思勰云：凡書厨中安廳香，木瓜即無氣。勃州出栗子，形味俱劣，一年栗方熟，草鷄鵝至，俱啄食而盡。寶州出梨，梨大如拳，有類浙東成家梨。可蒸而食，乃皮厚肉硬，又非衰家梨也。繙雲成家出此梨，因以爲名。《世説》云：桓南郡玄每見人不快，輒嗔曰：君得衰家梨，當復不蒸不食。秣陵有衰仲梨，甚大如升，入口便消，言愚人不別味，得好梨而蒸食也。

段公路《北户録》卷二《食目》 白甘脆、赤牒棗、剥棗、胡麻糖、雀頭糖、廉薑、鬼目、蜜檳榔。周成《雜字》曰：檳榔，果也，似螺可食。益智、甘蔗、甘欖、根緣、羊梅，今瓊崖高潘州以蜜漬嫩大腹檳榔，辯州以蜜漬益智子，食之亦甚美。採《字苑》曰：雜，藏果也，音素感反。顔之推云：今以密藏雜果爲粽。又有都念子，花似紫蜀葵，實如軟棗。《拾遺》云：甚甘美，益人。隋朝植於西苑中。印度出那核婆果，大如冬瓜，熟則果赤，剖之中有十小果，大如鶴卵，更又破之，其汁黄赤，其味甘美。或在樹枝，如衆果之結實。或在樹根，若茯苓之在土。又波斯牟果，葉長五六尺，果堪食，狀如人手。樹高丈五，葉堪作食簟。又頻那婆果，生樹後，大如八斗

曾慥《類説》卷一六《倦游雜録》

無花果

木饅頭，爲無花果，味甘酸，食之發瘴，嶺南尤多，州郡多取爲茶牀高飣。故云公筵多飣木饅頭，或云嶺外刻木作饅頭，底刻字云：大中祥符。一樣造五十雙，談者之過也。

朱長文《吴郡圖經續記》卷下《雜録》 大業中，吴郡送扶芳二百本，勑西苑種之。其木蔓生，纏他木，葉圓而厚，凌冬不凋。夏月取葉，微炙之以爲飲，色碧而香美，令人不渴。有籌禪師妙醫術，以扶芳葉爲青飲，又獻菰菜羹二百斤，其菜生於菰蔣根下，形如細菌，色黄赤如金，梗葉鮮嫩，和魚肉甚美，七八月生，薄鹽羹之入獻。右二

唐慎微《證類本草》卷六《草部上品》 菊花味苦，甘平無毒。【略】一名節花，一名日精，一名女節，一名女華，一名女莖，一名更生，一名周盈，一名傳延年，一名陰成。生雍州川澤及田野。正月採根，三月採葉，五月採莖，九月採花，十一月採實，皆陰乾。【略】

《圖經》曰：菊花生雍州川谷，今近道處處有之。一種青莖而大，作蒿艾氣，味苦不堪食者，名苦薏非真。【略】香而味甘，葉可作羹食者爲真。一種莖紫氣香，味甘，此爲真。有青莖而大葉細，作蒿艾氣，味苦者，花亦大，名苦薏，非真也。南陽菊亦有兩種，白菊葉大似艾葉，莖青根細，花白藥黄。其黄菊葉似茼蒿，花藥都黄。然今服餌家多用白者。南京又有一種開小花，花瓣下如小珠子，謂之珠子菊，云入藥亦佳。正月採根，三月採苗，夏茂，秋花，冬實。然菊之種類頗多，有紫莖而氣香，葉厚至柔嫩可食者，其花微小，味甚

《圖經》曰：天麻生鄜州、利州、太山、崤山諸山，今京東、京西、湖南、淮南州郡亦有之。春生苗初出若芍藥，獨抽一莖直上，高三二尺，如箭狀，青赤色，故名赤箭脂。莖中空，依半以上點莖，微有尖小葉，梢頭生成穗，開花結子如豆粒大。其子至夏不落，却透虛入莖中，潛生土內。其根形如黃瓜，連生一二十枚。大者有重半斤，或五六兩。其皮黃白色，名曰龍皮，肉名天麻。二月三月五月八月內採。初取得乘濕刮去皮，沸湯略煮過，暴乾收之。萬山衡山人或取生者，蜜煎作果，食之甚珍妙。

《衍義》曰：天麻用根須別藥相佐使，然後見其功，仍須加而用之。又或蜜漬爲果，或蒸煮食。用天麻者深思之則得矣。苗則赤箭也。

唐慎微《證類本草》卷九《草部中品之下》 地榆，味苦甘酸，微寒無毒。主婦人乳痓痛七傷帶下病止痛除惡肉止汗療金瘡止膿血諸瘻惡瘡熱瘡消酒除消渴補絕傷產後內塞可作金瘡膏生桐柏及寃句山谷。二月八月，採根暴乾。得髮良，惡麥門冬。陶隱居云：今近道處處有，葉似榆而長，初生布地，而花子紫黑色如豉，故名玉豉。一莖長直，上根亦入釀酒。道方燒作灰能爛石也。乏茗時，用葉作飲亦好。【略】

《圖經》曰：地榆生桐柏及寃句山谷，今處處有之。宿根三月內生苗，初生布地，莖直高三四尺，對分出葉。葉似榆少狹細長，作鋸齒狀青色。七月開花如揖，子紫黑色，根外黑裏紅似柳根。二月八月採暴乾，葉不用。山人乏茗時，採此葉作飲亦好。【略】

唐本注云：【略】定用葉作飲，代茶甚解熱。

《齊民要術》：地榆汁釀酒，治風痺補腦。

《三洞要録》：地榆草劉一升，稻米一升，白玉屑一升，三物取白露汁二升，置銅器中，煮米熟，絞取汁，玉屑化爲水，名曰玉液，以藥內杯羹醴中，所謂神玉漿也。【略】

唐慎微《證類本草》卷九《草部中品之下》 海藻，味苦鹹，寒無毒。主瘿瘤氣頸下核破散結氣癰腫瘕瘕堅氣腹中上下鳴下十二水腫療皮間積聚暴瘕留氣熱結利小便一名落首一名薄。生東海池澤。七月七日採，暴乾。及甘草。陶隱居云：生海島上，黑色，如亂髮而大少許。葉大都似藻葉，又有石帆狀，如柏療石淋。【略】

《圖經》曰：海藻生東海地澤，今出登萊諸州海中，凡水中皆有藻。周南詩云：于以採藻，于沼于沚是也。陸幾云：藻，水草，生水底，有二種。一種葉如雞蘇，莖如筋，長四五尺。一種莖如釵股，葉如蓬蒿，謂之聚藻。扶風人謂之藻聚，爲發聲也。二藻皆可食，熟挼其腥氣，米麵糝蒸爲茹，甚佳美。荊楊人饑荒以當穀食。今謂海藻者，乃是海中所生，根著水底石上黑色如亂髮而麤大。少許葉類水藻而大，謂之大葉藻。【略】

唐慎微《證類本草》卷九《草部中品之下》 茹音短鼻，味辛，温無毒。主下氣温中破痰積生巴蜀唐本注云：《蜀都賦》所謂流味於番禺者。蔓生，葉似王瓜而厚大，味辛香，實似桑椹，皮黑肉白，西戎亦時將來，細而辛烈，或謂二種。交州愛州人云：茹醬人家多種，蔓生子長大，謂苗爲浮留藤。取葉合檳榔食之，辛而香也。又有草撥，叢生，子細味辛烈於茹醬，此當信也。今注：渝瀘等州出焉。唐本先附。

《圖經》曰：茹音短鼻，生巴蜀，今夔州嶺南皆有之。昔漢武使唐蒙曉諭南越，南越食蒙以茹醬。蒙問所從來，答曰：西北牂牁江廣數里，出番禺城下。武帝感之於是，開牂牁越郡也。劉淵林注《蜀都賦》云：茹醬緣木而生，其子如桑椹，熟時正青，長二三寸，以蜜藏而食之，辛香温，調五藏。今云蔓生，葉似王瓜而厚大，實皮黑肉白，其苗爲浮留藤。取葉合檳榔食之，辛而香也。兩説大同小異，然則淵林所云，乃蜀種。如此今説是海南所傳耳。【略】

唐慎微《證類本草》卷一二《本草上部》 枸杞，味苦寒，根大寒，子微寒，無毒。【略】一名杞根，一名地骨，一名枸忌，一名地輔，一名羊乳，一名却暑，一名仙人杖，一名西王母杖。生常山平澤及諸丘陵、阪岸。冬採根，春夏採葉，秋採莖實，陰乾。陶隱居云：今出堂邑，而石頭烽火樓下最多。其葉可作羹，味小苦。俗諺云：去家千里，勿食羅摩枸杞。此言其補益精氣，强盛陰道也。羅摩一名苦丸，葉厚大，作藤生摘之，有白乳汁。人家多種之，可生噉，亦蒸煮食也。枸杞根實爲服食家用，其説甚美。仙人之杖遠有旨乎。臣禹錫等謹按：《爾雅疏》云：杞一名枸櫃。郭曰：有枸杞也。《詩》：四牡云集于苞杞。陸機云：一名苦杞，一名地骨。春生作羹茹，微苦，其莖似荀子，秋熟正赤。莖葉及子服之輕身益氣爾。【略】食療寒無毒，葉及子並堅筋能老，除風補益筋骨，能益人去虛勞。根主去骨熱消渴。葉和羊肉作羹，尤善益人。代茶法煮汁飲之，益陽事，能去眼中風癢赤膜。搗葉汁點之良。又取洗去泥，和麵拌作飲，煮熟吞之，去腎氣尤良，又益精氣。

唐慎微《證類本草》卷一二《本草上品》 茯苓，味甘平無毒【略】，生太山山谷大松下，二月八日採，陰乾。【略】

《圖經》曰：茯苓生泰山山谷，今泰華嵩山皆有之。出大松下，附根而生，無苗葉花，實作塊如拳，在土底，大者至數斤，似人形龜形者佳。皮黑，肉有赤白二種，或云是多年松脂流入土中變成。【略】神仙方多單餌之，其法：取白茯苓五斤，去黑皮，擣篩，以熟絹囊盛于三斗米下蒸之，米熟即止，暴乾又蒸。如此三過，乃取牛乳二斗和合，著銅器中，微火煮如膏收之。每食以竹刀割取，隨往任飽服之則不饑。如欲食，先煮葵菜汁飲之，任食無礙。又茯苓酥法云：取白茯苓三十斤，山之陽者甘美，山之陰美味苦。去皮薄切，暴乾蒸之，以湯淋去苦味，淋之不止，其汁當甜，乃暴乾篩末，用酒三石，蜜三升，相和，內末其中。并置大瓮攪之百匝，封之勿洩氣。冬五十日，夏二十五日，酥白浮出酒上，掠取之，其味極甘美。以作餅大如手掌，空室中陰乾，色赤如棗。饑時食一枚，酒送之，終日不須食自飽，此名神仙度世之法。又服食法，以合白菊花，或合桂心，或合末丸散，自任皆可，常服補益殊勝。【略】

唐慎微《證類本草》卷一二《本草上品》 榆皮，味甘平無毒。【略】一名零

榆。生潁川山谷。二月採皮，取白暴乾。八月採實，並勿令中濕，濕則傷人。新見孟詵陶隱居云：此即今榆樹剥取皮，刮除上赤皮，亦可臨時用之。性至滑利。初生莢仁以作羹。根令人多睡。嵇公所謂榆令人瞑也斷穀乃屑其皮并檀皮服之即令人不饑唐本注云：榆三月實熟，尋即落矣。今稱八月採實，恐本經誤也。今按陳藏器《本草》云：榆莢主婦人帶下，和牛肉作羹食之。四月收實作醬，似蕪荑殺蟲，以陳者良。嫩葉作羹食之，壓丹石消水腫。【略】

《衍義》曰：榆皮今初春先生莢者是去上皺澁乾枯者將中間嫩處剉乾，碾爲粉，當歉歲，農將以代食。葉青嫩時收貯、亦用以爲羹茹。嘉祐年過豐沛、人缺食，鄉民多食此。

唐慎微《證類本草》卷一三《木部中品》 檳榔，味辛温無毒。主消穀、逐水、除痰癖、殺三蟲、伏尸、瘴寸白。生南海。陶隱居云：此有三四種，出交州，形小而味甘，廣州以南者形大而味澀，核亦有大者，名猪檳榔。竹藥皆用之。又小者，南人名蒳子，俗人呼爲檳榔孫，亦可食。唐本注云：檳榔生者極大，停數日便爛，今人比來者，皆先灰汁煮熟，仍火熏使乾，始堪停久。【略】

《圖經》曰：檳榔生南海，今嶺外州郡皆有之。大如桃椰，而高五七丈，正直無枝，皮似青桐，節如桂竹，葉生木巔，大如楯頭，又似芭蕉葉。其實作房從葉中出，傍有刺若棘針，重疊皆有皮殼，肉滿殼中，正白，味苦澀。得扶留藤與瓦屋子灰，同咀嚼之，則柔滑而甘美，嶺南人啖之以當果實。其俗云：南方地温，不食此無以祛瘴癘。其實春生，至夏乃熟，然其肉極易爛。欲收之，皆先以灰汁煮熟，仍火焙熏乾，始堪停久。【略】

唐慎微《證類本草》卷一三《木部中品》 秦椒，味辛温，生温熱寒，有毒。【略】生太山川谷及秦嶺上，或琅琊。八月九月採實。【略】

《圖經》曰：秦椒生泰山川谷及秦嶺上，或琅邪，今秦鳳及明、越、金、商州皆有之。初秋生花，秋末結實，九月十月採。陶隱居云：似椒而大，色黄黑，或呼大椒。蘇恭云：葉及莖、子都似蜀椒，但實細味短。《爾雅》云：檓，大椒。郭璞云：椒叢生，生實大者，名爲檓。《詩・唐風》云：椒聊且。陸璣疏云：椒似茱萸，有針刺，莖葉堅而滑。蜀人作茶，吴人作茗，皆合煮其葉以爲香。今成皋諸山謂之竹葉椒，其木亦如蜀椒。少毒熱，不中合藥，可著飲食中。又用蒸雞豚最佳。東海諸島上亦有椒，枝葉皆相似，子長而不圓，甚香。其味似橘皮，島上口鹿食其葉，其肉自然作椒橘香。而今南北所生一種椒，其實大於蜀椒，與陶及郭陸之説正相合，當以實大者爲秦椒。其云蜀吴作茶茗，皆煮其葉，今不復如此，蓋古人所食與今異者多矣。故苦楸與茶同條，云作飲加茱萸葱薑等，良是也。相傳椒可以來水銀。又云椒氣好下。言餌之益下不上衝也。服食藥當用蜀椒。

唐慎微《證類本草》卷二二《蟲部下品》 淡菜温補五藏，理腰脚氣，益陽事，能消食，除腹中冷氣。【略】又名殼菜，常時頻燒食即苦，不宜人。與少米先煮熟後，除肉内兩邊鰓及毛了，再入蘿蔔，或紫蘇，或冬瓜及同煮，即更妙。新見孟詵《日華子》

唐慎微《證類本草》卷二三《果部三品》 大棗味甘平，無毒，【略】一名乾棗，一名美棗，一名良棗，八月採，暴乾。【略】

《圖經》曰：大棗，乾棗也，生棗並生河東，今近北州郡皆有，而青晉絳州者特佳。江南出者，堅燥少脂。【略】

唐慎微《證類本草》卷二三《果部三品》 雞頭實，味甘平無毒，主濕痺，腰脊膝痛，補中除暴疾，益精氣，强志，令耳目聰明，久服輕身，不飢耐老神倍。一名雁喙實，一名芡。音儉生雷澤池澤。八月採。陶隱居云：此即今蕪，音華。子形上花似雞冠，故名雞頭。仙方取此并蓮實合餌，能令小兒不長正。爾食之亦當益人。唐本注云：此實去皮作粉，與菱音陵粉相似，益人勝菱。臣禹錫等謹按：蜀本《圖經》云：此生水中，葉大如荷，皺而有刺，花子若拳大，形似雞頭，實若石榴，皮青黑，肉白如菱米也。孟詵云：雞頭作粉，食之甚妙，是長生之藥。與小兒食，不能長大，故駐年耳。生食動風冷氣。蒸之，於烈日晒之，其皮即開。亦可舂作粉。陳士良云：此種雖生於水面，有軟根，名蔆菜。主小腹結氣痛，宜食。《日華子》云：雞頭開胃助氣，根可作蔬菜食。

《圖經》曰：雞頭實生雷池，今處處有之，生水澤中，葉大如荷，皺而有刺，俗謂之雞頭盤。花下結實，其形類雞頭，故以名之。其莖蔵之嫩者名藕□，人採以爲菜茹。八月採實，服餌家取其實并中子，擣爛暴乾，再擣下篩熬金櫻子煎，和丸服之，云補下益人，謂之水陸丹。經傳謂其子爲芡。

《經驗後方》：治益精氣强志意，聰明耳目。以雞頭實三合，煮令熟，去殼研如膏，入粳米一合煮粥，空心服之。【略】

《周禮》：加籩之實菱芡栗脯。

《衍義》曰：雞頭實，今天下皆有之，河北泌溏其居人採得，舂去皮，搗仁爲粉，蒸搏作餅，可以代糧。食多不益脾胃氣，兼難消化。

唐慎微《證類本草》卷二三《果部三品》 柿味甘寒無毒，主通鼻耳氣腸澼不足。陶隱居云：柿有數種，云今烏柿火熏者，性熱斷下，又療狗齧瘡，火煏皮，逼切者亦好。日乾者性冷，蠹心柿尤不可多食，令人腹痛，生柿彌冷。又有椑音卑色青，惟堪生噉，性冷復甚於柿。散石熱家噉之亦無嫌不入藥用唐本注云別録云火柿主殺毒療金瘡火瘡生肉止痛軟熟柿解酒熱毒止口乾壓胃間熱臣禹錫等謹按孟詵云柿寒主補虚勞不足謹按乾柿厚腸胃澀中健脾胃氣消宿血又紅柿補氣續經脈氣。又醋柿澀，下焦健脾胃氣，消宿血。作餅及餻，與小兒食，治秋痢。又研柿，先煮粥欲熟，即下柿，更一兩沸，與小兒飽食，并奶母喫，亦良。又乾柿二斤，酥一斤，蜜半升，先和酥蜜鐺中消之，下柿煎十數沸，不津器貯之。每日空腹服三五

枚，療男子女人脾虛腹肚薄，食不消化。面上黑點，久服甚良。【略】

《圖經》曰：柿舊不著所出州土，今南北皆有之。柿之種亦多，黃柿生近京州郡，紅柿南北通有，朱柿出華山，似紅柿而皮薄更甘珍。椑音卑柿出宣歙荆襄蜀廣諸州，但可生噉，不堪乾。諸柿食之皆美，而益人。椑柿更壓丹石毒耳。其乾柿，火乾者，謂之烏柿，出宣州越州，性甚温，人服藥口苦欲逆，食少許當止，兼可斷下。日乾者爲白柿，入藥微冷。又黄柿可和米粉作糗，小兒食之止痢。又以酥蜜煎乾柿食之，主脾虛薄。食柿蒂煮飲亦止噦。木皮主下血不止，暴乾更焙篩末，米飲和二錢匕服之不以上衝下脱兩服可止。又有一種小柿謂之軟棗，俚俗暴乾貨之，謂之牛奶柿，至冷，不可多食。【略】

聖惠方：治耳聾鼻塞，以乾柿三枚細切，粳米三合，豉少許，煮粥，空心食之。

《産寶》：治産後或患欬逆氣、亂心、煩乾，一箇碎之，以水十分煮熱呷。

《衍義》曰：柿有著，蓋柿於蒂下別生一重。又牛心肺如牛之心，蒸餅柿如今之市買蒸餅。華州有一等朱柿，北諸品中最小，深紅色。又一種塔柿，亦大於諸柿，性皆涼，不至大寒，食之引痰極甘，故如是去皮，掛大木株上，使風日中自乾，食之多動風火。乾者味不佳，生則澀，以温水養之，需澀去可食。逮至自然紅爛，澀亦自去，乾則性平。

唐慎微《證類本草》卷二三《果部三品》 芋味辛平有毒。主寬腸胃，充肌膚滑中。一名土芝。陶隱居云：錢塘最多，生則有毒。薁音枚，不可食。性滑下石，服餌家所忌。種芋三年不採成梠，音呂。芋又别有野芋，名老芋，形葉相似如一根，並殺人，人不識而食之。垂死者，佗人以土漿及糞汁與飲之，得活矣。唐本注云：芋有六種，有青芋、紫芋、真芋、白芋、連禪芋、野芋。其青芋細長毒多，初煮要須灰汁易水煮熟，乃堪食爾。白芋、真芋、連禪芋、紫芋毒少，並正爾蒸煮噉之，又宜冷噉，療熱止渴。其真白連禪三芋，兼肉作羹大佳。蹲鴟之饒，蓋謂此也。野芋大毒，不堪噉也。臣禹錫等謹按：孟詵云，芋白色者無味，紫色者破氣，煮汁飲之止渴。十月後曬乾收之，冬月食不發病。佗時月不可食，又和鯽魚鱧魚作曜良。久食令人虛勞無力。【略】

唐慎微《證類本草》卷二三《果部三品》 烏芋，一名藉姑，一名水萍，二月生葉如芋，三月三日，採根暴乾。【略】

《圖經》曰：烏芋，今蒴次也，舊不著所出州土。苗似龍鬚而細，正青色，根黑如指大，皮厚有毛。又有一種皮薄無毛者，亦同。田中人並食之，亦以作粉，食之厚人，腸胃不飢。服丹石人尤宜，蓋其能解毒耳。《爾雅》謂之芍。

唐慎微《證類本草》卷二三《果部三品》 橄音敢欖音覽味酸，甘温無毒，止消酒，療鯁音侯鮐音怡毒。【略】其樹似木槵子樹而高端直，其形似生訶子，無稜瓣。生嶺南，八月九月採。又有一種名次斯橄欖，色類亦相似。其形核作二瓣，可以蜜漬食之。生邕州。【略】

拔其根而牽茹者，君子以類出處之象。【略】

陸佃《增修埤雅廣要》卷三〇《烏飯草》 烏飯草一名南燭，即文燭也。其色赤，生高山，經冬不凋。取莖葉搗，漬汁浸粳米，蒸之黑如墅珠，亦曰烏草。日華子云黑飯草，食之令人强健。

李石《續博物志》卷七 朱草狀如小桑，栽長三四尺，枝葉皆丹汁如血。朔望生落如蓂莢，周而復始。可以染絳緋皺之章，金銀投其汁，可使成圓。泥投水爲金漿，以投酒爲玉醴，飲之令人長生。出《抱朴子》。

寇宗奭《本草衍義》卷一五 椰子開之有汁如乳，極甘香，自別是一種氣味。中又有一塊瓤，形如瓜蔞，上有細瓏，起亦白色，但微虛紋，若婦人裙褶，其味亦如其汁。又着殼一重白肉，剛取之，皆可與瓤糖煎爲果汁，色如白酒，其味如瓤。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 覆盆子長條，四五月紅熟，秦州甚多，永興華州亦有。及時山中人採來賣，其味酸甘，外如荔枝，櫻桃許大，軟紅可愛，失採則就枝生蛆。益腎藏縮小便服之當覆其溺器如此取名食之多熱。收時五六分熟便可採，烈日曝，仍須薄綿蒙之。今人取汁作煎爲果，仍少加蜜，或熬爲稀湯點服，治肺虛寒。採時着水，則不堪煎。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 御棗，甘美輕脆，後衆棗熟，以其甘故多生虫，今人所謂撲落酥者是。又有牙棗，先衆棗熟，亦甘美，但微酸，尖長。此二等止堪啗，不堪收曝，今人將乾棗去核，於鐺鍋中微火緩逼乾爲末，量多少入生薑末，爲湯點服，調和胃氣。又將煮棗肉和，治脾胃，九藥尤佳人。青州棗去皮核，焙乾爲棗圈，達都下爲奇果。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 杏核人，犬傷人，量，所傷大小，爛嚼沃破處，以帛繫定，至差無苦。又湯去皮，研一升，以水一升半，釅復絞取稠汁，入生蜜四兩，甘草一莖約一錢，銀石器中慢火熬成稀膏，甕器盛。食後夜卧，入少酥，沸湯點。一匙匕服，治肺燥喘熱，大腸祕，潤澤五藏。如無上證，更入鹽點尤佳。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 安石榴有酸淡兩種，旋開單葉花，旋結實，實中子紅，孫枝甚多，秋後經兩則自坼列，道家謂之三尸酒。云三尸得此果則醉，河陰縣最多。又有一種子白瑩澈如水晶者，味亦甘，謂之水晶石榴，惟酸。石榴皮合斷下藥，仍須老本所結。及收之，陳久者佳。微炙爲末，以燒粟米飯爲丸。梧子大食前熱米飲下三十至五十九，以知爲度，如寒滑加附子，赤石脂各一倍。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 柿有着蓋柿，於蒂下別生一重。又牛心柿如牛之心，蒸餅柿如今之市買蒸餅，華州有一等朱柿，比諸品中最小，深紅色。又一種塔柿，亦大於諸柿，性皆涼，不至大寒，食之引痰，極甘。故如是去皮，掛大木株上，使風日中自乾，食之多動風火。乾者味不佳，生則澀，以温水養之，需澀去可食。逮至自然紅爛，澀亦自去，乾則性平。

葉紹翁《四朝聞見録》戊集《淮民漿棗》 紹興和議既堅，淮民始知生聚之樂，桑麥大稔。福建號爲樂區，負戴而之者，謂之「反淮南」。或士民一至其地，其淮民遇夏則先以漿餽之，入秋剥棗則蒸以實諸門，任南人食之，不取價。或遇父老烹牲于社，即命同坐，有留鏹者，即謂何爲留，堅卻不受。自開禧兵變，淮民稍徙入于浙、于閩，至閉肆窖飯以逐之。既歸而語故老，南人游淮者不復有壺漿、剥棗之供矣。

江少虞《事實類苑》卷六二《椰子木》 椰子木生安南及海外諸國，木如椶櫚，大者高百餘尺。花葉白如千葉芙蓉，一本花不過數十，實不過三五顆，其大如斗，至乾熟差小。外有黄毛，軟皮中有殼，正類栟櫚，故有人戲爲詩曰：百果之中爾最尊，栟櫚應是汝雲孫。沈佺期有題椰子詩曰：叢生雕胡首，圓實栟櫚身。殼上有二穴，芽出穴中殼。内類蘿蔔皮，味苦而肉極甘脆，蠻人甚珍之。中有汁大者一二升，蠻人謂之椰子酒，飲之得醉。《交州記》以爲漿者是也，治消渴，塗髭髮立黑，皮煮汁止血，療吐逆，肉益氣去風。並《瀟水燕談》

朱弁《曲洧舊聞》卷四《婺源産蔗》 新安郡婺源縣境中，産一種草，莖葉柔弱，引而不長，葉類甘菊葉。俗呼蔗，今譌爲遮字。蓋食之味苦而有餘甘也。性温，行血，尤宜産婦。煮熟，揉去苦汁，産後多食之無害，往往便以爲逐血藥也。又呼苦益菜。訪之醫家，莫有知者。

孟元志《東京夢華録》卷八《中秋》 是時螃蟹新出，石榴、榅桲、梨、棗、栗、孛萄、弄色帳桔，皆新上市。中秋夜，貴家結飾台榭，民間爭占酒樓玩月。絲篁鼎沸，近内庭居民，夜深遥聞笙竽之聲，宛若雲外。四里兒童，連宵嬉戲。夜市駢闐，至于通曉。

徐兢《宣和奉使高麗圖經》卷二三《雜俗二・土産》 高麗依山瞰海，地瘠而磽，然而有稼穡之種，麻枲之利，牛羊畜産之宜，海物唯錯之美。廣揚永三州多大松，松有二種，唯五葉者乃結實。羅州道亦有之，不若三州之富。方其始生，謂之松房，狀如木瓜，青潤緻密，至得霜乃拆，其實始成，而房乃作紫色。國俗雖果肴羹蔵亦用之。不可多食，令人嘔吐不已。人參之辣特生，在在有之，春州者

最良。亦有生熟二等，生者色白而虛，入藥則味全，然而涉夏則損蠹，不若經湯釜而熟者，可久留。舊傳形區者之熟者，積垛而致爾，其作煎當自有法也。館中日供食菜，亦謂之沙參，形大而脆美，非藥中所宜用。

洪皓《松漠紀聞》卷二　女真多白芍藥花，皆野生，絶無紅者。好事之家，采其芽爲菜，以麵煎之。凡待賓齋素則用其，味脆美，可以久留。

鄭樵《通志》卷七六《昆蟲草木略第二・木類》　益智子，葉似蘘荷，實如李，核去皮用之。其中仁如梔子縮紗之類，可蜜煮爲粽食。昔盧循爲廣州刺史，遺劉裕益智粽，裕答以續命湯，是此也。按：蘇軾記云：海南産益智，花實皆長，穗而分爲三節。其實熟否，以候歲之豐凶。其下節以候蚕禾，其上中亦然，大豐則實，凶歲皆不實，蓋罕有三節並熟者。其爲藥也，止治益於智，其得此名，豈以知歲邪。

鄭樵《通志》卷七六《昆蟲草木略第二・果類》　良薑，花作穗可愛。故杜牧云：豆蔻梢頭二月春。南人亦採其花，淹藏以當果品。

姚寬《西溪叢語》卷上　閩、廣人食檳榔，每切作片，蘸蠣灰以荖葉裹嚼之。荖，音老，又音蒲口切。初食微覺似醉，面赤，故東坡詩云：「紅潮登頰醉檳榔。」

吴曾《能改齋漫録》卷一五《楮子》　京師中太一宫道士房，有楮結子如楊梅。徽宗車駕臨觀之，曰「擬梅軒」。李似矩、吴正仲皆有詩。正仲詩云：「陰陰緑葉不勝垂，著子全多欲壓枝。自得君王一留顧，故應雨露亦饒滋。」其二云：「五月霏霏雨不開，若耶溪畔摘楞梅。朱丸忽向雲窗見，疑是靈根越嶺來。」其三云：「誰將蜜漬借微酸，小摘曾聞釘玉盤。爭似江南風致在，瓶紅初向緑陰看。」又北人以梅汁漬楮實，益以蜜，作假楊梅。故正仲後二篇皆及之。

朱翌《猗覺寮雜記》卷下　北人以乳酪拌櫻桃食之，摭言新進士重櫻桃宴，劉覃及第，櫻桃初出，和以糖酪，人享蠻盡一小盎，不啻數升。

羅願《爾雅翼》卷一二《釋木・椰》　椰木似檳榔，無枝條，高十餘尋，葉在其末，如束蒲。實大如瓠，繫在樹頭，實外有皮如胡桃核，裏有膚白如雪，厚半寸如豬膏，味美如胡桃。膚裏有汁升餘，清如水，美如蜜，飲之可以愈渴。核作飲器。

羅願《爾雅翼》卷一〇《釋木・梅》　梅先春而華，其實亦早，故摽有梅爲昏嫁之候。古者以梅實薦饋食之籩，所謂乾葅是也。《蜀志》曰：蜀名梅爲葅，大如桃李，清酸含消渴。《吴志》曰：孫權與曹公相拒濡須，口生瘡，嗜酸，求米豉以合漿。《世説》曰：魏武行役，失汲道，乃令曰：前有大梅林，饒子，甘酸可以解渴。士卒聞之，口皆出水，乃得及泉。《魏略》曰：青龍中，發美梅於洛陽，以銅盤盛冰，和以甘蜜，賜羣臣。《晉宫閣名》曰：華林園有調梅羹。《晉中興書》曰：王丞相拜太尉，謝仁祖往賀，丞相曰：卿何以賀我？謝曰：梅子熟矣。《晉起居注》曰：太子納妃，有司供梅子五斗。《晉令》曰：梅子青時，太官供御。《晉中興書》曰：桓溫伐蜀，軍至三峽，人馬饑渴，溫令軍中曰：前有梅林，可以解渴。士卒聞之，莫不流涎，乘此得及於泉。《晉永和起居注》曰：穆帝納后

此與橄欖雖腐尤堅脆，可以比德君子。南人有言曰：「餘甘一時熟，獐一日肥。」其說：蓋二物忽然有異，則餘甘熟一時頃而復生，獐肥一日而復瘦也。欽州靈山縣一士人姓甯，其大父一日往山間，忽見餘甘徧山，如來禽紛熟。飽餐快甚。須臾便復青脆，袖中猶攜數熟餘甘，歸以示閭里，至傳爲異事。

周去非《嶺外代答》卷八《花木門・蕉子》 芭蕉極大者凌冬不凋，中抽一幹，節節有花如菡萏。花謝有實，一穗數枚，如肥皂，長數寸。去皮取肉，軟爛如綠柿，極甘冷。四季實。以梅汁漬，暴乾按匾，所云「芭蕉乾」是也。

雞蕉則甚小，亦四季實。

芽蕉，小如雞蕉，尤香嫩甘美，南人珍之，非他蕉比。秋初方實。

周去非《嶺外代答》卷八《花木門・烏欖》 烏欖如橄欖，青黑色，肉爛而甘，亦可作蔬茹。核差長，其中仁，味鬆美，薦酒泛茶皆珍。相餽遺者，獨以核致遠，微暴乾，椎取仁。

方欖，亦橄欖類，三角或四角。出兩江州峒。

周去非《嶺外代答》卷八《花木門・百子》 南方果實以子名者百二十，或云百子，或云七十二子。半是山野間草木實。江浙山中木子亦有之，猿狙所食，非佳實也。因錄其識且可食者，見於後。

羅晃子，殼長數寸，如肥皂。內有二三實如肥皂子，亦如橄欖，皮有七重，煨食甘美，類熟栗。亦曰羅望子。

木竹子，皮色形狀，全似大枇杷。肉甘美，微爛。子亦似枇杷核。秋冬間實，半青黃時採食，收藏至三四月不壞。

人面子，如大梅李，生青熟黃，核如人面，兩目鼻口皆具。肉甘酸，宜蜜餞。

鏤爲細瓣，去核按匾煎之，微有橘柚芳氣，南果之珍也。

五稜子，形甚詭異。瓣五出，如田家碌碡狀。皮黃，甚薄。味酸，久則微甘。朴切之，或以蜜漬，始可食。閩中亦有之，謂之羊桃。

黎朦子，如大梅，復似小橘。味極酸。或云自南蕃來。番禺人多不用醯，專以此物調羹，其酸可知。又以蜜煎鹽漬暴乾，收食之。

櫓罟子，大如半升椀。諦視之，數十房攢聚成毬，每房有縫如柏子之未裂，攢結甚堅，非刀斧不破。冬生色青，至夏紅。破其瓣，食之微甘。苗叢高丈許即成幹。葉長如菱、薕，刺生兩旁。土人密植以爲藩籬。或乾其葉，去刺，以織席，卧之颯颯有聲。

搓擦子，如錐栗。殼中多白毛，須搓擦而後可食。肉甘而微澀。

地蠶子，生土中，如小蠶，又似甘露子而不尖。味如梨、藕而淡。亦以薦酒。

火炭子，如烏李。

山韶子，色紅，有刺，肉如荔枝。以下並夏實。

部蹄子，如黃大石榴。

木賴子，如淡黃大李。

黏子，如指面大，褐色。

千歲子，叢生，如青黃李，味甘。

赤棗子，如酸棗，微長。味酸。生巖石上。

藤韶子，大如鳧卵，蒂紅色。以下並秋實。

古米子，殼黃，中有肉如米粒，一顆數十粒。

殼子，如青梅，味甘。

藤核子，生白藤上，如小蒲桃，一穗數百枚，淡黃色。

木蓮子，如胡桃，皮殼皆紫褐色。

蘿蒙子，黃大如椀柚。

特乃子，狀似榧子而圓長，亦類石蓮。色褐，有殼。連殼蒸熟食之，味稍淡。

不納子，似黃熟小梅，絶易爛，爛則皮肉附核。核可爲經珠，似菩提子。或云：頃曾進入京師，被黜，故以名。

羊矢子，色狀全似羊矢，味亦不佳，中有小核。

日頭子，狀如櫻桃，色如蒲桃，穗生。味極甘，賓州尤多。

秋風子，色狀俱似楝子，味酸澀。邕州有之。或名隨風子，增城自有隨風子，入藥用，非此類。

黃皮子，如小棗，甘酸，佳味稍耐久，可致遠。

朱圓子，正圓，深紅，可玩。狀似苦楝子，又似無蒂棠毬子。微甘，冬實。

粉骨子，皮黃，肉如粉，味酸。

搭骨子，匾如大橘，皮裏空虛。

布納子，似李子而黃。

黃肚子，如小石榴。皮乾硬，如沒石子。枯蓎如棘，其上點綴布生，不甚堪食。

蒲奈子，狀如棗而差圓，味酸甜，其核可爲數珠。

水泡子，生水濱，小木。白花似玉蝴蝶，結子似金甕而黃白無刺。味甘多液，肉理輕盈，如水泡然。

水翁子，生水濱，大木。葉似枇杷，大如指面，色紅而甘。

巾斗子，似海紅。

沐浣子，似棠毬，色黃，皮皺可浣衣。

牛粘子，即牛妳也。

天威子，如橄欖而小，鹽糝和之，可以作鮓。

石胡桃，堅如石，其中肉無幾，味與北胡桃略同。

頻婆果，極鮮紅可愛。佛書所謂「脣色赤好如頻婆果」是也。

木饅頭，在中州蔓生枝葉間，可以充藥物；在南州則木生，不生於枝葉，而緣生於本身，可以爲果實。二物其形相類，但蔓者肉薄多子，未熟先落；木生者肉厚，中有飴蜜，當其紅熟，亦頗可口。深廣難得佳果。公筵多用以備數。人乃附會其說曰：「廣中公筵，刻木爲饅頭，識其下曰：『某州公庫一樣若干。』」斯言過矣。

范成大《吳郡志》卷三〇《土物下》 扶芳，初生纏繞它木，葉圓而厚，夏月取葉火炙香，煮以爲飲，色碧緑而香。隋大業五年，吳郡貢二百本入洛京植之西苑，時尚食直長謝諷造《食經》，具四時飲，春有扶芳飲。《大業雜記》

陶宗儀《説郛》卷六二上范成大《桂海果志》 羅望子殼長數寸如肥皂，又如刀豆，色正丹，内有二三實，煨食甘美。

人面子如大梅李，核如人面，兩目鼻口皆具。肉甘酸，宜蜜煎。

陶宗儀《説郛》卷六二上范成大《桂海果志》 紅鹽草果，取生草豆蔻入梅汁，鹽漬令色紅，暴乾以薦酒。

鸚鵡舌即紅鹽草果之珍者，實始結即頻取，紅鹽乾之，纔如小舌。

陶宗儀《説郛》卷六二上范成大《桂海花志》 裏梅花，即木槿，有紅白二種，葉似蜀葵，采紅者連葉包裹黃梅，鹽漬暴乾以薦酒，故名。

王楙《野客叢書》卷二四《飢食榆皮》 乙卯春歉甚。淮人至剥榆皮以塞飢腸。所至榆林彌望皆白。或者咨嗟。謂不知何以知此。僕讀前漢天文志。河平元年。旱傷麥。民食榆皮。淮南萬畢術亦曰。八月剥榆。令人不飢。知古者嘗以此爲弭飢之具。是以庾信謝賚米啓曰。剥榆皮於秋塞。掘鼠於寒山。掘鼠事。見蘇武臧洪等傳。

施宿《會稽志》卷一七《草部》 灰粟，樹葉皆如灰藋苗，頭如丹，高丈許，米如菟子，或云灰粟，即苜蓿。漢使採其種西域，天子益種離宮旁者。《西京雜記》曰：苜蓿一名懷風，或謂光風，其花有光彩，故名苜蓿、懷風。罌子粟。《本草》云：和竹瀝煮作粥，食之極美。一名象穀，一名米囊，一名御米，花紅白色似髑髏子。今醫家皆用其殼，治滯下之疾，而《本草》於本條内不載。烏禾似稗，見《本草》會稽鄉民直謂之稗子，歲不熟則民藝之以代糧，與黃稑同時，其收倍而多熟。《氾勝之書》曰：稗既堪水旱，種無不熟之時，又特滋茂，蕪穢良田畝得二三十斛，宜備凶年。稗米擣取炊食之，不減粱米，又可釀作酒，酒勢美醲，尤踰黍秫。魏武使典農種之，頃收二千斛，斛得米三四斗，歲儉可磨食之，豐年可飯牛馬。《漢志》曰：種穀必雜五穀，以備災害。

施宿《會稽志》卷一七《草部》 玉芝出陶宴嶺，一名鬼臼，一名山荷葉，一名唐婆鏡，花色正紅生葉下，故又名羞天花。其根一歲生一臼，取其臼以麵如餛飩皮裹，炊熟吞之，日三枚，可以辟穀，令人精神旺而力不衰，蓋神藥也。

張世南《游宦紀聞》卷二 唐鄧間，多大柿，初生澀，堅實如石，凡百十柿，以一榠楂置其中，則紅爛如泥而可食。楂梓亦可代榠楂用。此歐公《歸田録》所載。但江南人不識楂梓，世南侍親官蜀，至梁益間，方識之。大者如梨，味甜而香，用刀切則味損而黑。凡食時，先以巾拭去毛，以巾包，於柱上擊碎，其味甚佳。蜀人以楂梓，切去頂，剜去心，納檀香沉香末，并麝少許，覆所切之頂，線縛蒸爛，取出俟冷，研如泥，入腦子少許，和匀作小餅燒之，香味不減龍涎。

金橘產於江西諸郡，有所謂金柑，差大而味甜。年來商販小株，才高二三尺許，一舟可載千百株。其實累累如垂彈，殊可愛，價亦廉，實多根茂者，才直二三鏹。往時因温成皇后好食，價重京師，然患不能久留，惟藏緑豆中，則經時不變。蓋橘性熱，豆性涼也。

趙汝适《諸蕃志》卷上《蘇吉丹》 兩準金二錢米二擔準銀一兩十擔準金一兩三類歲貢三佛齊國。

有樹名波羅蜜，其實如東瓜，皮如栗殼，肉如柑瓣，味極甘美。亦有荔支、芭蕉、甘蔗，與中國同。荔支曬乾，可療痢疾。蕉長一尺，蔗長一丈，此爲異耳。蕉汁入藥，醞釀成酒，勝如椰子。

趙汝适《諸蕃志》卷下《志物·波羅蜜》 波羅蜜大如東瓜，外膚磥砢如佛

髻，生青熟黃，削其膚食之，味極甘。其樹如榕，其花叢生，花褪結子，惟一成實，餘各蕉死。出蘇吉丹，廣州南海廟亦有之。

趙汝适《諸蕃志》卷下《志物・檳榔》 檳榔産諸番國及海南四州，交趾亦有之。木如棕櫚，結子葉間如柳條，顆顆叢綴其上，春取之爲軟檳榔，俗號檳榔，鮮極可口。春秋採而乾之爲米檳榔，漬之以鹽爲鹽檳榔。小而尖者爲鷄心檳榔，大而匾者爲大腹子，食之可以下氣。三佛齊取其汁爲酒，商舶興販，泉廣稅務歲收數萬緡，惟海南最多。鮮檳榔、鹽檳榔皆出海南，雞心、大腹子多出麻逸。

趙汝适《諸蕃志》卷下《志物・椰子》 椰子本身，葉悉類棕櫚、檳榔之屬。子生葉間，一穗數枚，大如五升器，菓之大者惟此與波羅蜜耳。初採皮甚青嫩，已而變黃，久則枯乾。皮中子殼可爲器，子中穰白如玉，味美如牛乳。穰中酒新者極清芳，久則渾濁不堪飲。南毗諸國取其樹花汁用蜜糖和之爲酒。

高似孫《緯略》卷三《鹽梅鹽豉》 後漢桓麟《七説》曰：河魨之羹，齊以蘭梅。崔駰《七依》曰：鮭以大夏之薑，酢以越嘗之梅。張景陽《七命》曰：燀以秋橙，和以春梅。《説命》曰：若作和羹，爾惟鹽梅。《左傳》晏子曰：水火醯醢鹽梅，以烹魚肉。古人調鼎皆用梅也。《禮記・内則》、《楚辭・招魂》，備論飲食而不及豉。史《游急就篇》乃有蕪荑鹽豉。《史記・貨殖傳》曰：藘薇鹽豉千合。《三輔決録》曰：前隊大夫范仲公鹽豉蒜果共一籩，秦漢以來始有之也。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二七《菓實部・橄欖》 《羣書要語》：橄欖子大如棗，二月華，八九月熟，生食味酢，蜜藏乃甜美。南方草木狀樹身聳，枝高數丈，其子深秋方熟，閩中多種植。咀之味香，及煮食，悉解酒毒。有野生者樹繁子酸不可梯但刻其根下方寸許内鹽于中一夕子皆落《廣州記》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・寒食》 煎榆羹，杏粥猶堪食，榆羹已稍煎。韋應物

陳景沂《全芳備祖集》後集卷一二《草部・菰》

碎録

菰，蔣草也。《廣韻》，《説文》菰其實蔣菰，其米謂之凋胡。《廣雅》菰生水中，葉如蒲葦，刈以飼馬甚肥，又謂之茭白，其歲久者中心生白肉如小兒臂，謂之菰米，其中有黑者謂之菰蔣，其根如蘆，根下澤處謂之菰封，以去葉便可食。蒔其苗有根梗者，謂之菰蒔草，至秋結實乃凋胡米也。《本草》雲子，菰米飯也。杜詩注可以爲席去濕。

紀要

孔子之楚，舍于蟻丘之蔣，《莊子》主人之妻爲臣炊凋胡之飯，露葵之羹。宋玉菰穗凋胡菰子作餅。《吴都賦》注

陳景沂《全芳備祖集》後集卷一九《木部・檳榔》 檳榔産諸番國及海南四州，交趾亦有之。木如棕櫚，結子葉間如柳條，顆顆叢綴其上，春取之爲軟檳榔，俗號檳榔，鮮極可口。春秋採而乾之爲米檳榔，漬之以鹽爲鹽檳榔。小而尖者爲鷄心檳榔，大而匾者爲大腹子，食之可以下氣。三佛齊取其汁爲酒，商舶興販，泉廣稅務歲收數萬緡，惟海南最多。出蘇吉丹，廣州南海廟亦有之。

趙汝适《諸蕃志》卷下《志物・檳榔》 檳榔産諸番國及海南四州，交趾亦有之。木如棕櫚，結子葉間如柳條，顆顆叢綴其上，春取之爲軟檳榔，俗號檳榔，鮮極可口。春秋採而乾之爲米檳榔，漬之以鹽爲鹽檳榔。小而尖者爲鷄心檳榔，大而匾者爲大腹子，食之可以下氣。三佛齊取其汁爲酒，商舶興販，泉廣稅務歲收數萬緡，惟海南最多。出麻逸。

趙汝适《諸蕃志》卷下《志物・椰子》 椰子本身，葉悉類棕櫚、檳榔之屬。子生葉間，一穗數枚，大如五升器，菓之大者惟此與波羅蜜耳。初採皮甚青嫩，已而變黃，久則枯乾。皮中子殼可爲器，子中穰白如玉，味美如牛乳。穰中酒新者極清芳，久則渾濁不堪飲。南毗諸國取其樹花汁用蜜糖和之爲酒。

高似孫《緯略》卷三《鹽梅鹽豉》 後漢桓麟《七説》曰：河魨之羹，齊以蘭梅。崔駰《七依》曰：鮭以大夏之薑，酢以越嘗之梅。張景陽《七命》曰：燀以秋橙，和以春梅。《説命》曰：若作和羹，爾惟鹽梅。《左傳》晏子曰：水火醯醢鹽梅，以烹魚肉。古人調鼎皆用梅也。《禮記・内則》、《楚辭・招魂》，備論飲食而不及豉。史《游急就篇》乃有蕪荑鹽豉。《史記・貨殖傳》曰：藘薇鹽豉千合。《三輔決録》曰：前隊大夫范仲公鹽豉蒜果共一籩，秦漢以來始有之也。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二七《菓實部・橄欖》 《羣書要語》：橄欖子大如棗，二月華，八九月熟，生食味酢，蜜藏乃甜美。南方草木狀樹身聳，枝高數丈，其子深秋方熟，閩中多種植。咀之味香，及煮食，悉解酒毒。有野生者樹繁子酸不可梯但刻其根下方寸許内鹽于中一夕子皆落《廣州記》

謝維新《古今合璧事類備要》前集卷一六《節序門・寒食》 煎榆羹，杏粥猶堪食，榆羹已稍煎。韋應物

陳景沂《全芳備祖集》後集卷一二《草部・菰》

碎録

菰，蔣草也。《廣韻》，《説文》菰其實蔣菰，其米謂之凋胡。《廣雅》菰生水中，葉如蒲葦，刈以飼馬甚肥，又謂之茭白，其歲久者中心生白肉如小兒臂，謂之菰米，其中有黑者謂之菰蔣，其根如蘆，根下澤處謂之菰封，以去葉便可食。蒔其苗有根梗者，謂之菰蒔草，至秋結實乃凋胡米也。《本草》雲子，菰米飯也。杜詩注可以爲席去濕。

紀要

孔子之楚，舍于蟻丘之蔣，《莊子》主人之妻爲臣炊凋胡之飯，露葵之羹。宋玉菰穗凋胡菰子作餅。《吴都賦》注

陳景沂《全芳備祖集》後集卷一九《木部・檳榔》 檳榔産諸番國及海南四州，交趾亦有之。木如棕櫚，結子葉間如柳條，顆顆叢綴其上，春取之爲軟檳榔，俗號檳榔，鮮極可口。春秋採而乾之爲米檳榔，漬之以鹽爲鹽檳榔。小而尖者爲鷄心檳榔，大而匾者爲大腹子，食之可以下氣。三佛齊取其汁爲酒，商舶興販，泉廣稅務歲收數萬緡，惟海南最多出麻逸。

趙汝适《諸蕃志》卷下《志物・椰子》 椰子本身，葉悉類棕櫚、檳榔之屬。子生葉間，一穗數枚，大如五升器，菓之大者惟此與波羅蜜耳。初採皮甚青嫩，已而變黃，久則枯乾。皮中子殼可爲器，子中穰白如玉，味美如牛乳。穰中酒新者極清芳，久則渾濁不堪飲。南毗諸國取其樹花汁用蜜糖和之爲酒。

高似孫《緯略》卷三《鹽梅鹽豉》 後漢桓麟《七説》曰：河魨之羹，齊以蘭梅。崔駰《七依》曰：鮭以大夏之薑，酢以越嘗之梅。張景陽《七命》曰：燀以秋橙，和以春梅。《説命》曰：若作和羹，爾惟鹽梅。《左傳》晏子曰：水火醯醢鹽梅，以烹魚肉。古人調鼎皆用梅也。《禮記・内則》、《楚辭・招魂》，備論飲食而不及豉。史《游急就篇》乃有蕪荑鹽豉。《史記・貨殖傳》曰：藘薇鹽豉千合。《三輔決録》曰：前隊大夫范仲公鹽豉蒜果共一籩，秦漢以來始有之也。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二七《菓實部・橄欖》 《羣書要語》：橄欖子大如棗，二月華，八九月熟，生食味酢，蜜藏乃甜美。南方草木狀樹身聳，枝高數丈，其子深秋方熟，閩中多種植。咀之味香，及煮食，悉解酒毒。有野生者樹繁子酸不可梯但刻其根下方寸許内鹽于中一夕子皆落《廣州記》

陶宗儀《説郛》卷一八顧文薦《負暄雜録・梨》 梨實脆美，北方者爲最，所謂語兒梨、鳳栖梨、金鳳梨，最佳者鵝梨，江南所産大不及，但多食則傷胃氣。故陶穀《清異録》載：棗曰百益紅，梨曰百損黄，所益者惟齒耳。予觀《湘山野録》，謂李建勳罷相，出鎮豫章。一日遊西山田間茅舍。有老叟教數村童，公觴于其廬，連食數梨。賓僚有曰：梨號五藏刀斧，不宜多食。叟笑曰：鶡冠子五藏刀斧，乃離別之離，非謂梨也。蓋別離則殘賊胸懷，有若刀斧，就架取小册以呈丞相，乃鶡冠子也。公大嘆服。昔楊吉老在泗州以醫得名，忽有人到門求診視者。楊與按脉曰，君來年當以疽毒死，今氣血凝結，無可解者。沉思久之，曰惟有鵝梨爾，可往京師買鵝梨食。若無生梨，以梨乾煎汁飲并食其滓，候來春當復訪我。其人如教，至期再往診脉，曰病已去矣。恐渴作，若能更食，則可安。後果

如其言，是以知梨亦能解氣血凝滯之疾，不可以一槩論謂之百損黃也。

陶宗儀《説郛》卷一〇三下劉蒙《菊譜》

甘菊

甘菊一名家菊，人家種以供蔬茹。凡菊葉皆深緑而厚，味極苦，或有毛，惟此葉淡緑柔瑩，味微甘，咀嚼香味俱勝。擷以作羹及泛茶，極有風致。天隨子所賦即此種花差勝野菊，其本不繁花。

佚名《五色線集》卷下《酥煎牡丹》 蜀時，兵部戴卿李昊蘊藉，每將花數拔遺親友，以金鳳牋成韻詩以致之，得者莫不寶愛。又以興平酥同贈，且云俟花雕謝，以酥煎食之，無棄穢華也。其風流貴重如此。《洛陽貴重録》

潘自牧《記纂淵海》卷九二《果實部・餘甘》 餘甘如彈丸大，視之理如定陶瓜片。初入口如苦，勿咽中乃更甜美，鹽而蒸之尤美，可多食之。《異物志》

潘自牧《記纂淵海》卷九二《果實部・桃》 傳記：六月煮桃，以爲豆實。《大戴禮》

潘自牧《記纂淵海》卷九二《果實部・橄欖》 橄欖子大如棗，二月華，八九月熟，生食味酢，蜜藏乃甜美，交趾。武平與古九真有之。《南州草木狀》

潘自牧《記纂淵海》卷九二《果實部・楊桃》 楊桃子生晉安侯官縣，實大三寸，可蜜藏之。《臨海異物志》

朱輔《溪蠻叢笑》 溫柈。生柈木多漿，猫猫歲饑闕食，則先以火窖地，握根置窖中壓以石，又用火溫熟，溫，漬盒也。搗作餅餌，名溫柈。

黄震《黄氏日抄》卷六七《讀文集九・桂海虞衡志》 檳榔生黎洞上，春取爲軟檳榔，夏秋採乾爲米檳榔，小而尖爲鷄心檳榔，匾者爲大腹子，悉能下氣。鹽漬爲鹽檳榔。瓊管取其征，居歲計之半，廣州亦數萬緡。自圖至廣，以蜆灰蔞葉嚼之，先吐赤水如血，而後嚥其餘汁。廣州加丁香、桂花、三賴子爲香藥檳榔。

潛説友《咸淳臨安志》卷五八《物産・果之品》 雞頭古名芡，又名雞壅平聲，今錢唐之梁渚、瀏頭、仁和之葛、湖臨平湖所産特佳，西湖者尤勝，然不多也，可篩爲粉。蒲菊有黄紫二色，紫者稍晚，黄者名珠子，御愛，其圓大透明者名瑪瑙。甘蔗舊貢，今仁和、臨平小林多種之，以土窖藏至春夏，可經年味不變，小如蘆者曰荻蔗，亦甘。

張志純《南園漫録》卷八《蒟醬》 蒟醬之名，見於《史記》，注釋亦明矣。因宋周益公偶失記，而妄對蒟醬之名，顧益顯此物，余地所産，《蜀都賦》所謂緣木而生，其子如桑椹，長二三寸，是已。生時深緑色，日乾即黑，雲南椵榔以此及瀘

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷一《瓜》 一種胡瓜色黄即黄瓜也，亦有青白者。又越瓜色白即白瓜，皆菜瓜也。種同前瓜法。黄瓜則以樹枝引蔓，延緣而生。白瓜則就地延蔓，生子而已，畏旱，宜常灌溉之。生熟皆可食，烹飪隨宜，實夏秋

《蘇州府志》

簡瓜又名生瓜，可生啖，亦可糟醃，或作鹽豉。有刺者謂之黄瓜，夏月盛有。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷一《瓜》 醬瓜如香瓜而色青，可入醬爲菹醃之一種，出嘉定清浦者特堅脆。以上出《蘇姑志》

東瓜笔羹。東瓜或作冬瓜，容考。

王瓜可生食。《吴邑志》

之佳蔬也。或以醬藏之爲豉，鹽漬爲霜瓜，則又兼蔬蓏之用矣。《王氏農書》

冬瓜越冬十月區種，如種瓜法，冬則堆雪着區上爲佳，潤澤肥好乃勝春種。又曰：削去皮子，於芥子醬中或美，豆醬中藏之佳。《荆楚歲時記》曰：七月採瓜犀以爲面脂。《本草圖經》曰：犀，辦也。瓤亦堪作澡豆。按：蔬果中，瓜之爲種至夥也。獨此瓜耐久，經霜乃熟，又可藏之，彌年不壞。今人亦用爲密煎，其犀用爲茶菓，則兼蔬果之用矣。同上

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷一《胡瓜》 王瓜如生瓜而有刺，土人雜蝦米爲菹甚美。《松江府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷一《甜瓜》 甜瓜形圓微長，有稜，有青、白、花斑三種，土人擇堅脆者，入醬爲菹。

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷一《越瓜》 筒瓜一名生瓜，可生啖，亦宜醃藏作鹽豉，有青白二種。《松江府志》

胡古愚《樹藝篇・蔬部》卷一《白冬瓜》 冬瓜大如枕，青白，毛羹甘美，亦宜蜜煎。《松江府志》

胡古愚《樹藝篇・草部》卷一《葛》 葛根味甘氣平，能解酒毒，歲歉鄉民多煮之以療饑。《九江府志》

《圖經》曰：葛根生汶、文山川谷，今處處有之，江浙尤多。春生苗，引藤蔓長一二丈，紫色，葉頗似楸葉而青。七月著花似豌豆花，不結實，根形如手臂，紫黑色。五月五日午時，採根曝乾，以入土深者爲佳，今人多以作粉，食之甚益人。《衍義》曰：葛根，澧鼎之間，冬月取生葛，以水中揉出粉，澄成堛。先煎湯使沸後，擘成塊，下湯中良久，色如膠，其體甚韌，以蜜湯中拌食之，擦少生薑尤佳。治中熱酒渴病，多食利小便，亦能使人利，切以茶食，亦甘美。又生者煨熟極補人。《食物本草》

五月五日採根曝乾，以入土深者爲佳。《鄧武府志》

胡古愚《樹藝篇・草部》卷一《稗》 依《氾勝之書》曰：稗水旱無不熟之時，擘塊下湯中，良久色如膠，其體甚韌。以蜜湯中拌食之，用薑屑尤佳。治中熱酒渴病，多食利小便，亦能使人利，切以茶食，亦甘美。又生者煨熟極補人。《食物本草》

五月五日採根曝乾，以入土深者爲佳。《鄧武府志》

胡古愚《樹藝篇・草部》卷一《荒食上》 依《氾勝之書》曰：稗水旱無不熟之時，擘塊下湯中，良久色如膠，其體甚韌。以蜜湯中拌食之，用薑屑尤佳。治中熱酒渴病，多食利小便，亦能使人利，切以茶食，亦甘美。又生者煨熟極補人。《食物本草》

葛根味甘寒無毒，主癰腫惡瘡。冬月取生者，以水中揉出粉成堛，煎沸湯，擘塊下湯中，良久色如膠，其體甚韌。以蜜湯中拌食之，用薑屑尤佳。治中熱酒渴病，多食利小便，亦能使人利，切以茶食，亦甘美。又生者煨熟極補人。《食物本草》

五月五日採根曝乾，以入土深者爲佳。《鄧武府志》

胡古愚《樹藝篇・草部》卷一《荒食上》 依《氾勝之書》曰：稗水旱無不熟之時

葵，青色，并涼間有之。河西人語：貸我東廚，償爾田梁。《本草經》

東蒿似蓬草，實如穄子，十月始熟。《一統志·韃靼》

《廣志》曰：東墻色青黑，粒如葵，子似蓬草，十一月熟，出幽涼并烏丸地。河西語曰：貸我東廚，償爾田梁。《魏書》曰：烏丸地宜東廚，能作白酒。《齊民要術》

蓬草子

蓬草子作飯，食之無異粳米，儉年食之也。《本草經》

胡古愚《樹藝篇·草部》卷二《藍》 馬藍，田野人以爲菜茹。《爾雅》云：蒨，馬藍。《草木略》

胡古愚《樹藝篇·草部》卷二《苔幕》 苔幕，二月屋側路旁皆可種，嫩芽可做菜食。以草繩要束。九月間刈取，以石壓匾收之，三月亦可種。《農桑撮要》

胡古愚《樹藝篇·草部》卷四《蘋》 藻有二種皆可食，熟挼去腥氣，米麵糝，蒸爲茹甚佳美，飢年以充食。一種海藻，味苦鹹寒無毒，【略】一名海帶。《食物本草》

胡古愚《樹藝篇·草部》卷四《苹》 《爾雅》曰：苹，蓱。註：水中浮萍。江東謂之藻，其大者蘋。注：《詩》曰：于以采蘋。舍人曰，萍一名蓱，大者多蘋。陸機《詩義疏》云：今水上浮萍是也，其粗大者謂之蘋，小者曰蓱。季春始生，可糝蒸爲茹，又可以苦酒淹以就酒。

胡古愚《樹藝篇·草部》卷四《藻》 聚，藻也，生水底，莖如釵股，葉如蓬蒿。又一種葉似鷄蘇，莖大如筋，長四五尺，皆可糝蒸爲茹。《八閩通志》

《爾雅》曰：蒼牛藻。注：藻葉大，江東呼爲馬藻。疏：蒼一名牛藻，藻之葉大者也。《詩·召南》云：于以采藻。《左傳》云：蘋蘩蕰藻之菜。以此草好聚生，故言蕰藻。蕰，訓聚也。《毛傳》云：藻，聚藻也。陸機云：藻，水草也，生水底，有二種，其一種葉如鷄蘇，莖大如箸，長四五尺。其一種莖大如釵股，葉如蓬蒿，謂之聚藻。此二藻皆可食，煮熟挼去腥氣，米麵糝蒸，爲茹嘉美。楊州飢荒，可以當穀食也。

胡古愚《樹藝篇·草部藥品》卷上《白英》 白英，味甘寒無毒主寒熱八疸消渴補中益氣久服輕身延年一名穀菜，一名白草，生益州山谷，春採葉，夏採莖，秋採花，冬採根。陶隱居云，諸方藥不用此。乃有解音解菜，生水中，人蒸食之，此乃生山谷，當非是。又有白草葉作羹飲，甚療勞，而不用根。華益州乃有苦菜，土人專食之，皆充健無病，疑或是此。唐本注云：此鬼目草也。蔓生，葉似王瓜，小長而五棱，實圓若龍葵，子生青，熟紫黑。煮汁飲解勞，東人謂之白草。陶云：白草似識之而不的辨。今按：陳藏器《本草》云：白英主煩熱、風瘧、丹毒、癰瘡、寒熱、小兒結熱，煮汁飲之。一名鬼目。《爾雅》云：符鬼目。注：似葛葉有毛，子赤如而當。殊若云：子熟黑，誤矣。又按：別本注云：今江東人夏月取其莖葉，煮粥極解熱毒。

胡古愚《樹藝篇·草部藥品》卷下《菓耳實即蒼耳》 蒼耳，《本草》作菜耳，即《詩》所謂卷耳也，一名羊負來。《八閩通志·福州》

卷耳，菜名也，幽冀謂之檀菜，徧下謂之胡菜，江東呼爲常枲。葉青白，色似胡荽，白葉細莖，可煮爲茹，滑而少味。又謂之常思菜，傖人皆食之。又以其葉覆麵作黃衣。崔寔《四民月令》曰：伏後二十日爲麵，至七月七日干之，覆以胡枲。故古人采之。

胡古愚《樹藝篇·木部》卷一《槐》 《圖經》曰：槐實生河南平澤，今處處有之。其木有極高大者。謹按：《爾雅》：槐有數種，葉大而黑者如檪槐，晝合夜開者名守宮槐，兼細而青緑者，但謂之槐，其功用不言有別。四月五月開花，六月七月結實。七月七日採嫩實，擣取汁作煎。

槐，《博物志》云：槐初生曰兔目，或以汁溲麵作湯餅，少陵所謂碧鮮俱照筋是也。《毘陵志》

胡古愚《樹藝篇·果部》卷一《獼猴桃》 獼猴桃，候熱收之，取瓤和蜜煎作煎，去人煩熱，久食亦得令人冷，能止消渴。

胡古愚《樹藝篇·果部》卷二《梅蠟梅》 《爾雅》曰：梅，柟也，時英梅也。郭璞注曰：梅似杏，實醋英梅未聞。《廣志》曰：獨名梅爲蘗，大如鴈子。梅、杏皆可以爲油脯。黃梅以熱藾作之。《詩義疏》云：梅，杏類也，樹及葉皆如杏而黑耳，實赤於杏而酸，亦可生噉也。煑而曝乾爲蘇，置羹臛中，又可含以香口，亦蜜藏而食。

梅子西山多種，其味仍在熱時，青黃餡飣，歷時最久。人家收藏有霜梅翠梅，及堪作醬和羹也。惟消梅實小鬆脆，多液無滓，不宜熟，惟堪生噉。《吳邑志》

梅先春而華，其實亦早，故標有梅爲昏嫁之候。古者以梅實薦饋食之籩，所謂乾槁是也。《蜀志》曰：蜀名梅爲槁，大如雁子，其實既酸，故以爲和。《商書》所謂爾惟鹽梅。《左氏傳》曰：水火醯醢鹽梅，以亨魚肉。《禮記》則獸用梅而

已。《詩義疏》曰：梅暴乾爲腊，羹臛齑中。又可含以香口。梅既爲腊，故又稱乾腊。《山海經》曰：雲山之上，其實乾腊也。《管子》五沃之土，其實乾腊，故又稱桃其李。今江南梅熱之時，輒有細雨，連日不絶，衣物皆裹，謂之梅雨。《爾雅翼》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷三《楊梅》 楊梅爲吴中名品，出光福山銅坑第一，聚塢次之，洞庭所産尤多，惟宜醃以行遠也。其他蜜漬、糟收、火熏、糖浸皆有法，古所傳也。《吴邑志》

東方朔《林邑記》曰：林邑山楊梅，其大如杯椀，青時極酸。既紅，味崖蜜。以醞酒，號梅香酎，非貴人重客不得飲之。《南方草木狀》

《圖經》曰：楊梅亦生江南嶺南，其木若荔枝而葉細陰厚，其實生青熟紅，肉在核上，無皮殼。南人淹藏以爲果，寄至北方甚多，今醫方鮮用。《證類本草》

《會稽志》曰：楊梅品之最佳者，曰官長梅，色紫，實大核小，出項里。越人麥漬以糖或鹽，以按酒。《山陰志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷四《柿》 凡物有相感者，出於自然，非人知慮所及，皆因其舊俗而習知之。今唐鄧間多大柿，其初生澀堅實如石。凡百十柿，以一榠櫨置其中，榅桲亦可。則紅熟爛如泥而可食。土人謂之烘柿者，非用火，乃用此爾。《歸田録》

柿餅出青州，柿以大方名蓋，肖形也。又有名圓蓋柿者，青人取之，製爲餅，漸生霜。《山東通志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷四《柿》 柿其名非一，花柿、卵柿、烏柿、朱柿、石田、永福諸邑爲多。《八閩通志》

八月收柿漆，每柿子一升擣碎，用水半升，釀四五時，榨取漆，令乾漆水，再取亦得，可以供做緻者用度。《農桑撮要》

柿多種，《本草》云：黄柿出近京州郡，紅柿南北通有，朱柿出華山，似紅柿而皮薄，更甘珍。諸柿食之皆善而益人。《衍義》曰：柿有着蓋柿，於蒂下別生一重。有牛心柿、蒸餅柿，皆以形得名。華州有一等朱柿，比諸品中最小，深紅色。有一種塔柿，亦大諸柿。又有椑柿，生江淮南，似柿而青黑。潘岳《閒居賦》云：梁侯烏椑之柿是也。《齊民要術》曰：柿有小者，栽之無小者，取枝於椹而兗反，紅藍棗似柿。棗根上插之，如插梨法。《食經》曰：以灰汁澡柿再三，度乾，令汁絶着器中，經十日可食。本草衍義云生則澀以温水養之需澀去可食又有紅柿器内盛之，待其紅軟，其澀自去，味甘如蜜。《圖經》曰：乾柿，火火乾者謂之。

烏柿出宣州、越州。愚按：作柿乾法：生柿擰其厚皮捻扁，曝日曝乾，内於瓮中。待柿霜俱出，可食，甚涼。其霜收之，甘涼如蜜，可醬口瘡及咽喉熱積。若論柿之性，日乾者温，火乾者熱，生者爾冷，一果不同如此。《本草》稱其善而益人，又何以異哉。《王氏農書》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷五《木瓜》 《爾雅》曰：楙，木瓜。郭璞注曰：實如小瓜，酢可食。《廣志》曰：木瓜子可藏，枝可爲數，號一尺百二十節。衛詩曰：投我以木瓜。毛公曰楙也。《詩議疏》曰：楙葉似柰葉，實如小口瓜，上黄似着粉香。欲啖者截着熱灰中，令蒸蔫。浄洗，以苦酒、豉汁、蜜度之，可案酒食。蜜封藏百日乃食之，甚美。木瓜種子及栽皆得壓枝，亦生栽種與李同。《食經》藏木瓜法，先切去皮，煮令熟，著水中，車輪切。百瓜用三升鹽，蜜一斗，漬之。晝曝，夜内汁中，取令乾。以餘汁蜜藏之，亦同濃杭汁也。《齊民要術》

木瓜本地有之，樹高丈餘，全似海棠梨。春深未發葉，先開巷，顔色與海棠相類。結實如瓜而小，味酢，用作蜜煎佳。木瓜性脆，木李性堅，今人以蜂飴漬之者，取木瓜煎之者，取木李。今木瓜或於熟時，縷紙作華粘之以潘噀，其上得露日之氣乃紅，其文如生云。《埤雅》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷六《橘》 橘有黄橘，皮薄色紅，一種味甘而無子，一種味酸而有子，俗呼剥橘。有金橘一種栽園圃者，實如彈丸，熟黄如金，肉味酸，皮香美可食。一種山中出者，實小如豆，俗呼金豆，皆可蜜煎以寄遠。《郡武府志》

柑有獅子柑、皺柑、沙柑。味佳朱柑形味如橘，銅鈴形似鈴味頗酸橘，味頗酸，優甚廉。金橘似橘而小，味頗酸。柚，實如碗大，皮厚味酸，不堪食、生食。土人多取以爲蜜煎用。《雁山志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷七《橙》 橙子皮味苦辛温，作醬醋香美。散腸胃惡氣消食，去胃中浮風氣。其瓤味酸，去惡心，不可多食，傷肝氣。又以瓤洗去酸汁，細切和鹹蜜煎成煎，食之去胃中浮風。

橘而香，皮厚而皺，八月熱。《證類本草》

可以芼鮮，可以漬蜜，真嘉實也。

橙之芳用在皮，甘之甘在瓤。其木似橘，其葉中細如蜂腰，其實稍早，橙之黄時橘方尚緑，其形圓大，於橘而香，皮厚而皺，乃正黄色，不若甘橘之帶赤也。《本草》云：其皮苦辛，作酢醬香美，蓋獨宜爲和。故張景陽《七命》云：燔以秋

橙，酢以舂梅。《爾雅翼》

橙似橘樹而有刺，葉大而形圓，大於橘。皮甚香厚而皺，其瓤味酸不堪食，以瓤洗去酸汁，細切和蜜醞，煎成煎，食之亦佳。

橙若柚而香，木有刺，可以芼鮮，可以漬蜜。《姑蘇志》

橙皮厚而香，其穰極酸，不可食。《格物論》云：橙橘有刺，大者如杯，色黃皮厚，蹙皺如沸，香氣馥郁，可以作湯。《吳邑志》

【略】

橙大而香者佳，皮可蜜煎。《九江府志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷七《香橼一作香圓》 鉤緣形如瓜，皮似橙而金色，胡人重之。極芬香，肉甚厚，白如蘆菔，女工競雕縷蒼鳥，潰以蜂蜜，點燕檀巧麗妙絶，無與爲比。泰康五年，大秦貢十缶，帝以三缶賜王愷，助其珍味，誇示於石崇。《南方草木狀》

香櫞，橘類，大如杯盂，香氣馥烈，土人取其穰作湯。《松江府志》

裴淵《廣州記》曰：枸櫞樹似橘，實如柚大而倍長，味奇酢，皮以蜜煮爲糝。《異物志》曰：枸櫞似橘，大如飯筥，皮不香，味不美，可以浣治葛苧若酸漿。《齊民要術》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷八《芡》 芡一名鷄頭，一名雁頭。山谷詩云：剖蚌煮鴻頭是也。葉大如荷，皺而有刺，花開嚮日，花下結實，故菱寒而芡煖。其莖蔬之嫩者名爲蔬，人採以爲菜茹。八月採，劈破取子，散着池中自生。鷄頭作粉，食之甚妙。河北沿塘樂居人採之，舂去皮，搗爲粉，蒸糕作餅，可以代糧兮。遂守渤海勸民秋冬益蓄菱芡，蓋謂其能充飢也。《王氏農書》

鷄頭實，今天下皆有之，河北沿塘濼居人採得，舂去皮，搗仁爲粉，蒸潠作餅，可以代糧食。多不益脾胃氣兼難消化。《本草衍義》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《橄欖》 青橄欖無仁，烏橄有仁，外肉取來，杵碎乾放，則自有霜堆起如白鹽，名曰橄欖醬。二種俱野生，當四五月盛時，市人儘力取回，用枝一年，不似吾江南之甚珍貴也。《海槎餘録》

烏欖狀如橄欖而長，黑色，以温湯沃之熟，取其肉柞油乾之，謂之欖柿，或糟或煎，皆有風味，油亦可食。其仁供茶尤妙，一名木威子。緑欖似烏欖而色緑，治如烏欖法，其味尤香。亦有紅色者。以上通出《廣州府志》

橄欖生嶺南閩廣交趾波斯，樹大類圈，實長寸許。八月熟，蜜藏極甜。

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《豆蔻山薑附》

也，生海南，今嶺南皆有之。苗似蘆葉似山姜杜若董根似高良薑蒼作穗嫩葉卷之而生初如蓉穗頭深紅色葉漸展花漸出而色漸淡亦有黃白色者南人多採以當果實，尤貴。其嫩者并穗入鹽同醃治，疊疊作朵，不散落。又以朱槿花同浸，欲其色紅甘。其作實者若龍眼子而鋭，皮無鱗甲，中子若石榴瓣，候熟採之暴乾。根苗微作樟木氣。陳藏器指山薑疑此誤也其山薑花莖葉皆姜也，但根不堪食，足與豆蔻蒼相亂而微小耳。花生葉間，作穗如麥粒，嫩紅色。南人取其未大開者，謂之含胎花，以鹽水淹，藏入甜糟中，經冬如琥珀色，香辛可愛，用爲膾醋，最相宜也。又以鹽殺治暴乾者，煎湯服之，極能除冷氣，止霍亂，消酒食毒甚佳。《證類本草》

白豆蔻樹如絲瓜，蔓衍山谷，春花夏實。《一統志・真臘國》

紅鹽草葉，取生草豆蔻入海汁，鹽漬令色紅，曝乾以薦酒，殊有風致。《桂海虞衡志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《椰子》 椰子如棕櫚，子大如碗，青色厚皮中殼如盂，破之，肉色白，中有漿味甜，謂之椰酒。殼堪爲器。《廣州府志》

《圖經》曰：椰子出安南，今嶺南州郡皆有之。木似栝櫧，無枝條，高數丈，葉在木末如束蒲，實大如瓠，垂於枝間如挂物，實外有麁皮如梭包，次有殼圓而且堅，裏有至白如豬脂，厚半寸許，味亦似胡桃，膚裡有漿四五合如乳，飲之冷而氣醲。人多取殼爲器甚佳。不拘時月，採其根皮用，南人取其肉，糖飴漬之，寄至北中作果，（未）〔味〕甚佳也。

《衍義》曰：椰子開之有汁如乳，極甘香，自別是一種氣味。中又有一塊瓤，形如瓜蔞，上有細龍起，亦白色，但微虛，紋若婦人裙褶，其味亦如其汁。又着殼一重白肉，剖取之，皆可與麫糖煎爲果。汁色如白酒，其味如瓤，然謂之酒者，好事者當日强名之。椰，南海有之，莆地不産。考《本草注》木似栝榔，無枝條，高數丈，葉在木末如束莆，然其實大如瓠匏。實外有皮如椶裹之，皮內有殼甚堅。鋸開殼，內有白肉附殼，厚寸許，可食。中有漿四五合，謂之椰酒，別是一種滋味。中別有一塊肉，味與漿同。

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《丹粘子》 丹黏子，此山果也，一名倒粘子。樹高二三尺，開花淡紅色，細子如乳頭。初熟色赤，其味澀。既熟，色紫，其味乃甘。又名逃軍糧，或曰可以釀酒。《興化府志》

倒粘子狀如軟棗，色紫黑，肉紅而味甘。《廣州府志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《波羅子》 波羅子：生幹上，大如斗，色青，皮多刺。其中子如栗肉甜，堪作密煎，出南海神廟。《廣州府志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《人面子》 人面子，樹似含桃，結子如桃，實無味，其核正如人面，故以爲名。

以蜜漬之，稍可食。以其核可玩於席間釘餖飣客，出南海。《南方草木狀》

人面子，如大梅李，核如人面，兩目鼻口皆具，肉甘，宜蜜煎。《桂海虞衡志》

人面子，核如人面，故名。青色味酸。增城取其仁，薦茶最佳。《廣州府志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《羅望子》 殼長數寸如肥皂，又如乃色正甘，肉有二三實，煨食甘美。《廣州府志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《鸚鵡舌》 即紅鹽草之珍者，實初結即擷取。紅鹽乾之，纔如舌小。《廣州府志》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一〇《穀子》 穀子大如欖而長，味亦初苦而後甘，嫩者以蜜漬，暴乾最宜。

陳大震《大德南海志》卷七《物產・果》 鬼拗子，狀如人指，皮薄色黃，其中有骨可作蜜，煎甚脆。

熊夢祥《析津志輯佚・土産貢》 樹妳子，直北朔漠大山澤中，多以樺皮樹高可七八尺者，剝而作斗柄稍。至次年正二月間，却以銅鐵小管子插入皮中作瘻瘤處，其汁自下，以瓦桶收之，蓋覆埋於土中，經久不壞。其味辛稠可愛，是中居人代酒，仍能飽人。此樹取後多枯瘁。

周宏道《裁纂類要》卷一四九《鬼目》

鬼目，亦名凡目。《爾雅》曰：符鬼目。郭景純曰：今江東有鬼目草，莖似葛，葉圓如毛，子如耳璫，赤色叢生。

《廣志》曰：鬼目似梅，南人以飲酒。

《南方草木狀》曰：鬼目樹大者如木子，小者如鴨子，二月花色仍連着實。七月八月熟，其色黃，其味酸，以蜜煮之，滋味柔嘉。交阯、武平、興古、九真有之。

裴淵《廣州記》曰：鬼目益智，直爾不敢噉，可爲漿也。

《交州記》曰：鬼目樹似棠梨，葉似楮皮白。樹高大，如木瓜而小邪，傾不周正。味酸。九月熟。又有草眯子，亦如之，亦可爲糝。周其草似鬼目。

盛如梓《庶廣老學叢談》卷下 楊城之西有園，西域人種植，每歲以無花果名醃桃諸、梅諸，諸即菹也。又曰：濫即乾撩也。

故蜀別院在城都西南十五里，多梅，有兩大樹，夭矯如龍，人謂梅龍。苡薏，人取其實爲炊，米飯香美，唐安所出尤奇。

賈銘《飲食須知》卷四《果類》 梅子味酸性平，多食損齒，傷筋，蝕脾胃，令人腸上痰熱，服黃精人忌之。不可與豬羊肉、麋、鹿、麈肉同食。食梅齒齾者，嚼胡桃肉解之。梅子同韶粉食，不酸不輭牙。烏梅性温，忌豬肉。白梅與烏梅同功。暗香湯，取半開梅花溶蠟封花口，投蜜罐中。每取一二朵，同蜜一匙，點滾水服。

賈銘《飲食須知》卷四《果類》 荔枝味甘性熱，多食發熱，煩渴口乾衄血，鮮者尤甚。【略】故采荔枝者必曰中衆采，一曰色變，二曰味變，三曰色味俱變。若麝香觸之花實盡落也。以針刺荔殼數孔，蜜水浸瓷盌內，隔湯蒸透，肉滿甘美。

龍眼味甘性平，生者用沸湯瀹過，食不動脾。

橄欖味澹甘性温，多食令氣上壅。過白露摘食不病瘧。食橄欖去兩頭，其

麥俗呼羊蹄根，杵面。黃臘子、紫蘇子作油。仁杏子杵米。喬麥花葉乾者杵舂爲末，作

餅食之。海藻庚子年京都人鑿冰而取之，煮以充饑，救人數萬計。

性熱也。得鹽不苦澁，同栗子食甚香。用錫盒收藏，以紙封固置淨地上，至五六月不壞。橄欖樹高難採，將熟時，以木釘釘之，或納鹽少許於根皮內，其實一夕自落。其枝節間有脂膏如桃膠，采取和皮葉煎汁，熬如黑餳，謂之欖糖，用粘船隙，牢如膠漆，著水益乾。

賈銘《飲食須知》卷四《果類》 甘露子味甘性平，即草石蠶。不宜生食，多食令生寸白蟲。與諸魚同食，令人吐。或以蘿蔔鹵及鹽菹水收之則不黑。亦可醬漬蜜藏。

解縉等《永樂大典》卷二三三九《梧州府三》 蜜煎，《元大一統志》：郡人工於煎煉，如川芎、縮砂、橄欖、薑、豆蔻、蒼术、荔枝、木瓜，皆入蜜煎。

解縉等《永樂大典》卷一一九〇七《廣州府三》 頻婆子，大如肥皂核，煨熟去皮，味如栗。本韶州月華寺種，舊傳三藏法師在西域携至，如今多有之。頻一名曰蕫，凡有數種，惟春末最多，八月雖有而不時。其小者可食，山人醃之，而城居不多得也。樵童得者，負以筠籠，多售於楓橋，市郭人爭買之，與珍異等，以其非植而有故也。

陶珽《説郛續》卷二六楊循吉《居山雜志·飲食第七》 松至三月華，以杖扣其枝，則紛紛墜落。張衣被盛之，囊負而歸，調以蜜作餅遺人，曰松華餅，市無鬻者。

陸容《菽園雜記》卷一 各鎮戍鎮守內官，競以所在土物進奉，謂之孝順。陝西有木實名楹楲，肉色似桃，而上下平正如柿，其氣甚香，其味酸澀，以蜜制之，歲爲進貢，然終非佳味也。

陸容《菽園雜記》卷一四 種柏必須接，否則不結子，結亦不多。冬月取柏子春於水碓，侯柏肉皆脱，然後篩出核，煎而爲蠟。其核磨碎入甑蒸軟，壓取清油可燃燈，或和蠟澆燭，或雜桐油製傘，但不可食，食則令人吐瀉。其查名油餅，壅田甚肥。

陸容《菽園雜記》卷一四 香蕈惟深山至陰之處有之。其法，用乾心木橄欖木名曰蕈楻，先就深山下斫倒仆地，用斧班駁剗木皮上，侯淹濕。經二年，始間出。至第三年，蕈乃徧出。每經立春後，地氣發洩，雷雨震動，則交出木上。始採取，以竹篾穿挂焙乾。至秋冬之交再用工徧木敲擊其蕈間出名曰驚蕈惟經雨則出多所製亦如春法但不若春蕈之厚耳大率厚而小者香味俱勝。又有一種適當清明節日處間出小蕈，就木上自乾，名曰日蕈。此蕈尤佳，但不可多得。今春蕈用日曬乾，同謂之日蕈，香味亦佳。

馬歡《瀛涯勝覽·古里國》 富家多種椰子樹，或一千、二千、三千株爲産

又《仙方》云：修長生者保命，莫切于稀薟草。五月五日，七月七日，九月九日採。

《聖惠方》曰：甘菊花曬乾，三升八糯米一斗蒸熟，菊花搜拌如常造酒法，多用細麪麴。候酒熟，飲一小杯，治頭風旋運等疾。

《雲笈七籤》曰：是月採白术蒸曝九次，曬乾爲末，日服三次不飢，延年益壽。

瞿佑《四時宜忌·九月事宜》 《五行書》曰：是月一日食餅，令人無病。是月宜進。取大棗去皮核，於文武火上翻覆焙香，然後泡作湯服。

陶珽《説郛續》卷二六楊循吉《居山雜志·飲食第七》 山中雨後多生菌，其一名曰蕈，凡有數種，惟春末最多，八月雖有而不時。其小者可食，山人醃之，而城居不多得也。樵童得者，負以筠籠，多售於楓橋，市郭人爭買之，與珍異等，以其非植而有故也。

陶珽《説郛續》卷二六楊循吉《居山雜志·飲食第七》 松至三月華，以杖扣其枝，則紛紛墜落。張衣被盛之，囊負而歸，調以蜜作餅遺人，曰松華餅，市無鬻者。

陸容《菽園雜記》卷一 各鎮戍鎮守內官，競以所在土物進奉，謂之孝順。陝西有木實名楹楲，肉色似桃，而上下平正如柿，其氣甚香，其味酸澀，以蜜制之，歲爲進貢，然終非佳味也。

陸容《菽園雜記》卷一四 種柏必須接，否則不結子，結亦不多。冬月取柏子春於水碓，侯柏肉皆脱，然後篩出核，煎而爲蠟。其核磨碎入甑蒸軟，壓取清油可燃燈，或和蠟澆燭，或雜桐油製傘，但不可食，食則令人吐瀉。其查名油餅，壅田甚肥。

陸容《菽園雜記》卷一四 香蕈惟深山至陰之處有之。其法，用乾心木橄欖木名曰蕈楻，先就深山下斫倒仆地，用斧班駁剗木皮上，侯淹濕。經二年，始間出。至第三年，蕈乃徧出。每經立春後，地氣發洩，雷雨震動，則交出木上。始採取，以竹篾穿挂焙乾。至秋冬之交再用工徧木敲擊其蕈間出名曰驚蕈惟經雨則出多所製亦如春法但不若春蕈之厚耳大率厚而小者香味俱勝。又有一種適當清明節日處間出小蕈，就木上自乾，名曰日蕈。此蕈尤佳，但不可多得。今春蕈用日曬乾，同謂之日蕈，香味亦佳。

馬歡《瀛涯勝覽·古里國》 富家多種椰子樹，或一千、二千、三千株爲産

業。其椰子有十般使用，嫩者有漿，甚甜好喫，可釀酒。老者椰肉打油，做糖、做飯吃外，色之穠，打索造船。椰殼爲碗爲杯，又好燒灰打箱，金銀細巧生活。樹好造屋，葉好蓋屋。

董越《朝鮮賦》 至若異産，川陸分腹，蘭皋則有筆管酸漿，筆管食苗味滑而甘，未識其葉，或云即黃精苗。酸漿葉尖莖或青或紅，味甘酸。紫荇白蒿，王都及開城人家小池皆植荇。水蓼之芽，當歸之苗，松膚之餌，山參之膏，松樹去粗皮，取其中之白而嫩者，和秔米搗之爲糕。山參非入藥者，其長如指狀如蘿蔔，亦取和秔米搗之，煎爲餅餌。又三月三日，取嫩艾葉，雜秔米粉蒸，謂之艾糕。其秔米白色而味香。

劉文泰等《本草品匯精要　續集》卷九《附録諸果》 樫子李時珍曰：徐表南州記云出九真交趾，樹生子如桃，實長寸餘，二月開花連着子，五月熟，色黃，鹽藏，食之味酸似梅。

劉文泰等《本草品匯精要續集》卷九《附録諸果》 夫編子李時珍曰：《南州記》云，樹生交趾山谷，三月開花仍連着子，五六月熟，入雞魚豬鴨羹中，味美，亦可鹽藏。

劉文泰等《本草品匯精要續集》卷九《附録諸果》 人面子李時珍曰：《草木狀》云，出南海，樹似含桃，子如桃實，無味，以蜜漬可食，其核正如人面可玩。祝穆《方輿勝覽》記云，出廣中，大如梅李，春花夏實，秋熟，蜜煎甘酸可食。其核兩邊似人面，口目鼻皆具。

張昇《瀛涯勝覽集・蘇門答剌》 依山則種椒，國蔓生如中國甜菜狀，花黃子白，其實初青，老則紅，半老則采之曝乾，每百斤直白金一兩。有芭蕉子、甘蔗、吉柿、波羅蜜。有臭葉曰睹爾烏，如中國雞頭菱狀，長八九寸有刺，熱則開瓣，五六，臭如腐，肉酥白十五片，甚甘，有子可炒食。

張昇《瀛涯勝覽集・滿剌加》 有塲山曰樹沙姑，其皮如葛，搗濾成粉，可作飯。渚生水草曰茭葦，長如刀狀，韌堅，其子類荔枝，大若雞子，以釀酒曰茭葦酒，亦醉人。

張昇《瀛涯勝覽集・古俚》 厥産胡椒，亦以圃種，十月熟。富家則多植椰子樹，千株至二三千者有之。嫩者有漿可釀酒，老者可作油糖或飯。

田藝蘅《留青日札》卷二一三《橡》 栩實本作樣，从木粟聲，今作橡。《小爾雅》柞實。《廣韻》樂實。通作象。《周禮》掌染注：象斗之屬，染黑，所謂皁物也。因謂黑色曰皁，又可染淡黃色，爲書殼紙，故稱桌殼色。俗名黃桌。屹斗摯虞入南山饑，拾橡實食。杜甫客秦州，采橡桌自給，故曰：饑食楢溪橡。梅聖俞亦云：野糧收橡子。《狟公賦》苧注：苧，橡子。故子美又云：天寒橡樸隨狟公。然食之令人禿髮。山僧制之成粉，亦可食。

田藝蘅《留青日札》卷三四《波羅蜜》 波羅蜜出波羅国，其形如東瓜，其味如蜜。見《一統志》。又出廣州，大如冬瓜，皮有軟刺，五六月熟，味甜，其香滿室。核可煑食，能飽人，一名曩伽結。

田藝蘅《留青日札》卷三二《練實》 竹實色白故名曰練實。神農云：通神明，輕身益氣。陶隱居云：竹實出藍田，江東有花無實。頃來班班有實，狀如小麥，堪可爲飯。嘉靖二十年，昌化徧山竹皆成穗實。春碎若米，而紫黑色，炊之可食，古人以爲荒年之兆。余園中竹亦結實，剥開甚清香，其竹即枯死，恐非鸞鳳之所食也。後見予陽山所生竹實，大如雞子，竹葉層層包裹，味甘勝蜜，食之令人心膈清涼。生山林深茂處，日久汁枯乾而味尚存。此鸞鳳之所嗜也。《字書》迺于棟木下云鵷雛食其實。又云通作練。引《莊子》非練實不食。何也。《風俗通》解豕食棟。

王濟《君子堂日詢手鏡》 有菌甚鮮美，作羹，其味未有逾於此者。雷過則生，須疾採，稍遲非腐則老，故呼爲雷菌。亦有曝乾作腊雖佳，不如鮮烹者遠甚。予謂即滇南之雞棕燕窠之屬，但此物不多産耳。

徐獻忠《吴興掌故集》卷一三《物産類》 安吉之梅谿以梅得名，而烏梅特爲名産，他方所製取自殘落，安吉特摘完好者爲之，其得名非徒然也。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二四《委巷叢談》 椶櫚樹，以絲自裹，剥之可爲雨衣及捆束之用，有子生膚毳中，蓋花之方孕者，名爲椶筍，蜜煮醋浸，可致千里，蜀人以此饌佛。蘇子瞻以椶筍饋仲殊詩云：「贈君木魚三百尾，中有鵝黃子魚子。夜叉割瘦欲分甘，擘龍藏頭敢言美。願隨蔬果得自用，勿使山林空老死。問君何事食木魚，烹不能鳴固其理。」

黃省曾《西洋朝貢典録》卷上《占城國第一》 其國在廣州之南，可二千里。【略】其常食曰檳榔，裹以蓬葉，包以蠣灰，食不絶口。【略】

黃省曾《西洋朝貢典録》卷上《滿剌加國第五》 其地在占城南，可二千里。【略】有樹焉，其皮如葛根，搗之，澄以爲粉，丸如緑豆，日乾以鬻，其名曰沙菰米，可以作飯。有草焉，其狀如茅，其厚如笋皮，子如荔枝，其名曰茭蓴，葉子可釀酒。

陸楫《古今説海》卷九《説選九・溪蠻叢笑》 溫椰。牛椰木多漿，猫猶蔵饑闕食，則先以火窖地，握根置窖中，壓以石，又用火溫熟，溫，漬盒也。搗作餅餌，名

溫椰。

陸楫《古今説海》卷一一《説選一一・桂海虞衡志・志果》 龍荔，殼如小荔枝，肉味如龍眼，木身，葉亦似二果，故名，可蒸食，不可生啖，令人發癇。或見鬼物，三月開小白花，與荔枝同時。

羅望子，殼長數寸，如肥皂，又如刀豆，色正丹，内有二三實，煨食甘美。

人面子，如大梅李，核如人面，兩目鼻口皆具，肉甘酸，宜蜜煎。

椰子，木身，葉悉類椶櫚、桄榔之屬，子生葉間，一穗數枚，枚大如五升器。果之大者，謂惟此與波羅蜜等耳。皮中子殼可爲器，子中瓤白如玉，味美如牛乳。瓤中酒，新者極清芳，久則渾濁不堪飲。

蕉子，芭蕉極大者，凌冬不凋。中抽榦長數尺，節節有花，花褭，葉根有實，去皮取肉，軟爛如緑柿，極甘冷，四季實。土人或以飼小兒，云性涼去客熱。以梅汁漬暴乾，按令扁，味甘酸，有微霜，世所謂芭蕉乾者是也，又名牛子蕉。鷄蕉，子小如牛蕉，亦四季實。

芽蕉子，小如鷄蕉尤香嫩甘美秋初實。

陸楫《古今説海》卷一三《説選一三・北户録・桄榔炙》 桄榔莖葉與波斯棗、古散、古散堪爲拄杖椰子、檳榔小異，其木如莎樹皮，穰木皮出麪可食。《洛陽伽藍記》云：昭儀寺有酒樹麪木，得非桄榔乎。其心爲炙，滋腴極美。

陸楫《古今説海》卷一三・北户録・紅梅》 嶺南之梅，小於江左，人采之，雜以朱槿花，和鹽曝之。梅爲槿花所染，其色可愛。又有選大梅刻鏤瓶罐結帶之類，取棹汁漬之，棹木葉汁。亦甚甘脆。

陸楫《古今説海》卷一四・西使記》 【略】西南行二十里，有關曰特穆爾錫濟木，守關者皆漢民。關徑崎嶇似棧道，出關至阿爾穆爾城，市井皆流水交貫，有諸果，唯瓜蒲萄石榴最佳。回紇與漢民雜居，其俗漸染，頗似中國。又南有楚瑪爾城，居民多并汾人，有獸似虎，毛厚金色無文，善傷人。有蟲如蛛，毒中人則煩渴，飲水立死。惟過醉蒲萄酒，吐則解有嗜酒。【略】

田汝成《熙朝樂事》 立夏之日，人家各烹新茶，配以諸色細菓，餽送親戚，比鄰，謂之七家茶。富室競侈果，皆雕刻飾以金箔而香蕩，名曰若茉莉、林檎、薔薇、桂蕊、丁檀、蘇杏，盛以哥汝瓷甌，僅供一啜而已。

食品烹飪總部・花草果木部・綜述

楊慎《丹鉛餘録・續録》卷六《東風草》 燕泉云：椰之桂陽，産風葉充茗，飲能愈頭風，亦可浸酒，性微熱。前人志記不載。《范石湖集》：蠻茶出脩江，治頭風。風葉豈蠻茶之謂耶。慎案：左思《吴都賦》云：東風扶留。注東風，草名。《玉篇》作策風，即此也。椰桂在三國屬吴，爲此物無疑。又案《齊民要術》引《廣州記》云：東風華葉似苔，莖紫，宜肥肉作羹，味如酪香，氣似馬蘭，則廣州亦有之。

楊慎《丹鉛餘録・總録》卷四《五加皮》 五加皮蜀中名白刺頭。陶隱居云：釀酒主益人，道家用此作灰，亦以煮石，與地榆並無别法。東華真人《煮石經》曰：舜常登蒼梧之山，曰厥金玉之香草，朕用假息正道，此五加也。又異名曰金鹽。王屋山人王常曰：何以得長久，何不食石蓄金鹽母。又曰：寧得一把五加，不用金玉滿車。譙周《巴蜀異物志・文章草贊》曰：文章草即五加皮也。以金買草，不言其貴。文章草即五加皮也。

桑喬《廬山紀事》卷一 《零陵總記》：楊桐葉、細冬青、寒食時，其葉染飯青而有光，食之資陽氣。《圖經》南燭一名牛筋草，高三五尺，葉類苦楝而小，凌冬不凋，冬生紅子作穗。取莖葉汁漬米，九蒸九曝之。日服一合不饑，益顔色，殺三蟲。取汁炊飯，名烏飯，即青精飯也。

顧岕《海槎餘録》 青橄欖無仁，烏橄欖有仁，外肉取素杵梓乳放，則自有霜堆起如白鹽，名曰欖醬。二種俱野生，當四五月盛時，市人儘力取回用支一年，不似吴江南之甚珎貴也。

顧岕《海槎餘録》 土菓曰陽桃，大如拳，緑色明潤，五稜並起劍脊中。核如花紅子，味帶酸，宜於酒後咀嚼之。俗多用晒乾，作添案菓用。

顧岕《海槎餘録》 荔枝凡幾種，産于瓊山徐聞者有曰進奉子。核小而肉厚，味甚嘉。土人摘食，必以淡鹽湯浸一宿，則脂不粘手。野生及他種味帶酸。且核大而肉薄，稍不及也。

陶珽《説郛續》卷二五顧岕《海槎餘録》 青橄欖無仁，烏橄欖有仁，外肉取來杵碎乾放，則自有霜堆起如白鹽，名曰欖醬。二種俱野生，當四五月盛時，市人儘力取回，用支一年，不似吾江南之甚珍貴也。

陶珽《説郛續》卷二五顧岕《海槎餘録》 土菓曰陽桃，大如拳，緑色明潤，五稜並起，劍脊中核如花紅子，味帶酸，宜於酒後咀嚼之。俗多用晒乾，作添案菓用。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二

枇杷樹

無論國，隋時聞焉，在扶南西二千餘里，其國大道左右夾種枇杷樹，及諸華果。行其下常有玄陰，十里一亭，亭皆有井，食麥飯，飲蒲桃酒如膠。若飲，即以水和之，味甚甘美。枇杷葉一名無憂扇。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二

鳳尾蕉

成都府江瀆廟前有樹六株，世傳自漢唐以來即有之。其樹高可五六十丈，圍約三四尋，挺直如矢，無他柯幹。頂上纔生枝葉，若樓櫚狀。皮如龍鱗，葉如鳳尾，實如棗而加大。每歲仲冬，有司具牲饌祭畢，然後採摘，金鼓儀衛迎入公廨。差點醫工，以刀逐箇劗去青皮，石灰湯焯過，入熬熟冷，蜜浸五七日，漉起控乾，再換熟蜜。如此三四次，却入瓶缶，封貯進獻。不如此脩製，則生澀不可食。泉州萬年棗三株，識者謂即四川金果也，番中名爲苦魯麻棗，蓋鳳尾蕉也。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二

木蜜

崔豹《古今注》云：木蜜生南方，合體甜軟可噉，味如蜜，老枝煎取倍甜，止渴也。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》

楸子

其色赤，味甘而酸，居人取其汁熬爲果單。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二

餘甘

餘甘惟泉州有之，乃深山窮谷自生之物，非人家所種。其樹稍高，其子梭形，又如梅實，兩頭銳有刺，始嚼味酸澀，飲水乃甘。九月採，比之橄欖酷相似，以蜜藏之亦佳。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二

橄欖

橄欖生嶺南，今閩廣諸郡皆有之。木似木槵而高，且端直可愛。二月有花生，至八月乃熟。其子先生者向下，後生者漸高。味苦酸而澀，食久味方回甘。昔人名爲諫果，南人尤重之。人誤食鯸鮐肝至迷悶者，飲其汁立差。山野中生者，子繁而木峻不可梯緣，但刻其根下方寸許，內鹽於中，一夕子皆落，木亦無損。二云以鹽擦木身，則其實自落，故東坡有紛紛紅紫落青鹽之句。今取銀杏，以竹篾箍其本，擊篾自落殆不可曉。其枝節間有脂膏如桃膠，南人採得，并其皮葉煎之如黑餳，謂之欖糖。用膠船著水益乾，牢於膠漆。以其木作楫，撥着魚皆浮出。物之相畏有如此者。邕州又有一種波斯橄欖，與此無異。但其核作三瓣，可蜜漬食之。味諫軒在府治北，宋岳珂《桯史》云，戎州有蔡次律者，家于近郭，黃庭堅嘗過之，延飲小軒。檻外植餘甘子數株，因乞名題曰味諫軒。後王子予以橄欖遺之，庭堅詩云：方懷味諫堂中果，忽見金盤橄欖來。想共餘甘有瓜葛，苦中真味晚方回。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二

櫰木

櫰木樹皮中有如白米屑者，乾擣之，以水淋之，可作餅似麵。交趾虛亭有之。

桄榔樹

古南海縣有桄榔樹，峰頭生葉，有麵，大者出麵乃至百斛，以牛乳噉之甚美。

藥木

藥木謹按蜀託云生南中八郡，樹高數十餘丈，潤四五圍，葉似飛鳥翼，皮中亦有麵，彼人作餅食之。《廣志》云：作飯餌之輕滑美好，白勝桄榔麵，味平温無毒，主補虛冷消食。彼人呼爲莎麵也。

石都念子

石都念子味酸，生嶺南，樹高丈餘，葉如白楊，花如蜀葵正赤，子如小棗。蜜漬爲粉，甘美益人。隋朝植於西苑也。

波羅蜜樹

類冬青而黑，潤倍之，榦至斗大方結實，多者十數，少者五六顆，皆生于根榦之上，狀似冬瓜，外結厚皮若栗，蓬多棘刺。方熟時，可重五六觔。去外殼，內肉層疊如橘囊，以其甘如蜜故云。君子堂日詢手鏡

九層皮

有名九層皮者，脫至九層方見肉熟而食之。其味類栗。見于鏡

訶梨勒

《圖經》曰：訶梨勒生交愛州，今嶺南皆有，而廣州最盛。株似木椀，花白，

子似梔子，青黃色，皮肉相著。七月八月，實熟時採，六路者佳。《嶺南異物志》云：廣州法性寺佛殿前有四五十株，子極小而味不澀。皆是六路每歲州貢，只以此寺者。寺有古井，木根蘸水，水味不鹹。每子熟時，有佳客至，則院僧煎湯以延之。其法用新摘訶子五枚，甘草一寸，皆碎破，汲木下井水同煎，色若新茶。今其寺謂之乾明。舊木猶有六七株，古井亦在。南海風俗尚貴此湯，然煎之不必盡如昔時之法也。

雲桑

生密縣山野中。其樹枝葉皆類桑，但其葉如雲頭花，又似木藥，樹葉微澗，開細青黃花，其葉味微苦。救饑，採嫩葉煠熟，換水浸淘去苦味，油鹽調食或蒸晒作茶尤佳。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二

林檎

林檎一名來檎，似柰而小。洪玉父曰：以味甘，來衆禽也。觀王羲之《不見來禽青李之帖》，豈非古人之所重哉。

句曲山房熟水法：削沉香釘數箇，插入林檎中，置餅內，沃以沸湯，密封餅口，久之乃飲，其妙莫甚。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二 梨，《本草》名快果。【略】西路產梨處，用刀去皮，切作瓣子，以火培乾，謂之梨花，嘗充貢獻，實爲佳果。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二 羅望子，殼長數寸如肥皂，又如刀豆，色正丹，內有二三實，煨食甘美。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二

洗粧酒

《唐餘録》曰：洛陽梨花時，人多携酒其下，曰爲梨花洗粧。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷二 鸚鵡舌，即紅鹽草果之珍者，實始結即頻取，紅鹽乾之，纔如小舌。豫章有之。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷三《桐》 《圖經》曰：桐生桐柏山谷，今處處有之。其類有四種。舊注云：青桐枝葉俱青而無子。梧桐皮白葉青而有子，子肥美可食。白桐有華與子，其花二月舒黃紫色。一名椅桐，又名黃桐，則藥中所用葉葉者是也。崗桐似白桐，惟無子，即是作琴瑟者。陸機草木疏云白桐宜爲琴瑟雲南牂牁人續以爲布似毛布廣志尤詳是作琴瑟宜崗桐白桐二種也。又曰梓實桐皮曰椅今人云梧桐也爾雅謂之襯又謂之榮是白桐梧桐二種俱椅名也。或曰梧桐以知日月正閏。生十二葉。一邊有六葉。從下數一葉爲一月。至上十二葉。有閏十三葉。小餘者視之。則知閏何月也。故曰梧桐不生。則九州異。或云今南人作油者，乃崗桐也，此桐亦有子顆大如梧子耳。江南有赬桐，秋開紅花無實。有紫桐，花如百合，實堪糖煑以噉。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷三《槐》 《春秋説》曰：槐木者，虛星之精。《爾雅》云：槐有數種，葉大而黑者名櫰公回切，其葉可薦茶，其花可染色，其根又可作神燭。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷三《椿樹芽》 《本草》有椿木樗木，舊不載所出州土，今處處有之。二木形幹大抵相類，椿木實而葉香可噉，樗木疏而氣臭，膳夫煞去其氣亦可噉。北人呼樗爲山椿，江東人呼爲虎目，葉脱處有痕如樗蒲子，又如眼目，故得此名。夏中生莢，樗之有花者無莢，有莢者無花。莢當生臭樗上，未見椿上有莢者。然世俗不辨椿樗之異，故俗名爲椿莢，其實樗莢耳。其無花不實，木大端直爲椿，有花而莢，木小幹多，迂矮者爲樗。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五

蔓葉藤

葉似葛蔓附于樹，可爲醬，即漢書所謂蒟醬也。實似桑椹，皮黑肉白味辛，合檳榔食之，禦瘴厲。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷五

蒲桃

蒲桃出於大宛，張騫所致，有黃、白、黑三種。磨鄰老勃薩。歲獻貴人蒲桃，大者如雞卵。西域勃律地寒，蒲桃若榴。杰公曰：蒲桃洿林者，皮薄味美。無半者，皮厚味苦。河東蒲桃有極大者，惟土人得啖之。其至京師者百二，子紫粉頭而已。孟詵云：蒲桃不問土地，但收之釀酒，皆得美好。西域有蒲桃酒，積年不敗，彼俗云可十年，飲之醉彌月乃解。所食逾少心開逾益。所食愈多心逾塞年逾損焉。

愼懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷六 孟蜀時，李昊每將花遺朋友，以興平酥同贈，曰俟花彫謝，以牛酥煎食之。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷一〇

人面子

《南方草木狀》人面子樹似含，結子如桃實，無味，其核正如人面，故以爲名。以蜜漬之，稍可食，以其核可玩於席間，飣餖縟客。出南海。見《廣州志》

宜母子

舊志一名梨橡子，狀如甜橘，味酸。元大德三年，泉州路煎糖官呈，用里木子作水，煎造舍里別，蒙古語爲渴水也。凡木果之汁，皆可爲之，獨里木子香酸經久不變。里木子即宜母子，元於番禺城東蓮塘、南海城西荔枝灣置御果園，栽種里木樹大小八百株。大德七年，罷貢園，今爲民居。見《廣州志》

五斂子

《南方草木狀》五斂子大如木瓜，黃色，皮肉脆軟，味極酸，上有五稜如刻出，南人呼稜爲斂，故以爲名。以蜜漬之，甘酢而美，出南海。見《廣州志》

頻婆子

頻婆子實紅色，大如肥皂核，如栗，煨熟味與栗無異。本韶州月華寺種，舊傳三藏法師在西域携至，在在有之。頻一作賓，梵語謂之叢林，以其葉盛成叢故也。

慎懋官《華夷花木鳥獸珍玩考》卷一一

萬年棗忽魯謨斯國

萬年棗亦有三五樣，一樣番築沙布，每個姆指大，核小自結，其霜如沙糖，或甜難喫。一等挼授爛成二三十觔大塊，如柿餅軟棗之味。一等乾者如南棗樣畧大，味頗可，彼人將喂牲口。

酸子唵魯國

酸子番名掩枝，大如沙梨樣，頗長，綠皮，其氣香例。欲食擘去其皮，也扶切外皮，取內食之，酸甘甚美，核如雞彈大。

朱孟震《游宦餘談・白襄荷》《楊用脩全集・草木部中》白襄荷，云物色不得。山人柳應芳、陳甫南，通州人。云此種敝土極多，枝葉酷似薑，種宜陰，旁生小根，透出土中，政白色，狀如冬筍，又如未舒荷，瓣瓣相疊，上間出紫白花，不作實，故取名荷。味亦微似薑，不甚辛，七八月，園丁取以市馬，淹鹽醬香味噉人，風韻遒上，殆蔬中之快品。鄉人嘲顏厚者曰：襄荷臉。謂其多面皮也，以用脩之。《博雅》乃不識此種，格物之難信矣。

黃一正《事物紺珠》卷一四《食部・果食品類》

蜜煎。瓜果製。糖煎。瓜果製。紅鹽草果。鹽去聲。取生草豆蔻入梅汁鹽漬，令色紅，暴乾。紅鹽荔枝。以鹽梅汁浸佛桑花，入荔枝。鸚哥舌。草豆蔻初結，取紅鹽乾之，纔如小舌。九天材料。以假蜂蔗、川糖、白鹽、藥物煎釀。暴作。橙糕，橙丁，橙餅。全體糖漬熏作。橙脯。柑丁。香圓丁。李乾。桃乾。梨乾。梨膏。棗脯。雕梅。刀刻玲瓏百巧花樣，偷去其核蜜漬不損。霜梅，烏梅。桂梅。桂花梅糖漬。桂餅。蔆。音老。梅乾。杏炙。胡桃炙。松花餅。柰油。搗柰，和以塗繒上，燥而發之。果單。赤柰搥作，亦曰柰脯。爽團。金杏新水浸沒，以生薑、甘草、丁香、椒縮、砂白、豆蔻、鹽花、沉檀、龍麝，各取末攪勻，晒乾，候水盡未透，更以香藥糝之，可解醒。瓊珠。荔枝圓眼肉煮以清泉。玉延。熟炊山藥，片切，漬以生蜜。冷金丹。蜜浸來禽。蜜浸果。櫻桃、楊梅、烏梅、金豆、金橘之類。糖漬木瓜。桃諸。藏桃給冬用。桃溫。水漬藏之。桄榔麪。桄榔中麪。桄榔炙。桄榔木心爲之，茲腰極美。藕粉。芡粉。菱粉。蓮粉。榆白粉。雕胡米。又云菰米。沙孤米。出滿剌國。山野有沙孤樹，取其皮搗碎，浸澄，濾取粉，作丸如綠豆大，晒乾，煮食。雲英麪。用蓮藕、芡芋、荸薺、茨菇、百合、淨肉，爛蒸，風晾少時，曰中搗細，入糖蜜，再搗，作團，隨意切食。蔗漿取蔗汁爲飲，可解醒。功德漿。蔗液。七寶餡。衆果作。

黃一正《事物紺珠》卷三二《木部・挺蔓木類》

草木聳生曰挺，綿延生曰蔓。桄榔。似棕而堅，有節似竹，高數丈，木可代鐵。皮中麪可食，心可作炙。昆布。如棕葉，緑可食。木葵。可作扇。酒樹。類棕，高五六丈實大如掌。以罐懸實下，劃實，汁流罐爲酒。亦可熬白糖。扶芳。出吳中。蔓生他樹，葉員白，冬不凋。夏葉炙飲香美。

黃一正《事物紺珠》卷三二《木部・食用木類》

茶。葉似梔子，花似白薔薇，實如栟櫚，蒂似丁香，根似胡桃。又名荼，音設。名舜。音喘自一尺、二尺至十數尺。巴峽有合把者。野者上，園者次。陽崖陰林紫者上，緑者次。笋者上，牙者次。葉卷者上，舒者坎。陰山地谷者劣。皐蘆。葉似茶而大味苦澀。茶油。類茶而高大，枝幹槎枒，冬花春實，榨實爲油。吳茱萸。一名藙，高丈餘，皮青緑，葉似椿而濶厚，紫色花，紅紫實似椒。食茱萸。高可百丈實大於吳茱萸，久則色黃。胡椒樹如蒲萄，正月花，四月實，兩兩相對葉。晨開暮合，合則裹其子。味至辛。出摩伽國，呼爲昧履反。蜀椒川椒，名蘑蕍。叢生，高四五尺，葉堅而滑。無花而莢，實如小豆，赤色。內合黑子，辛香。

黃一正《事物紺珠》卷三四《果部・草果類》

鸚哥舌，即紅鹽草實。始結，即以紅鹽乾之，果之珍者。

黃一正《事物紺珠》卷三四《果部・草果類》

甘蕷，音除，根葉如芋，實黍。去其紫皮，肉肥白。南人蒸以當穀。

穆希文《説原》卷一二《原草木説》 橘小者如彈丸，黄金色者曰金橘。又有柑皮薄而味珍，脉不粘，瓣食不留滓，其核甚少。又有橙，木有刺香氣馥馥，可以熏，可以蜜浸，真佳實也。人以緑豆藏之，則經久不變，蓋橘性熱而豆性涼也。

穆希文《説原》卷一二《原草木説》 木槿花朝開暮落，一名舜華。仲夏應陰而榮，月令取以爲候，煑以代茗，可治風疾。然茗令人不睡，木槿令人易睡。

菱即芰也，花開背日。菱寒而芡暖也。荷花晝舒夜斂，歐花晝合夜開，陰陽之異也。芡葉似荷而大，莖與苞皆有芒刺。結實在根子三四十顆，白如米，人煑食之，可充飽焉。

汪砢玉《古今雜略補》卷一《生息》 《玉篇·唐韵》：鹹杭子，木名，出豫章，煎汁藏果及卵不壞。

王世懋《學圃雜疏·蔬疏》 百草中可食者最多，薺菜、枸杞苗、五加芽，草中之美味，菊苗亦佳，太抵摘野蔬入饌，尤覺趣耳。

王世懋《學圃雜疏·瓜疏》 甜瓜以香而小者爲第一，作黄緑二色，豈即邵平所種五色子母瓜耶。今涼州塞外作乾條遺遠人，味極甘，當是此種。若南瓜雖有奇狀殊色，僅堪煑食，酷無意味，而更與羊食忌，是可廢。

瓜之不堪生噉而堪醬食者曰菜瓜，圓者如甜瓜，長者如王瓜，皆一類也。以甜醬漬之，爲蔬中佳味。吾地有名錦荔枝者，外作五色蜂窠之狀，内子如鱉蟲，人甚惡之。不知閩廣人以爲至寶，去實用其皮肉煑肉，味殊苦，廣人亦爲涼，多于京師種摘而自供食。往在泉州，見城中遍地植之，名曰苦瓜，形稍長于此種耳。

王世懋《學圃雜疏·豆疏》 草決明，結實如小寒豆，北人名之曰望江南，烹茶作果味亦佳。西番麥形似稷而枝葉奇大，結子纍纍，煑食之，味亞芡實。

薏苡仁大補益人而易生，圃中隙地可種。按：豆是五穀中之菽，而西番麥、薏苡仁皆穀類，以圃中可植，故得附焉。

陶珽《説郛續》卷四〇王世懋《瓜蔬疏》 甘露子如耳環，醬食之脆美，亦別方之産，吾地可種。百草中可食者最多，薺菜、枸杞苗、五加芽，草中之美味，菊苗亦佳。大抵摘野蔬入饌，尤覺趣耳。

閔文振《異物彙苑》卷一〇《竹木部》

楠木

冀山多楠木，今蜀中有之。七八月中吐穗，穗成如鹽粉著狀，可以酢羹。《山海經》

桄榔木

桄榔木外皮有毛，似椶櫚而散生，其木剛，作鋸鉏利如鐵，砍石更利。皮中有似搗稻米片，又似麥麪，可作餅餌。異物志桄榔樹大四五圍，長五六丈，洪直旁無枝條。其顛生葉不過數十，似椶葉。破其木膠堅難傷。入數寸得麪赤黄色，蜜致可食。《廣志》

閔文振《異物彙苑》卷一一《穀果部·波羅蜜》 波羅蜜出安南，大如冬瓜，皮有軟刺。五六月熟，味最甜香。核可煑食，能飽人。嘉林出者尤嘉。《大明一統志》

王世貞《異物彙苑》卷三《花草部》 甘藷，根葉如芋，實如拳，大如甌者，皮紫而肉白。海中之人，蒸之爲食，壽百歲。出《南方草木狀》

李詡《戒菴老人漫筆》卷三《甘蕉》 甘蕉出閩中，以糖漬之，可以寄遠。形如鎮陽而氣近黄精，味酸。

卓明卿《卓氏藻林》卷四《飲食類》 枸醬，枸樹如桑，取其實以爲醬，人以爲珍味也，出西南夷。桂蠹，此蟲食桂，故味辛，而漬之以蜜食之。出南粤。

徐昌祚《新刻徐比部燕山叢録》卷一八《草木類》 河間有草名鹽蓬，葉圓而長，至秋則莖葉皆紅，土人燒爲灰，和水煎之得鹽，味極美，勝海鹽、池鹽。又有離蓬，似鹽蓬而大，不發紅色，燒灰煎之，可得離。有客販去，貨于都下。

彭儁《五侯鯖》卷三 女真野生白芍藥無紅者，取其芽爲菜，以麵煎之待客。齋素用無生姜，每兩價值千二百錢。

屠隆《鴻苞》卷一九《博蒐上》 菖蒲一名昌歜，歜音觸。堯時，天降精於庭爲薤，感百陰爲菖蒲。菖蒲又名堯薤、雕胡，可爲飯，即菰米茭也，米可作飯。黄精類鉤吻，鉤吻有毒。杜詩黄精無苗山雪盛。又有黄獨，仙家以黑飯爲青精飯。芋一名芋魁，一名蹲鴟。

屠隆《鴻苞》卷一九《博蒐上》 【略】《漢武帝内傳》曰：太上之藥，有玄光梨。又崑崙山有火棗、交梨、碧奈、紅梨、雪藕、冰梨。又張公梨、大谷梨甚美。椰花可以釀酒。益智葉如蘘荷，莖如竹筒，子從心中出，一枝有十子，肉白滑，四破去之，取其外皮，蜜煑之，如柰子味甘，或云即今之甘露子也。

陳耀文《天中記》卷四五《菰》 雕胡。菰米一名雕胡，故宋玉賦云：爲臣炊雕胡之飯，烹露葵之羹。又牧叔《七發》云：楚苗之食，安胡之飯，搏之不解，一啜而散。上太液池邊，皆是雕胡，紫撑緑節之類。菰之有米者，長安人謂之雕

胡。葭蘆之未解葉者，謂之紫撐。蒘之有首者，謂之緑節。《西京雜記》

稗稗。水旱無不熟之時，又特滋盛，易得蕪穢，良田畝得二三十斛，宜種之以備凶年。又稗巾有米，熟時可擣取，炊之不減。粢米又可釀作酒，武帝時，令典農種之一頃，收二十斛，斛得米三升，大儉可磨食之。《氾勝之書》

東廧。東廧生河西，苗似篷，子似葵，可爲飯。河西人語曰：貸我東廧，償爾田粱。《本草》

茼米。茼米可爲飯，生水田中，苗子似小麥而小，四月熟，久食不饑。《爾雅》所謂皇守田者也。上

狼尾。狼尾草子作黍，食之令人不饑。《爾雅》所謂孟狼尾者也。上

蒯草。蒯草子亦堪食，如秔米。又蓬草子作飯，無異秔米，儉年食之。上

陳耀文《天中記》卷四六《鬼目》 柔嘉鬼目樹大者如李，小者如鴨子，二月花色仍，蓮著實，七八月熟。其色黄味酸，以密煑之，滋味柔嘉。交趾、武平、興古、九真有之也。《南方草物狀》

爲漿。鬼目益知直爾，不可噉，可爲漿也。裴淵《廣州記》

陳耀文《天中記》卷四六《羹》 馬齒羹。唐代宗崩，德宗即位，食馬齒羹，不設鹽酪。注：馬齒，菜名，今馬齒莧也，一名五行草，以其葉青、梗赤、花黄、根白、子黑也。監

陳耀文《天中記》卷四六《膾》 瓜膾。八月雨後，瓜菜生於泠下地中，作羹臛甚美。《春秘・佐助期》

陳耀文《天中記》卷五二《橘》 金橘。其實小如彈，黄如金，謂之金橘。《花果録》金橘産于江西，都人初不甚貴。後因温成皇后好食之，由是價重。京師欲久留此果，藏于緑豆中，經時不變。橘性熱而豆涼也。《歸田録》

陳耀文《天中記》卷五二《益智》 味辛。益智葉如嫩荷，莖如竹筍，子從心中出，一枝有十子，内白骨，四去之。取外皮蜜煮爲粽子，味辛。《廣州記》益智子如筆毫長七八分，二月華實色，仍連著實。五六月熟，味辛，雜五味中芬芳，亦可鹽曝。《南方草物狀》益智類薏苡，長寸許，如枳椇子，味辛辣，飲酒食之佳。《異物志》

陳耀文《天中記》卷五三《藉》 似芋。甘藷似芋，亦有巨魁，剥去皮，肌肉正白如脂肪，南人專食，亦當米穀，蒸炙皆香美。賓客酒食亦施設，有如果實也。《異物志》

出三輔。儲蒭東出三輔，白色者善。《范子計然》

山藷。山藥本名薯蕷，避唐代帝諱豫改名薯蕷。宋英宗諱曙，遂名山藥。《負暄雜録》一名山芋，秦楚名玉延。鄭越名土藷，一名脩脆，一名兒草。《本草》

【略】

陳耀文《天中記》卷五三《椒》 檓。檓，大椒，今椒樹叢生，實大者名爲檓。《爾雅》椒樹如茱萸，有針刺，葉堅而滑澤，蜀人作茶，吴人作茗，皆舍煮其葉以爲香。今成皋諸山間有椒，謂之竹葉椒，其樹亦如蜀椒，可著飲食中，又用蒸雞豚最佳香。東海諸島上亦有椒樹，枝葉皆相似，子長而不圓，甚香。其味似橘皮，島上獐鹿食此椒葉，其肉自然作椒橘香。詩義疏

陳耀文《天中記》卷五三《雜果》 都念。十二年四月，南海郡送都念子樹一百株，勑付西苑十六院内種。此樹高一丈許，葉如楊，枝柯長細，花金色，花葉正赤似蜀葵而大，其子小於柿子。甘酸至美，蜜漬爲粽益佳。《大業拾遺》頭上有四葉如柿蒂，食者必捻其蒂，故謂之倒捻子，或訛呼都念子，今又訛念爲撚。《嶺表録異》【略】

猪肉子。端溪縣有樹冬榮，其子號曰猪肉子，大如杯，其肉如肪，炙而食之，味似猪肉至美，故名也。《寰宇記》《元和志》

豆蔻。豆蔻樹大如李，二月花色仍連著，實子相連累，其核根芬芳成殼。七月、八月熟，曝乾，剥食核，味卒香五味，出興古。《南方草物狀》【略】

鈎緑子。鈎緑子形如瓜，皮似橙而金色，胡人重之。極芬香，肉甚厚白如蘆腹。女工競雕鏤花鳥，漬以蜂蜜，點燕檀，巧妙麗絶，妙無與爲比。太康五年，太泰進十缶，帝以三缶賜王愷，助其珍味，誇示于石崇。《南方草物狀》【略】

人面子樹。人面子樹似含桃，結子如桃實，核正如人面，故以爲名。以蜜漬之，稍可食，其核可翫。稽含《草木狀》人面木，春花夏實秋熟，皮味甘酸，實有核如胡桃，兩邊似人面。《寰宇記》

古度。古度樹不花而實，實從皮中出，大如安石榴，色赤可食。其實中如有蒲菓者，取之爲粽，數日不煮，皆化成蟲，如蟻有翼，穿皮飛出著屋正黑。《交州記》【略】

石南。石南樹野生，二月花色仍連著實，實如鴈卵，七八月熟，人採之，取核。乾其皮中，作肥魚羹，和之尤美，出九真。《南方記》

州樹。州樹野生，二月花色仍連著實五六，及握煮如李子。五月熟，剥核，

滋味甜。出武平。上

國樹。國樹子如鴈卵，野生。三月花色連著實。九月熟，曝乾訖，剥殼取食之，味似栗，出交阯。

波羅蜜。占城國有果，曰波羅蜜，狀如冬瓜，皮似荔枝，肉有黄肉，大如鵝子，味甘如蜜。中有子似鵝腰子，炒食之，味若栗。《瀛涯勝覽》

馮時可《雨航雜録》卷下　温州有乳柑，其味甚珍，陳將軍曾以餉余，自温至錫，穴數千里不變。問何以然。曰：採時不去其枝葉，則氣不泄。盛時以緑豆爲末劑，其温性，則氣不蒸，故久而不變。若藏梨者，多用沙。蓋梨性寒，惡濕熱，沙能制濕故也。

陳懋學《事言要玄物集》卷一《椒》　《本草》玉衡星散爲椒，一曰蔣藪，一曰南椒，生于漢中者曰漢椒，巴中者曰巴椒。仙書菜黄爲辟邪翁，菊花爲延壽客，故假此二物以消陽九之厄。藪，《説文》《玉篇》俱云煎茱萸。漢令會稽郡歲貢藪子一斗。石湖《成都記》艾子，茱萸類，實正緑，味辛。

詩義疏：椒樹如茱萸，有針刺，葉堅而滑澤。蜀人作茶，吴人作茗，皆合煮其葉以爲香。今成皋諸山間，有椒謂之竹葉椒，其樹亦如蜀椒，可着飲食中。又用蒸鷄豚最佳香。東海諸島上亦有椒樹，枝葉皆相似，子長而不圓，甚香。其味似橘皮，島上獐鹿食此椒葉，其肉自然作椒橘香。

吴之俊《獅山掌録》卷三《挈壺部》

青精飯

寒食取楊桐葉炊飯，色青而有光，食之資陽炁，道家謂之青精飯。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

錦帶羹

花有錦帶名者春，初葉柔脆，採以作羹。故杜詩：滑憶雕胡飯，香聞錦帶羹。

菊苗薤薑蘆菔鮓

樂天方入關，禹錫正病酒，乃餽菊苗薤、薑、蘆菔鮓，換取樂天六班茶二囊以醒酒。

玉糝羹

蘇叔黨以山芋作玉糝羹，色味香，皆奇絶。坡公謂：天上酥酡不可知，人間決無此味。因作詩，有莫將北海金薤鱠，輕比東坡玉糝羹。

食品烹飪總部・花草果木部・綜述

龍腦芋魁

李華燒三城絶品炭，以龍腦裹芋魁煨之，擊爐曰：芋魁遭遇矣。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

鈎緑子

鈎緑子形如瓜皮，似橙而金色，胡人重之。極芬香，肉甚厚，白如蘆菔，女工競雕鏤花鳥，漬以蜂蜜，巧麗絶倫。太康時，曾進十缶，帝賜王愷，詫示石崇。

竹肉

江淮有竹，肉生節上，如彈丸，味似白樹鷄。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

青精飯

杜詩：豈無青精飯，使我顔色好。青精一名南天燭，又曰鷰飯草，以其可染黑飯也，道家謂之青精飯。故《仙經》云服草木之正氣，與神通，食青燭之精，命不復隕，謂此。

團油飯

《北户録》嶺俗家富者娠産三日，或足月洗兒，作團油飯，以煎魚蝦雞鵝豬羊灌腸蕉子薑桂鹽豉爲之。據此，即東坡先生所記盤遊飯也。二字語相近，必傳者之誤。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》

雕菰

雕菰亦名蔣古。《詩》作雕胡，《内則》註亦作安胡。枚乘《七發》胡安之飯。今茭草之米也，其色黑。杜詩：波漂菰米沉雲黑。管子謂之雁膳，二字奇。漢太腋池多雕菰紫擘緑節，或作菰。《吴都賦》稱莠菰穗通作觚。前《相如傳》：蓮藕觚盧。

王圻《稗史匯編》卷一五〇《花木門・藥草類》

三伏苦艸

山東有人家共爨五百餘口，二百年不染疫癘。其家每年三伏日，收苦草陰乾，冬至日爲末，正旦五更用蜜調，每人用一匕，此即古人屠蘇法也。

王圻《三才圖會》草木卷一一《果類》

菱

芰菱實也，處處有之。葉浮水上，花黄白色，實生水中。實有二種，一種四

角，一種兩角。中又有嫩皮而紫色者，謂之浮菱，食之尤美。江淮及山東人曝其實以爲米，可以當糧。道家蒸作粉，蜜漬食之，以斷穀。味甘平，主安中，補五藏。不饑，輕身。

王圻《三才圖會》草木卷一一二《菊花》 《唐本草》菊花，一名女節，一名女華。【略】

甘菊莖紫，氣香味甘，花深黄，單葉蒂有粥膜衣者爲真，取花作糕并鹹烹飲佳。

王圻《三才圖會》草木卷一一二《玉蘭花》 玉蘭花，玉蘭木高數尺，經冬而苞，至二三月苞脱而花。花似辛夷，但紅白殊耳。春分俱用辛夷接與過枝。其花以油與麪煎之，可食。

王圻《三才圖會・草木》卷一一二《百合》 百合有三種，一名檀香百合，子可烹或蒸，食之益氣。一名山百合，子可食，花遲一月，不甚香。一名虎皮百合，能殺人，不可食。都被不知耕稼，土多百合，取其根以爲糧。

王圻《三才圖會・草木》卷一一二《玫瑰》 玫瑰花甚香，喜壯，宜不時分種方盛，年久則槁。花作糕佳。又有黄花者亦佳，但不香耳。

王圻《三才圖會・草木》卷一一二《枸杞》 枸杞，諸山中有之，老本虬曲可愛，結子紅甚，點點若綴。吴中好事之家往往裝之盆，爲几案間供玩。其葉初萌，采炙點茶，甚佳。

王圻《三才圖會・草木》卷一一二《木花》 木香花有三種，有黄、白、紫心白，又有青心者，宜壓分扦亦活。三花俱可作糕。

王圻《稗史匯編》卷一五一《花木門・木類》 桂花桐皮。【略】在福州見吴學官摘一緑枝如芭蕉幹，削其皮，縷之，加蒜醋可食，謂之六月雪。皆創見也。

王圻《稗史匯編》卷一五三《花木門・菓實類下》 櫻桃宴。唐時新進士尤重櫻桃宴。【略】時京國櫻桃初出，雖貴達未適口。而覃山積鋪席，又和以糖酪用享，人各獻一小盤，亦不啻數升，以致參御葷靡不霑足。出《摭言》

王圻《稗史匯編》卷一五三《花木門・菓實類下》

竹德

竹結實如麥，則見於晉元康之時，如米則見於唐開成、宋咸平之時。然不言其色與味也。嘉靖二十年，杭州昌化縣長亘五十里，竹葉之間，苞絡成穗而實焉。採之而舂，得黑色碎米，炊之而食，味少澀而飽人，和飴爲餅餌最佳。其地時遂就豐。又見傳云竹實如雞子味，食之清涼滿口，故謂鳳凰食。

郭子章《黔類》卷一五《草部・涕竹》 南方荒中有涕竹，長數百丈，圍三丈五六尺，厚八九寸，可以爲船。其筍甘美，煮食之，可以止創癤。張茂先注曰子筍也。《神異經》

王路《花史左編》卷一〇《花之味・穠豔烹酥》 孟蜀時，李昊每將牡丹花數枝，分遺朋友，以興平酥同贈，曰俟花雕謝，即以酥煎，食之無棄。穠艷其風流，貴重如此。

王路《花史左編》卷一〇《花之味》 洛陽人家，寒食煮楊花粥。

王路《花史左編》卷一〇《花之味・菊花》 朱儒子入玉笥山，食菊花而乘雲上天。

王路《花史左編》卷一〇《花之味》

玉蘭瓣

玉蘭花瓣擇洗精潔，拖麵麻油煎食，至妙至美。

牡丹花

牡丹花煎法與玉蘭同，可食可蜜浸，玉蘭亦可蜜浸。

絲瓜花

梅鹵浸可點茶，新摘烹食味鮮，與瓜味並美。

換骨膏

唐憲宗以李花釀換骨膏，賜裴度。

梔子

有大朶重臺者，梅醬蜜糖製之，可作美菜。

金雀

可采，以滾湯着鹽焯過，作茶供一品。

王路《花史左編》卷一〇《花之味》

玉簪

其花瓣拖麵，入少糖霜，並食，香清味淡，可入清供。

慈菰

水中種之，每窠花挺一枝，上開數十朶，香色俱無，惟根秋冬取食甚佳。

紫花

遍地叢生，花紫可愛，柔枝嫩葉，摘可作蔬，春時子種。

萱花

惟蜜色者可作蔬，不可不多種也。春可食苗，夏可食花，比他花更多一事。

鳳仙

其枝肥大者可食，法詳尊生八箋。

芭蕉

中心一朵，曉生甘露，其甜如蜜，即嘗芭蕉，亦開黃花，至曉瓣中甘露如飴，食之止渴延齡。

夜合花

根可食，一年一起，去其最大者供食，小者用肥土非之如種蒜法。六七月買大種，上以鷄糞壅之，則春發成一榦五六花。一種如萱花，紅班黑點，瓣俱反捲。一葉瓣生一子，名回頭見。子花茂者，榦兩三花無香。亦喜雞糞，其性與百合同，最賤。取其色好看。根亦與百合同，亦可食，味少苦。取種者辨之。

王路《花史左編》卷一〇《花之味》

蘆菔鮓

唐馮贄《雲仙散録》引《蠻甌志》云：白樂天入關齊，禹錫正病酒。禹錫乃饋菊苗虀、蘆菔鮓，換取樂天六班茶二囊以醒酒。

何宇度《益部談資》卷上 蒟醬見于相如、揚雄、左思諸賦中。註云：緣木而生，其子如桑椹。蓋僰道通越雋之地，出蒟，僰人取以爲醬。僰地即今敍州也。問之莫答，或云今之雞鬆油，及滇中宴葉，皆相彷佛。晉灼註：拘音矩。徐廣注拘亦作蒟，音窶。

何宇度《益部談資》卷中 楊梅，蜀藩夏日相餽，亦鹽水浸者，顆味俱讓吴下。

安世鳳《燕居功課》卷一八《草茹・藏果》 春深花落，園林已自暴富素桃、朱李、五色柰、金杏、青梅，次第呈瑞，繼瓜、蓮，芡菱、蒲桃、銀杏。載及秋深，而金榴、翠棃、丹棗、火柿，充塞貧家矣。若夫蠟櫻、青桐、文官、無花諸果，又其稍奇者。余性篤嗜果，飽饕于風林露樹之下，不必言。乃閒中無事，又思藏各種，以爲冬宵享用。每一果熟則忙如收穫，凡可白乾者，可鹽漬者，可梅鹵者，可窖藏者，營營累日。至于玫瑰、桑椹、松蒲、二黄、藿香之沉緑，蕙荷之淡碧，翠眉之深青，菊英之縞白，皆搗治爲五色餅餌。自用幾何，不欲棄物，亦屬僻性，時復自嘗之也。自顧前生必山僧，或野猿所化，猶存當年性解，大都腹十之五皆果也，其三穀，其一茶，其一乃蔬菜，少肉、藥餌、酒、鹽共充之。故終日意向之，營營者，此物耳，倘斷此嗜，可庶幾無欲矣。

朱應奎《翼學編》卷一《格致集・橘》 南中橙甘，青烏所食，始霜之旦採之，風味照座。劈之香霧噴人，皮薄而味珍，肉不粘膚，食不留滓，甘踰萍實，冷亞冰壺，可以寤神，可以芼鮮，可以漬蜜，邑鄉之果寧有此耶。劉孝標送橘啟

朱應奎《翼學編》卷七《修齊集・山癖食譜》 吾山無薇蕨，然梅花可以點湯，薺前玉蘭可以釀麵，牡丹可以煎酥，玫瑰薔薇茉莉可以佐饌，其餘豆莢瓜蓏菜苗松粉又可以補笋脯之闕。

周文華《汝南圃史》卷三《花果部・梅》 雙果必並蒂，唯此一蒂而結雙梅，亦尤物。有杏梅花，比紅梅色微淡，結實甚匾，有讕斑色，全似杏，味不及紅梅。《吴邑志》云：梅花疎瘦有韻，山家多種之。光福山中尤多，花時香雪，三十里物外奇賞也。又云梅子其味，仍在熟時青黄，餲飣歷時最久。《埤雅》曰：子赤者材堅，子白者材脆。俗云梅花優於香，桃花優於色，天下之美，不得而兼者，若荔枝無好花，牡丹無美實，亦其類也。今江湘四五月間，梅欲黄落，則水潤玉潺，礎壁皆汗，蒸鬱成雨，其霏如霧，謂之梅雨，沾衣服皆敗黦。故自江以南，三月雨謂之迎梅，五月雨謂之送梅。梅食之生津液，能止渴而損齒。《本草衍義》曰：食梅則津液泄，木生水也，津液泄故傷齒，腎屬水，外爲齒故也。其熟者以火熏之爲烏梅，以鹽殺之爲白梅，其青者以糖和之作糖梅，以蒜醋和之作蒜梅。或又杵白梅，和以紫蘇，作梅醬，古人用以調羹，疑即此也。《齊民要術》作白梅法：梅子酸核初成時摘取，夜以鹽汁浸之，晝則日曝，凡十曝十浸便成。調鼎和鹽，所在多入也。作烏梅，亦以核初成時摘取，籠於突上，薰之令乾即成矣。烏梅入藥，不任調食也。

周文華《汝南圃史》卷三《花果部・石榴》 石榴一名安石榴，一名丹若，又名天漿。【略】今處處有之，木不甚高大，枝柯附幹，自地便生作叢，種極易。息折其條，盤土中便生，花有黄赤二色，實亦有甘酢二種，甘者可食，酢者入藥。又一種山石榴，形頗相類而絶小，不作房。青齊間甚多，不入藥，但蜜漬以當果，疑即今之火榴也。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・楊梅》 楊梅如褚實，有紅紫白三色，以五月中熟。【略】《吴邑志》曰：楊梅爲吴中名品，出光福山銅坑第一，聚塢次之。

洞庭所産尤多，唯宜醃以行遠。其他蜜漬、蠽收、火熏、糖浸，皆有法。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・柰》 柰俗名花紅，【略】陳士奇云：此有三種，長大者爲柰，圓者林檎，夏熟。小者味澀爲柰，秋熟。《本草》又曰：柰味苦寒，多食令人臃漲，病人尤甚。陶隱居云：江東乃有而北地最豐，皆作脯，不宜人。有林檎相似而小，亦恐非益人也。《齊民要術》曰：柰有白青赤三種，張掖有白柰，酒泉有赤柰，西北方多柰，家家作脯數十百斛，以爲蓄積。如收藏棗栗作柰脯法，於柰熟時中破曝乾即成。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・銀杏》 銀杏，葉似鴨脚，古名鴨脚樹。《菽園襍記》曰：銀杏實如杏，而核中有仁可食，故曰仁杏，今云銀杏，似是而非之，惟取其核，即銀杏也。核白肉青，煨熟食之，甘香可人，能收小便，令不數，亦易飽。仍有粳糯之分，糯者肥軟香滑，粳者不堪食。歐陽公詩云：鴨脚生江南，名實未相浮。絳囊因入貢，銀杏貴中州。又云：始摘纔三四歲久，子漸多。梅聖俞詩云：北人見鴨脚，南人見胡桃。識内不識外，疑若橡栗韜。鴨脚類緑李，其名因葉高。則知是果之見重，自宋始矣。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・棗》 棗樹高二三丈，木堅實，可刻字，勝於梨木，爲書坊之用，而紋理極細，每刻人物畫像必需之。【略】按：今鮮棗，吴越通謂之白蒲棗，其乾者率自河南、山東等處來。有大棗、紅棗、膠棗，或蒸熟，或生致，或熟而橛去其皮。惟大棗尤多。密雲棗核細形小，紹興出南棗，甘膩似密雲而形長大。南都姚坊門棗最有名，皆棗中之佳品也。【略】候大蠶入簇，以杖擊其枝間，振去狂花，不打花繁，而實不成。全赤即收。收法：日日撼而落之爲上，半赤而收者，肉未充滿，乾則色黄而皮皺，將赤味亦不佳。全赤久不收則皮硬，復有烏雀啄之之患。曬棗法：先治地令净，有草萊令棗臭。布椽於箔下，置棗於箔上，以扒聚而復散之。一日中二十，度夜仍不聚。得霜露氣速成，陰雨時乃聚，而苦蓋之。五六日後，別擇去紅輭者，上高厨而暴之。厨上者已乾，雖厚一尺亦不壞。擇去胯爛者，胯，溥江切。胯者永不乾，留之徒污棗。其未乾者，曬暴如法。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・栗》 栗四月開花，其花與他花特異，枝始與竹子俱至京師。竹子太酸，人不甚喜，後遂不至。唯金橘清香味美，置之樽俎間，光彩的皪，如金彈丸，誠珍果也。都人初不甚貴，後因温成皇后好食之，由是價重。京師或欲久留，藏置緑豆中，可經時不變，云橘性熱而豆性涼，故能久也。又有一種牛妳金柑，出廣東、浙江，今吾郡最多。形長如牛乳，故名。香味

氣，惟患風水氣，不宜食，以其味鹹故也。《衍義》曰：栗欲乾，莫如曝，欲生收，莫如潤。沙中藏，至春末夏初，尚如新收。【略】《吴郡志》曰：頂山栗出常熟縣，比常栗獨小，香味勝絶，號爵香囊，以其香而軟也，微風乾之尤美。每歲所出極少，士人得數十百枚，則以彩囊貯之，餽送佳客。此栗與朔方易州栗相類，但易栗殼多毛，頂栗殼瑩净耳。《瑣碎録》云：栗採實時，要得披殘其枝，明年益盛。又云炒栗須染油，手指逐枚揩之，則膜不沾肉。風栗法：曬乾，置麻布袋中，或竹籃内，懸當風處，常常簸弃之。久之極清甘，有風味。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・胡桃》 胡桃，一名核桃，又名羌桃。《博物志》曰：張騫使西域還得胡桃。實圓而青如銀杏，剖之乃得核，核内有肉白色，肉外有膜黄色，有小者、大者，有脱肉、不脱肉者，味脆美，與榛子相近，蓋佳果也。【略】《山東通志》云：胡桃出濟、兖、青三郡，青州者爲佳。今商賈販鬻悉從彼。焙乾頗能致遠。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・橘》 【略】今橘柑出南中，閩粤吴楚在在有之，具載《圖經》、《譜録》。其種極多，兹不能盡述，姑就所經見者，疏其品類。一名沙橘，録云取細而甘美之採藏之曰，先净掃一室，密糊之，勿使風入。布稻藁其間，堆柑橘於地上，屏遠酒氣，旬日一翻，揀之。遇有微損，即時揀去，否則侵損附近者。寧屢汰去以待賈，十或僅存五六。人有掘地作坎，攀枝條之垂者，覆之以土，至明年盛夏時開取，色味猶新，但傷動枝條，有妨次年生意耳。【略】柑橘并金柑，皆可切瓤去核，潰之以蜜絶佳。鄉人有用糖煮橘者，謂之藥橘。入口之灰於鼎間，色乃黑，可以將遠。又橘微損，則去皮，以瓤安罐間，用火熏之，曰熏柑。或更置糖蜜中，味亦佳美。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・柑》 柑類亦多，其名少異。《橘録》云凡圃之所植，柑之比橘纔十之一二，大抵柑之植立甚難，灌溉鋤治少，或失時，至歲寒霜雪，柑之枝頭，殆無生意。【略】一名瀝柑，形鉅而圓，皮黄味甘酸，有風韻，可以作湯及丁。一名乾柑，形長，皮純緑轉黄，比瀝柑差小，漿少味淡，疑即古之木柑。【略】《歸田録》云：金橘産於江西，以遠難致，都人初不識。明道景佑初，始與竹子俱至京師。竹子太酸，人不甚喜，後遂不至。唯金橘清香味美，置之樽俎間，光彩的皪，如金彈丸，誠珍果也。都人初不甚貴，後因温成皇后好食之，由是價重。京師或欲久留，藏置緑豆中，可經時不變，云橘性熱而豆性涼，故能久也。又有一種牛妳金柑，出廣東、浙江，今吾郡最多。形長如牛乳，故名。香味

比圓者稍劣。圓者又名金豆，出太倉沙頭者佳。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・橙香橼附》

橙香橼附

橙木有刺，而結橙經霜早黃，膚澤可愛，狀有似柑但圓正，細實又非柑比，人喜把翫之。香氣馥馥，可以熏袖，可以芼鮮，可以漬蜜。其種亦異，一名蜜橙，皮厚而肥，甘香可愛，爲橙品中第一。一名香橙，與蜜橙相竝，但香橙皮薄味酸，形大如柑，其葉亦尖，以此爲別。一名蠟橙，即名臭橙，比蜜橙皮鬆，味辣，止可供蠟及爲膏。【略】

香圓即香櫞，葉尖長，枝間有刺，植之近水易生。形長大，色正黃，清香襲人，置之窓几間，頗供清翫。肉酢酒闌，破之蓋不減。新橙瓤可作湯，皮可作丁，葉可療病，有大小二種，小者香。或云皮粗而形大者乃朱欒，非香櫞也。

周文華《汝南圃史》卷四《木果部・柿》 柿，木實根固，葉大而肥，似山茶葉。四月結實，花綴實臍，或紅或黃，甘涼可食，其品不一。【略】《歸田録》云：唐鄧間多大柿，其初生澀，堅實如石。凡百十柿，以一榠樝置其中，榲桲亦可。則紅熟而味極甘。《食經》曰：以灰汁澡柿，再三度乾，令汁絶，著器中，經十日可食。《瑣碎録》云：紅柿摘下未熟，每籃置木瓜兩三枚，柿無澀味。《山東通志》云：柿餅出青州，柿以大方名，蓋肖形也。又有名圓蓋柿者，青人取之，製爲餅，漸生霜。王氏農書作柿乾法：生柿擰其厚皮，捻匾，向日曝乾，内於瓮中，待柿霜俱出可食，甚涼。其霜收之，其涼如蜜，可醫口瘡及咽喉熱積。

周文華《汝南圃史》卷七《木本花部・玫瑰》 玫瑰，玉之香而有色者，以花之色與香相似，故名，今人呼爲梅桂。【略】三四月間，收花陰乾，入茶葉内極香。摘花瓣搗爛，和白糖霜梅，印成小餅，略啖一二，滿室俱香。又取花瓣搗入香屑，製作方圓扇墜，香氣襲人，經歲不改。

周文華《汝南圃史》卷七《木本花部・桂花》 桂花一名巖桂，謂其多生巖嶺間也，俗稱木犀。《興化府志》又名九里香，有數種，惟深黃色者花蕾繁簇，香尤清烈，俗謂之毬子木犀，此爲第一。《羣書一覽》以紅爲狀元，黃爲榜眼，白爲探花，蓋取其色之紅耳。其實紅劣於黃，至白色者尤劣。有先數日開者爲早黃，有四時開者，有結子者。《吴邑志》云：花時凡三開，畏風雨，堪作餅、入茗及拌楊梅作蜜餞，其用非一。以白酒娘浸之，冬入釀曰桂花三白，清香異常。

周文華《汝南圃史》卷九《草本花部上・蘭》 【略】又蘭花香味俱佳，無毒可食。一法，拾其已蜕之花，先入霜梅汁浸透，次用蜜煉過者，浸之爲蔌。一法，摘其初開之花，用天池佳茗焙熱者，或顧渚蒸熱者，一層茶，一層花，入罐密封聽用。凡作蔌可施於閩，以其少而難得故收，於既褪而并咀。其質製茶可施於興，以其多而易致，可採於方吐，而止奪其香。然茶可兼蔌，蔌不可兼茶，則又以奇馥不宜暴殄，而餘馨總堪愛惜，倘亦器使之道固然耶。

周文華《汝南圃史》卷一〇《草本花部下・罌粟》 罌粟，結實如罌貯粟，故名。【略】蘇子由居穎川，家貧不能辦肉，每夏秋之交，菘芥未成，則盤中索然，或教種罌粟決明以補其匱。作詩云：築室城西，中有圖書。窻户之餘，松竹扶疎。拔棘開畦，以毓嘉蔬。畦夫告予，罌粟可儲。罌小如罌，粟細如粟。與麥偕種，與穄皆熟。苗堪舂菜，實比秋穀。研作牛乳，烹爲佛粥。老人氣衰，飲食無幾。食肉不消，食菜寡味。柳鎮石鉢，煎以蜜水。便口利喉，調養肺胃。三年杜門，莫適往還。幽人衲僧，相對忘言。飲之一杯，大笑忻然。我來穎川，如游廬山。【略】凡單葉者，粟必滿罌，千葉者，罌多空。其苗可爲蔬，收其實可作腐。《易牙遺意》云：罌粟和水研細，先布後絹，濾去殼，入湯中如豆腐，漿不令滾，即入緑豆粉，攪成腐。凡粟二分，豆一分。脂腐同法，脂即芝麻也。

周文華《汝南圃史》卷一〇《草本花部下・百合》 百合莖高二三尺，葉如柳，四面攢枝而上，至杪則著花。《爾雅翼》云：根小者如大蒜，大者如碗，數十片相累如白蓮花，故名百合，言百片合成也。【略】

吴中人取其根蒸熟，用以點茶，味甚甘美。【略】

其根可蒸食，曬乾搗麵，大能益人。《雁山志》云百合一名鬼蒜，荒年山中人取以療饑。

周文華《汝南圃史》卷一〇《草本花部下・萱草》 萱草春生苗，其花黄色，微帶紅暈。有二種，一種千葉，夏開花，其枝柔不結子。一種單葉，秋開花，其枝勁結子，子圓而黑，俗名石蘭。别有一種名金萱，五月初開花，花小而香，鵝黄色，即麝香萱也。【略】《居家必用》云：春移根畦中稀種之，一年以後即稠，翦苗食之，如枸杞法。至秋不堪食。《雁山志》云：花半開時，取以淹漬作菹，或熏乾以點茶，其味甘美。今北地所收紅花菜即石榴紅，黄花菜即萱花也，亦謂之鹿葱。《埤雅》云：鹿食此草，故名。

周文華《汝南圃史》卷一〇《草本花部下・決明》 決明夏初下種生，苗高四五尺，葉似苜蓿而大，六七月開黄白花，秋深結角，其子生角中如羊腎。初出苗

及嫩葉嫩莢，皆可食，俗名望江南。《水雲録》云：種望江南，候花蘂半開摘下，沸湯淖過，鹽醃一時，曬乾，食之其味甚美。若以嫩尖與花炒食尤佳，子不堪食。《藥性論》云：決明利五臟，常可作菜食之。又除肝家熱，朝取子一匙，投令浄，空心吞之，百日夜見光。杜子美《秋雨歎》云：雨中百草秋爛死，階下決明顔色鮮。蘇子由《種決明詩》：閒居九年，禄不代耕。肉食不足，藜蒸藿羹。多求異腦。有能益人，矧可以飽。三嗅不食，笑杜陵老。又云：蜀人舊食決明花。穎川夏秋少菜，崇寧老僧教人并食其葉。

周文華《汝南圃史》卷一二《蔬菜部・甘菊》 雖有色香，不足供玩，故不入菊類。

甘菊，莖紫氣香味甘。《委齋百卉志》云可作羹，春月採之亦有花。重陽時，採以泛酒。陸龜蒙採杞菊春苗，以供左右杯案，因作《杞菊賦》。【略】深秋摘花去心蒂，以熟鹽和之，再入橙瓤或香櫞瓤甘草屑，共作湯，用沸水充啖，極清香。解酒或止將花瓣曬乾泡湯飲亦可。或摘菊頭和糖露作餅，最有香韻。

明焦竑《焦氏類林》卷七《草木》 菊一名更生，一名日精，一名女華。【略】

其葉可羹，其花可釀，其囊可枕，其實可仙。

明潘之恒《亘史鈔雜紀・菌品・附録》 宋熙寧末，浙西荒，杭州境内，産物如珠，可炊可飯。水産蔬如菌，可爲葅，民賴充饑，前此不聞，蓋水草也。

陶珽《説郛續》卷四一潘之恒《廣菌譜・鷄堶蕈》 鷄堶蕈出雲南，生沙地間丁蕈也，高脚緻頭，土人采烘，寄遠以充方物，氣味似香蕈，而不及其風韻。

陶珽《説郛續》卷四一潘之恒《廣菌譜・石耳》 石耳亦名靈芝，生天台、四明、河南、宣州、黄山、巴西邊徼諸石崖取高處，遠望如烟，山中人縋絚采之，必險絶處乃得。今廬山亦多，狀如地耳。寺僧采曝餽遠，先去沙土，作茹勝如木耳，佳品也。

徐應秋《玉芝堂談薈》卷二九《曼陀羅草》 何子元《餘冬録》：曼陀羅草，其葉如伽葉，花有大毒，末之置飲食中，令人皆醉。取一枝掛酒庫内，飲其酒者易醉。周達觀《真臘風土記》：蒲巴澗山間有石可食，味勝於鹽，琢之爲器。有咸平樹，葵葉味酸，用以代醋。郵落朽樹間有細腰蜂如蟻，作黄蠟。有朋牙樹，葉可釀以爲酒。周咨浄泥國産巴尾樹、加蒙樹，其心皆可爲酒。《星槎勝覽》：忽魯謨斯山連五色，皆鹽盤爲盤盂，用盛食物，不復加鹽矣。

徐應秋《玉芝堂談薈》卷三五《蟻絮漆》 又端溪出猪肉子，大如杯，炙食之，味如猪肉而美。《交州志》：都句樹似栟櫚，木中有屑如麪可啖。《蜀志》：莎樹出麪，一樹出一石。正白而味似桃椰，出興古。又交阯有穰木，其皮中有如白米屑者，乾擣之，以水淋之似麪，可作餅。《北户録》：桄榔莖葉與波斯、棗古散椰子檳榔小異，其木如莎樹皮，釀木皮生麪可食。《洛陽伽藍記》：昭儀寺有酒樹麪木，得非桄榔乎。拘樓國有水仙樹，腹中有水謂之仙漿，飲者七日醉。瓊州府有嚴楓樹，擣其皮葉，浸以清水，以粳釀和之，或取石榴花葉和釀，醞之數日成酒，可醉人。高陵縣南八里有浄土樹，俗傳西域鳩摩羅什憩此，覆其覆土遂生。此樹二月開如楊花，八月結實，狀如小栗，殼中皆黄土。《西陽雜俎》：北天竺國出蜜草，蔓生大葉，秋冬不死，因重霜露遂結成蜜，如塞上逢鹽。

徐應秋《玉芝堂談薈》卷三六《候鬬子》 石都念子，味酸，生嶺南，樹高丈餘，葉如白楊，花如蜀葵正赤，子如小棗，蜜漬爲粉，甘美益人。

徐應秋《駢字馮賀》卷一九《釋名・飲饌》 乾橘。乾梅也。

酥黄。獨熟芋也。仇從簡曰煮芋有數法，惟酥黄獨熟芋截片，研榧子杏仁和麪煎之。詩曰：雪翻鉢蕊成玉，春花寒酥剪作金。離紅膾。《七勵》：蟬鳴秋稻，蒸鵠王精。離紅之膾，芍藥之羹。卉醴華英。蜜也。太極真人訣曰：渴以靈草玄波，徊以卉醴華英，會以五光七白。靈蔬和以白素飛龍。衡曲黄梨，汶垂蒼栗。隴西白棒，湘南朱橘。離紅膾。《七啓》：蟬鳴秋稻，燕鵠王精。離紅之膾，芍藥之羹。雲液紫霜。《雲蕉館紀談》：廣安出紫梨，到口即化，明昇取其汁和紫霜粉爲糕，名雲液紫霜，食之能却醉。蕨攫。粟菱也。酸捅。楊用脩曰：陳藏器《本草》：鹽麩柑一名敕奴鹽，蜀人謂之酸桶。張掖白黍。《七契》：張掖白黍，恒陽黄黎，河東洗大，隴蜀瑪。陽華蔓。《吕覽》：陽華之芸，雲夢之芹，具區之菁，浸淵之草，名曰士英。陽樸薑。和之美者，陽樸之薑，招摇之桔，越駱之茵，鱣鮪之醢，大夏之鹽，穿揭之露，其色如玉，長澤之。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇上》 波羅蜜生海南，樹生實，大如冬瓜，有刺不可食，食其子。近漳浦趙甫調廣又云其邑有之矣，剖開，子如芭蕉，味如皂角，衆皆棄去。其嫂嗜之，徐興公謂不宜生食，煮食甚香。

姚旅《露書》卷一〇《錯篇下》 波羅蜜生海南，樹生實，大如冬瓜，有刺不可食，食其子。近漳浦趙甫調廣文云其邑有之矣，剖開子如芭蕉，味如皂角，衆皆棄去，其嫂嗜之。徐興公謂不宜生食，煮食甚香。

張存紳《增定雅俗稽言》卷三九《植物》

蒟醬

蒟音矩，稽含《南方艸木狀》蒟醬，蔓茎也，大而紫曰蔓茎，小而青曰蒟醬，可以調食，故曰醬。唐注：蒟醬蔓生，實如桑椹，葉如王瓜而厚大，仝檳榔之味辛香也。《圖經》云蒟醬出巴蜀，漢武帝爲此聞牂牁越巂是也。又劉灞林注《蜀都賦》蒟醬樹生，與本注蔓生異。然賦注所言乃蜀産，而本注則南海所傳耳。或以蒟醬爲蔓子者非也。

明張存紳《增定雅俗稽言》卷四〇《植物》 馬齒[莧]採，入沸湯，瀹過晒乾，號長命菜。見宋玉盤《野菜譜》。

謝肇淛《五雜組》卷二《天部二》 齊魯人多以正月十六日遊寺觀，謂之走百病。閩中以正月二十九日爲窮九，謂是日天氣常窈晦然也。家家以糖棗之屑作糜餔之。

謝肇淛《五雜組》卷一〇《物部二》 古人重口實，故梅被横差調羹，芍藥杏柱屈作醬酪。自唐而後，稍稍爲花神吐氣矣。然徒賞其華，而不知究其用，古人所以忘秋實之歎也。傳記所載，盧懷慎作竹粉湯，蘭先生作蘭香粥，劉禹錫作菊苗虀。今人有以玫瑰、荼薇、牡丹諸花片蜜漬而啖之者。芙蓉可作粥，亦可作湯。閩建陽人多取蘭花，以少鹽水漬三四宿，取出洗之以點茶絶不俗。又菊蕊將綻時，以蠟塗其口，俟過時，摘以入湯，則蠟化而花茁，馨香酷烈，尤奇品也。但蘭根食之能殺人，不可不慎。

司馬温公有《晚食菊羹詩》：采擷授厨人，烹瀹調甘酸。毋令蔓桂多，失彼真味完。古今餐菊者多生咀之，或以點茶耳，未聞有爲羹者，亦不知公之所羹者花耶葉耶。今人有采菊葉煎麪餅食之者，其味香，尤勝枸杞餅也。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 凡花之奇香者，皆可點湯。《尊生八牋》云：芙蓉可爲湯。然今牡丹薔薇玫瑰桂菊之屬，采以爲湯，亦覺清遠不俗，但不若茗之易致耳。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 北人雖有梨而不甚珍之，且畏其性寒，多熟而啖，昔人謂得良家梨亦復蒸食者是已。至於菱藕之類，亦皆熟食。山樝彌滿山谷，什九爲童稚翫弄之具，惟閩人得之能去其滓，煎作琥珀色，所謂楚有才而晉用之者也。

倪朱謨《本草匯言》卷八《木部》

食品烹飪總部・花草果木部・綜述

南天燭，枝葉味苦濇，子味甘酸，氣俱涼，無毒，入手少陰、足少陰、足太陰經。

蘇氏曰：南天燭生嵩山，今江東州郡，及吳、楚、閩、廣諸山極多。其枝葉是木而似草，凌冬不凋，人家多植之庭除。本極難長，初生是松菜，十年後漸長成株，高三四尺，廬山有盈丈者。莖是蒴藿，枝節微紫，質極柔脆，易下摧折。葉似冬青而小，光澤圓厚，四季常青。其味少酸，七月開花。結子成穗，生青熟紫，得霜則赤如丹，酸美可食。詩話言即楊桐也，寒食采其葉，漬水染米蒸飯，色青可愛，謂之烏飯。

南天燭，益氣添精，涼血養筋之藥也。開寶方：益顏色，堅筋骨，止熱泄，益氣力，久服輕身延年，變白爲黑。取莖葉搗爛，取汁，浸粳米，九浸九蒸九曝，米粒緊小，黑如墜珠，布袋藏，可適遠方，日進一合不饑。其子味甘酸，功效尤勝，以酒浸，蒸曝，亦各九次，日服百粒，輕身却老，真仙方也。

倪朱謨《本草匯言》卷一四《穀部》 薏苡仁，味甘，氣温，無毒，沉也。降也，入足陽明，手太陰經。《別録》曰：薏苡仁出真定平澤田野間，今所在皆有。蘇氏曰：今多用梁漢者，但氣劣於真定耳。陶氏曰：出交趾者最良，彼土人呼爲薏珠。故馬援在彼餌之，載種還。八巖以爲携珍珠也。李氏曰：二三月宿根自發，高四五尺，葉如初生芭蕉，五月抽莖，開紅白花，六月結實，重累，殼青綠，堅薄而鋭，中仁如珠，味甘美，咬着粘齒，可以作粥飯食，可以和糯米釀酒。一種形圓殼厚者，名菩提子，但可穿作念佛珠，其仁少且無味，即粳稬也。二種根並白色，大如槌柄，糾結而味甘也。修治，以八九月采實，晒乾去殼用。

倪朱謨《本草匯言》卷一四《穀部》 罌粟米，味甘，氣寒，無毒。

蘇氏曰：罌粟花處處有之，國人隔年糞地，八月中秋布子，涉冬至春始生苗，極繁花。嫩苗作蔬，油醬拌食甚佳。李氏曰：葉如白苣，三四月，抽臺結青苞，花開則苞脱。花凡四瓣，大如仰盞，亦有千葉起樓子者，其色變態不常。有白者、紅者、紫者、粉紅者、杏黄者、半紅者、半紫者、半白者，艷麗可愛，故又名麗春。花開三日即謝。而罌在莖頭，長一二寸，大如馬兜鈴，上有蓋，下有蒂，宛如酒罌。中有子如白米，極細。一罌有數百粒，可煮粥食。取子水研爛如漿，同緑豆粉作腐食，尤佳。其殼入藥，可止瀉痢，原味澀也。

罌粟米清熱消痰，潤燥結之藥也。蘇氏曰：體輕質浮，氣寒性滑，而下痰涎，潤燥結。作粥食極美。

李中馥《北東園筆録初編》卷六《蜜漬》 家大人在浦城作停葬、錮婢、厚殮三説，以寓勸懲，沈蔭士師見而喜之。嘗謂恭辰曰：此三篇文字大聲疾呼，不但有益于浦城，偷俗頗風到處有之，特浦城爲甚耳，然余聞浦城溺女之風，亦甚于他處。憶道光丙戌，公車報罷南旋至浙，同舟中有浦人，忘其姓氏，談次間，詢其家中眷口，云有一子三女。因歎息曰：吾浦窄有二女之家，若余之三女，同邑每詫爲異事。蓋浦俗嫁女，必用蜜浸菓品，以多爲貴，至少亦須數百瓶。此物無買

處，必須家自配製，又極費事。嫁期數月以前，即須備辦，殫日夜之勤，窮工極巧，天時人工，一不相湊，色味便差。塔家往往以蜜浸之精麤，卜來婦之吉祥與否。貧寒之家，慮遣嫁之難，而舉女不敢多留者，半由於此。

葉向高、林茂槐《説類》卷五四《雜物部・物性》 唐鄧間多大柿，初生澀，堅實如石，凡百十柿，以一榠楂置其中，則紅爛如泥而可食。榲桲亦可代榠楂用。此歐陽公《歸田録》所載，但江南人不識榲桲。世南侍親官蜀至梁益間，方識之。大者如梨，味甘而香，用刀切則味損而黑。凡食時，先以巾拭去毛，以巾包干柱上擊碎，其味甚嘉。蜀人以榲桲切去頂，剜去心，納檀香沉香末并麝香少許，覆所切之頂，線縛蒸爛，取出候冷，研如泥，入腦子少許，和均作小餅，燒之香味不減龍涎。遊宦記聞

葉向高、林茂槐《説類》卷五六《果部・檳榔》 嶺南人以檳榔代茶，且謂可以禦瘴。余始至不能食，久之亦能稍用。居歲餘，則不可一日無此君矣。故嘗謂檳榔之功有四，一曰醒，能使之醉。蓋每食之，果熏然頰赤若飲酒然。東坡所謂紅潮登頰醉，檳榔者是也。二曰醉，能使之醒。蓋久後嚼之，則寬氣下痰，餘醒頓解。三曰飢，能使之飽。蓋饑而食之，則克然氣盛，若有飽意。四曰飽，能使之飢。蓋食後食之，則飲食消化，不致停積。嘗舉似於西堂，先生范旃叟曰子可謂檳榔舉主矣。然子知其功未知其德，《檳榔賦》性疏通而不洩氣，禀味嚴正而有餘甘，有是德，故有是功也。鶴林玉露

董斯張《吴興備志》卷二六《方物徵第二十二》 菱，《本草》謂之芰，《圖經》云實有二種，一四角，一兩角，兩角者有果菱差小。有湖跌菱，色紅而大，有青菱，色青角曲而利。四角者有野菱，最小，角極銛。有泰州菱，實豐而美。近又有無角者，謂之餛飩菱，秋晚采實，竹箔曬乾，去殼爲米以爲果。地名有菱湖，皎然詩曰：路入菱湖深。詵志茭，《本草》謂之雞頭，今土人多種，葉如盤貼水，多刺，實大如鴻頭，破之得數十子，顆顆勻圓，用砂淅去滑膩。肉子黄者肉嫩，青者肉硬，惟半青黄者謂之合熟，甘滑有甘味。一云茭，性暖，謂之水硫黄，以其花日中開也。菱花夜開晝合，故性寒。茭有軟根，名蔣菜，土人呼爲雞頭菜，以充蔬，亦可煮爲羹。竝上

董斯張《吴興備志》卷二六《方物徵第二十二》 夏至日，以南燭草染糯作烏飯，僧道尤尚此食。南燭草即今黑飯草也，今俗四月八日，多造以供佛，因相餽送。吴興統記

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷四明徐興公《荔支譜三》 今閩中四郡所出特奇，而種類僅至三十餘品，肌肉甚厚，甘香瑩白，非廣蜀之比也。福唐歲貢白暴荔支并蜜煎荔支肉，俱爲上方之珍，果自暴須佳實乃堪。其市貨者，多用雜色荔支入鹽梅暴之成，而皮深紅，味亦少酸，殊失本真。凡經暴皆可經歲，好者寄至都下及關陝河外諸處，味猶不歇，百果流布之盛，皆不及此。又有穭核荔支，味更甜美，或云是木生皆陽，結實不完就者，白暴之尤佳。又有緑色蠟色，皆其品之奇者，本上亦自難得。其蜀嶺荔支初生亦小酢，肉薄不堪暴花，及根亦入藥。崔元亮《海上方》治喉痺腫痛，以荔支花并根共十二分，以水三升煮去滓，含細細嚥之差止。《本草圖經》

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷一〇明鄧道協《荔支譜二》 唐天寶中，取涪州荔支自子午谷路進入。蜀志敘州府土人善爲荔支煎，可以致遠。

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷一〇明鄧道協《荔支譜二》李焻《荔支紀》 荔支一作離支，閩中惟興化泉州最盛，他郡蒔之，終不美，實種亦不一。端午前熟者曰菓山，味酸能洩胃氣，宦遊渴荔支，名不曉也。一見便啖，每暴下，遂致忍饑。最上惟狀元紅。進貢紫二種。狀元紅以莆産爲勝，進貢紫最耐久。泉中錦田産無踰矣，皆夏老方熟，亦不多得，民間鬻者曰蚤紅，雖甜不貴也。焙乾作行貨者，桂林野種，似粤本楓亭，有狀元紅，亦可作乾，然走味多矣。【略】

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷一〇明鄧道協《荔支譜二》鮑山《荔支夢》 丁卯仲冬，與友人擁爐夜坐，因食蜜羅柑，論及收藏果品之法，某果某藏法，某果某藏法，荔支以鹽水鹽水藏法。予曰總失其原味，恐未盡善也。【略】

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷一〇鄧道協《荔支譜二》 儋耳荔支凡幾種，産於瓊山徐聞者，有曰進奉子核小而肉厚，味甚佳，土人摘食，必以淡鹽湯浸一宿，則脂不粘手。他種味帶酸，核大肉薄，稍不及也。顧岕《海槎餘録》

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷一一鄧道協《荔支譜三》鄧慶寀《與黄海翁》 徐謂常選鮮紅者，於竹林中擇巨竹，鑿開一竅，置荔子節中，仍以竹籜裹泥，固封其隙，藉竹生氣滋潤，可藏之冬春，色香不變。此語頗異，閩中不乏好事，未嘗見有鮮果至春時也。記得阮堅之司理閩日，令人以棕包郡庭荔子，至冬開視，則已枯落作臭。夫物至熟時，則已蒂落，安得久視，況此至貴之物，能以人力奪之耶。【略】

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷一一鄧道協《荔支譜三》黄居中《復道協》 徐興

公云云，固是文人好奇之過，然聞之建州蓮子實獨大，亦以夏月包裹蓮房，至冬開之不壞。而敝郡狀元紅不火烘，而日曬肉不甚黑，味亦不變。興公未可盡非，姑存以竢知者。勝畫僕未及啖野種皮麤肉厚，而香特勝，然食之有渣，固當在狀元香下。【略】

鄧慶采《閩中荔支通譜》卷一二鄧道協《荔支譜四》黃庭堅《廖致平送綠荔支酒亦爲戎州第一》 王公權家荔支綠，廖致平家綠荔支。試傾一杯重碧色，快剥千顆輕紅肌。撥醅蒲萄未足數，堆盤馬乳不同時。誰能同此勝絶味，惟有老杜東樓詩。杜子美《宴戎州東樓詩》云：重碧拈春酒，輕紅剥荔支。

顧起元《説略》卷二八《卉牋下》 蒟醬，鄭曰浮留。劉淵林《蜀都賦》注，緣木而生，其子如桑椹，熟時正青，以蜜藏而食之。辛香。生巴蜀嶺南，司馬相如使蜀，而求之也。其狀似蕇撥，故有土蕇撥之號。今嶺南人但取其葉及藤，合檳榔食之，謂之蔞，而不用其實。晉灼注：枸一作蒟，音窶。木似穀樹，其葉如桑，用葉作醬。按：今人謂窶葉。《西南夷傳》南越食唐蒙枸醬。酢、羹。劉德云：實長二三寸，味酢，取以爲醬羹。小顔云：枸者緣木而生，實不長二三寸，味辛似蓫，不酢。

張大復《梅花草堂集》卷八《茶菊》 甘菊單瓣，味香甜，性宜分植，駢久則瓣漸稠，香亦漸減。寒菊差小而滿中，小鈴簇湊成枝，俗謂之金鈴菊。予所意東籬故種，不過如此，顧未聞有茶菊也。黄介子自顧山來，貽茶菊一本，花似馬蘭，中滿不鈴，而香韻清遠，殊有金石豆花之氣，絶不類菊，名茶當不誣耳。顧山菊冠江南，其小品亦自超。

朱國禎《湧幢小品》卷二七《草》 紅草，産廣西太平府，亦名草禁，彼人用以漬水作紅飯，或以染帛。又有胡蔓草，葉似柳而大，蔓生者黄花，一葉下咽，立能殺人，亦名斷腸草，又名香菌，唯甘草汁解之。

徐光啓《農政全書》卷三八《種植·木部》 【榆】《爾雅》曰：「榆，白枌。」又曰：「蘦荎。」注曰：枌榆，先生葉，卻荄莢，皮色白。蘦荎，今之刺榆。《廣志》曰：有姑榆，有郎榆。案今世有刺榆，木甚牢韌，可以爲犢車材；莢榆，可以爲車轂及器物。山榆，可以爲燒。凡種者，宜種刺莢兩種，利者爲多。其餘軟弱，例非佳好之木也。

【略】

崔寔曰：二月，榆莢成，及青收，乾以爲旨蓄。旨，美也；蓄，積也。司部收青，小蒸，曝之。至冬，以釀酒，滑香，宜養老。《詩》云「我有旨蓄，亦以御冬」也。色變白，將落，可作齏醬。隨節早晏，勿失其適。齏，音牢；醬，音頭；榆醬。

《農桑通訣》曰：榆醬能助肺，殺諸蟲下氣。榆葉曝乾，搗羅爲末，鹽水調勻，日中炙曝；天寒，於火上熬過，拌菜食之，味頗辛美。榆皮，去上皴澀乾枯者，將中間嫩處剉乾碓爲粉，當歉歲亦可代食。昔沛豐歲饑，民以榆皮作屑炙食之，人賴以濟焉。

玄扈先生曰：榆根皮作麵，可和香劑。嫩葉爆浸淘淨可食。榆錢可羹，又可蒸糕餌。榆皮濕搗如糊，粘瓦石極有力。汁洛以石爲碓嘴，用此膠之。

【松、杉、柏、檜】《爾雅》曰：柏，椈枝、樹檜、柏葉松身。李時珍曰：松，百木之長，猶公也，故字从公。四時常青，不改柯葉。三針者爲果松。千歲之松，下有茯苓，上有兔絲。又有赤松、白松、鹿尾松。杉，一名樅，一名沙，一名檉。有赤白二種：赤杉實而多油；白杉虚而乾燥。樹類松而葉端直。檜，一名桧，一名桧，陰木也。凡木皆向陽，柏獨向陰指西，古以生泰山者爲良。今陝州宜州密州皆佳，而乾陵尤異：木之文理，多爲雲氣人物鳥獸，狀態分明；徑尺一株，可值萬錢。川柏亦細膩：以爲几案，光滑悦目。檜，一名桧，今人名圓柏。以別側柏。

【略】

《本草》曰：松花用布鋪地，擊取其蘂，和沙糖作餅，甚清香。不能久留。

又曰：松子出遼東雲南者尤大，食之香美。

【椿】《禹貢》曰杶。一作樗，一作椿。今名香椿。《農桑輯要》曰：木實而葉香，有鳳眼草者，謂之椿。木疎而氣臭，無鳳眼草者，謂之樗。又云：有花而莢者，謂樗；無花不實者，謂椿。

玄扈先生曰：椿宜於春分前後栽之。

又曰：其葉自發芽及嫩時，皆香甘；生熟鹽醃，皆可茹。

【略】

【椒】《爾雅》曰：檓，大椒。椒檓，師醜莱。郭璞注曰：今椒樹叢生實大者，名爲檓。《范子計然》曰：蜀椒出五都。秦椒出天水。案：今青州有蜀椒種。本商人，居椒爲業，見椒中黑實，乃遂生意種之。凡種數千株，有一根生，數歲之後，更結子實，芳香、形色，與蜀椒不殊，氣勢微弱耳，遂分布種移，略通州境也。陸璣《詩疏》云：椒樹似茱萸，有針刺。葉堅而滑澤，味辛香。蜀人作茶，吴人作茗。皆以其葉合煮爲香。今成皋諸山，有竹葉椒，其木亦如蜀椒；小毒，熱，不中合藥，可入飲食中，及蒸鵝豚。東海諸島上，亦有椒，枝葉皆相似，子長而不圓，甚香；其味似橘皮，島上麋鹿食其葉，其肉自然作椒橘香。今南北所生一種椒，

其實大於蜀椒，與陶氏及郭、陸之說正相合。當以實大者爲秦椒，即花椒也。崖椒：俗名「野椒」。不甚香，而子灰色；野人用炒鷄鴨食，出施州。彼土四季採皮入藥。蔓椒：蔓生，氣臭如狗毈，生雲中山谷及丘壟間。采莖根，煮、釀酒。地椒：出北地。如蔓椒之小者，煮羊肉香美。胡椒：出摩伽陀國，呼爲「昧履支」。今南番諸國，及交趾、滇南、海南諸地，皆有之。已遍中國，爲日用之物矣。番椒亦名秦椒，白花，子如禿筆頭，色紅鮮可觀，味甚辣。椒樹最易繁衍，四月生花，五月結實，生青，熟紅。

【略】此物性不耐寒：陽中之樹，冬須草裹；不裹即死。其生小陰中者，少稟寒氣，則不用裹。所謂習與性成。一木之性，寒暑易容；若朱藍之染，能不易質，故觀鄰識士，見友知人也。候實口開，便速收之。天時晴，摘下薄布曝之，令一日即乾，色赤椒好。若陰時收者，色黑失味。其葉及青摘取，可以爲菹，乾而末之，亦足充食。

【穀】《小雅》曰：「其下惟穀。」《說文》曰：穀，楮也。有二種：一種，皮有斑花文，謂之穀，今人用爲冠者。一種，皮白無花，枝葉相類。或云，斑者是楮，白者是穀。陸璣《詩疏》云：楮，幽州謂之穀桑，或曰林桑。荆揚交廣謂之穀。《酉陽雜俎》云：穀田久廢，必生楮。葉有瓣曰楮。無曰構。李時珍曰：楮本作褚，其皮可績爲紵故也。

【略】

陸氏《詩疏》曰：食其嫩芽，可當菜茹。

李時珍曰：穀有雌雄，雄者不結實。歉歲，人采花食之。雌者，實如楊梅。半熟時，水澡去子，蜜煎作果食。

【槐】《爾雅》曰：「櫰，槐大葉而黑。」「守宮槐，葉晝聶宵炕。」又曰：「槐棘醜喬。」郭璞注曰：槐葉大色黑者，名櫰；葉晝聶合而夜炕布者，名守宮槐。槐有青黄白黑數色。黑者爲豬屎槐，材不堪用，花可染黄。槐之生也，季春五日而兔目，十日而鼠耳，更旬而始規，二旬而葉成。諸槐功用，大略相等。有極高大者，材實重，可作器物。

【略】

玄扈先生曰：收取花，可染黄，并可入藥。

又曰：初生嫩芽，煠熟，水泡去苦味，可薑醋拌食。曬乾亦可代茶飲也。

徐光啓《農政全書》卷三八《種植・木部》【椰】《上林賦》曰「胥餘」。又名越王頭。相傳林邑王與越王有怨，使刺客乘其醉，取其首懸于樹，化爲椰子，其核猶有兩眼，故俗謂之越王頭。而其漿猶如酒也。《南州異物志》曰：椰樹，大三四圍，長十丈。通身無枝，至百餘年。有葉狀如蕨菜，長丈四五尺，皆直辣指天。其實生葉間，大如升，外皮苞之如蓮狀。皮中核堅過於石。裏肉正白，如鷄子著皮，而腹内空含汁。大者含升餘。實形團團然，或如瓜蔞。横破之可作爵形，並應器用。故人珍貴之。《廣志》曰：椰出交趾，家家種之。《交州記》曰：椰子有漿。截花以竹筒承其汁，作酒飲之，亦醉也。寇宗奭曰：椰子，開之有汁，白色如乳如酒，極香，別是一種氣味。蛮名爲酒。中有白瓠，形圓如栝樓，上起細瓤，亦白色而微虚，其紋若婦人裙褶。味亦如汁，與着殼一重白肉，皆可糖煎爲果。其殼可爲酒器，如酒中有毒，則酒沸起或裂破。今人漆其裏，即失用椰子之意。

玄扈先生曰：椰用甚多，南中人樹之者，資生之類，大率在焉。

【梔子】司馬相如賦曰：「鮮支黄礫。」注曰：即支子。佛書稱薝蔔；又名林蘭，又名越桃，又名禪友。有兩三種，小異，以七稜者爲佳。三四月開花，夏秋結實，經霜乃收。蜀中有紅梔子，花紅色，染物則赭紅色。

【略】

《種樹書》曰：黄梔子，候其大時，摘青者曬收。至黄熟，則消花水矣。大朵重臺者，梅醬糖蜜製之，可作羹果。

徐光啓《農政全書》卷三九《種植・雜種上》【筍】《爾雅》曰：「筍，竹萌」也。《説文》曰：「筍，竹胎」也。孫炎曰：「初生竹，謂之筍。」《詩義疏》云：筍皆四月生，唯巴竹筍八月生，盡九月。成都有之。筍冬夏生。始數寸，可煮，以苦酒浸之，可下酒及食。又可米藏，及乾，以待冬月也。陸佃云：字從勹從日。包之日爲筍，解之曰爲竹。又曰：字從竹從旬。旬内爲筍，旬外爲竹也。

《農桑通訣》曰：採筍之法，視其叢中斜密者芟取之。竹鞭方行處不宜採，採則竹不繁。採時可避露，日出後掘深土取之。半折取鞭根，旋得投密器中，以油單覆之，勿令見風，風吹則堅。筍味甘美有毒，惟香與薑能殺其毒。煮宜久熟，生則損人。然食品之中，最爲珍貴。故《禮》云：「加豆之實，筍菹魚醢。」《詩》云：「其簟伊何？惟筍及蒲。」蓋貴之也。

《永嘉記》曰：含隔竹，筍六月生，迄九月，味與箭竹筍相似。凡諸竹筍，十一月掘土取，皆得長八九寸。長澤民家，盡養黄苦竹。永嘉南漢，更年上筍，大者一圍五六寸。明年應上。今年十一月筍，土中已生，但未出；須掘土取。可至明年正月出土，訖五月。方過六月，便有含隔筍。含隔筍迄七月八月。九月已有箭竹筍，迄後年四月。竟年常有筍不絶也。《種樹書》曰：陰雨土虚，則鞭行。明年筍當交出也。

《竹譜》曰：棘竹筍味淡，落人鬚髮。篁節出筍無味。鷄頭竹筍肥美。箭竹筍冬生者也。

《食經》曰：淡竹筍法：取筍肉五六寸者，按鹽中一宿。出鹽令盡。煑麋一

斗，分五升與一升鹽相和，糜熟須令冷。內竹筍鹹糜中，一日拭之。內淡糜中，五日可食也。

【菊】《爾雅》曰：「蘜，治蠡。」郭璞注曰：「今之秋華菊也。」《埤雅》云：「蘜，鞠也。」花事至此而窮。種有數百，另有譜。黃、白者，皆可入藥。其莖青而作蒿氣者，俱不堪：蒿也，非菊也。苗可入茶，花子入藥。然野菊大能瀉人，惟真菊延年。花乃黃中之色，氣味和正。花葉根實皆長生藥。其性介烈，不與百花同盛衰，是以通仙靈。甘菊，花大如錢，花邊草葉，中一大平心，色黃。苗可鹽湯綽過，茶花可供藥造酒。真菊延齡，野菊瀉人，不可不辨。

【薏苡】《漢書》曰：馬援在交阯，常餌薏苡，載還爲種。一名芑實，一名屋菼，一名薜米，一名鮮藟，一名薏珠子，一名西番蜀秫，一名回回米，一名草珠兒，處處有之。出交阯者最大。春生，苗莖高三四尺，葉如黍，五六月結實。以顆小色青味甘粘牙者良。形尖而殼薄，米白如糯米，此真薏苡也，可粥可麵，可同米釀。其一種，圓而殼厚者，即薏提子也。

【略】

【芸】《詩》曰：焉得諼草。【略】

【玄扈先生】又曰：五月採花，八月採根。今人多採其嫩苗及花附作菹食。

【芥藍】王禎《農桑通訣》曰：芥之嫩者爲芥藍，極脆。東坡詩云：「芥藍如菌蕈，脆美牙頰響。」玄扈先生曰：芥藍，芥屬也，葉色如藍，故南人謂之芥藍，仍可擘取食，故北人謂之擘藍。其葉大于菘，根大於芥，薹苗大于白芥，子大于蔓菁。花淡黃色。其苗葉根心，俱任爲蔬；子可壓油。亦四時可種，四時可食，大略如蔓菁也。但食根之菜，如芥薑菔蔓菁之屬，魁皆在土中；此則魁在土上，爲異耳。收根者，須四五月種；少長，擘食其葉；漸擘，魁漸大。八九月，并根葉取之。葉作菹，或作乾菜；根剝去皮，或煮食，或糟藏醬豉。留根，至明春復發，苗可採食。三月花，四月實。子每畝收可三四石。

【略】

【玄扈】又曰：芥藍莖葉，用芝麻油煠，如常煠菜法食之，并飲其汁，能散積痰。其葉及子，亦能消食積，解麵毒。

徐光啓《農政全書》卷四〇《種植・雜種下》

【枸杞】《爾雅》曰：「杞，枸檵。」郭璞注曰：「今枸杞也。」一名枸棘，一名天精，一名地仙，一名却老，一名苦杞，一名甜菜，一名地節，一名羊乳。枸、杞，二木名；此木，棘如枸之刺，莖如杞之條，故兼稱之。處處有之。春生苗葉軟薄，堪食。其莖幹，高三五尺，叢生。六七月，開花，紅紫色，隨結實；微長，生青熟紅，味甘美。根皮，名地骨皮。古以韋山爲上，近以甘州者爲絶品。今陝之蘭州靈州以西，並是大樹。子圓如櫻桃，乾時可作果食。

【蒲】《爾雅》曰：「莞，苻離。其上，蒻。」郭璞注曰：今西方人呼蒲爲莞蒲。蒻，謂其頭臺首也。今江東謂之苻離；西方亦名蒲蒻中莖爲蒻，用之爲席。又名甘蒲，又名醜石。花上黃粉，名蒲黃。

《農桑通訣》曰：四月，揀綿蒲肥旺者，廣帶根泥，移出于水地內栽之。次年即堪用其水深者，白長；水淺者，白短。

玄扈先生曰：春初生嫩葉，出水時，取其中心入地白嫩，大如匕柄者，生啖之，甘脆。以酣浸食，如食筍法，亦美。《周禮》所謂「蒲菹」也。亦可煠食蒸食及晒乾磨粉作餅食。《詩》曰：「惟筍及蒲」，是矣。八九月收葉，可作扇，又可作果食。

包裹。

李日華《六研齋筆記》卷一

陝西綠葡萄色正黑，乾之成腊，用四五顆入一盞水中，即成綠色，味甘鮮異常。彼地亦二錢銀一兩，非達官不得食也。

李日華《六研齋筆記》二筆卷二　吳丹麓傳松脂方：用上好煮酒煮松香，先用淨水浸洗，煮二十七沸。每沸良久，傾出水瀝乾，易水煮沸二十七次，又瀝乾。用酒煮二十七次，候燥，研粉如玉。每斤加栢子仁去油淨末八兩，甘菊花去蒂淨末八兩，何首烏用牛膝、黑豆蒸九次，淨末八兩，入前松香中，煉蜜丸如桐子。每辰或滾水或酒服八十丸，堅筋骨，易鬚髮，長生不老。松之能壽人，聞之久矣。山中道者，春時取松嫩頭，去粗皮，蜜漬之，畧煮，令蜜透，勿太熟，食之香脆而益人。東坡作茯苓沙法，取好茯苓去皮，淳水澄過，曝乾，淨蜜和勻揑團，裝瓦罐中，隔湯煮三炷香，即成團矣。

李日華《六研齋筆記》二筆卷四　寒食前後，五加皮叢生草棘間，芽如茶芽，焙食之香美，踏青女兒喜採掇以歸。陶隱居云：釀酒主益人，道家以此作灰，用以煮石。東華真人《煮石經》曰：舜帝登蒼梧之山，曰厥金玉之香草，朕用偃息正道。此五加也，又異名曰金鹽。王屋山人王常曰：何以得長久，何不食石蒼金鹽。又曰：寧得一把五加，不用金玉滿車。又名文章草。譙周《文章草贊云》：文章作酒，能成其味。以金買草，不言其貴。近有士子作《遊女詩》，云：不曾憐玉筍，相共采金鹽。亦妙句也。

李日華《六研齋筆記》二筆卷四　天精，天門冬。地精，地黃。日精，枸杞。月精，松黃。陰精，遠志。陽精，人參。山精，巨勝。水精，藕節。人精，菊花。九藥等分，採擇清淨，杵爛，以百草和露包裹，用葛藤緊札，與五斗米同蒸。米熟出之，夜攤於星月之下。五更水露陰乾爲末，煉蜜丸。日服一棗大，旦用水下，不出七日，可以度世。

李日華《六研齋筆記》三筆卷二　煉於火化之後蓋以桑爲丹基耳凡桑上生薑與桑椹皆爲上藥。

五加皮，名金鹽，又名文章草。譙周《巴蜀異物志》：《文章草贊》曰：文章作酒，能成其味。以金買草，不言其貴。

諸匡鼎《橘譜》

金橘

《廣輿記》閩沙縣産金橘。《花果録》，其實小如彈，黃如金，謂之金橘。《歸田録》金橘産于江西，都人初不甚貴，後因温成皇后好食之，由是價重。京師欲久留此果，藏于録豆中，經時不變，橘性熱而豆涼也。

張萱《疑耀》卷三《餐菊》　《楚詞》：餐落英。菊英也。今人餐菊者皆生餐之，亦未聞有烹飪者。温公《晚食菊羹詩》：采擷授厨人，烹瀹調甘酸。毋令薑桂多，失彼真味完。不知其法何似。

胡鳴玉《訂譌襍録》卷六《王瓜生》　記《月令》孟夏之月，王瓜生，苦菜秀。王瓜，草名，非瓜也。故自來類書未有，以此誤隸瓜門者。《禮記集説》云：此記已月之候王瓜。注云：草扶歷反。蔈，音同。謂之瓜者，以根之似也，亦可釀酒。朱氏曰：王瓜色赤，感火之色而生，苦菜味苦，感火之味而成玉。曾見辨證書謂西瓜至五代始入中國。《文選》浮甘瓜於清泉。蓋指王瓜甜瓜之類。欲證甘瓜之非西瓜，而以草名爲瓜，其謬不更甚乎。

陳懋仁《庶物異名疏》卷一六《飲食部》　服脩，束脩，《公羊注》：服脩者，脯也。《禮》：婦人見舅姑，以棗栗，取其早自謹敬。服脩取其斷，斷自脩脯加薑桂曰脩。《穀梁注》：束脩，脯也。

柰脯

柰脯者，切柰暴乾之如脯也。

皁斗

高誘《吕覽注》：橡，皁斗也，其狀似栗橡，斗子煮食可止饑，微苦。《枕中記》云：橡子非果非穀，最益人，服食無氣，而受氣無味，而受味消食止痢，令人强健。

陳繼儒《古今韵史》卷一二《韵物・落花生》　雲間東土有之，藤蔓延，莖葉似扁豆。花開落地，一花就地結一果，大如桃。深秋取食之，甘美異常，土人名曰落花生。

陳繼儒《岩棲幽事》　吾山無薇蕨，然梅花可以點湯，蒼蔔玉蘭可以蘸麵，牡丹可以煎酥，玫瑰、薔薇、茱萸可以釀醬，枸杞、麓蔥、紫荆莢瓜葅菜苗松粉，又可以補笋脯之闕，此山癯食譜也。

陶珽《説郛續》卷二七陳繼儒《巖棲幽事》　吾山無薇蕨，然梅花可以點湯，蒼蔔玉蘭可以蘸麵，牡丹可以煎酥，玫瑰、薔薇、茱萸可以釀醬，枸杞、麓蔥、紫荆莢瓜葅菜苗松粉，又可以補笋脯之闕，此山癯食譜也。

陳繼儒《酒顛補》卷上《烏梅解醒》　陳永陽王宿醒未解，則爲蜜漬烏梅，每啖不下二十枚，清醒乃已。《樵人直語》

陳繼儒《辟寒邪》卷一　岷山之下凶年以蹲鴟爲糧，不復疫癘，知此物之宜人也。《本草》調芋土芝，云益氣充飢。惠州富此物，然人食之者不免瘴。吴遠

游曰，此非芋之罪也。芋當去皮，濕紙包煨之，火過熟，乃熱嚼之則鬆而膩，乃能益氣充飢。今惠州人皆和皮水煮，冷淡堅頑少味，其發障固宜。丙子除夜前兩日，夜飢甚，遠游煨芋兩枚，見啖甚美，乃爲書此帖。

皇甫録《下陴記談》卷下 《漢·西南夷傳》：南粤食蒙蜀蒟醬。注：樹如桑，取其實作醬，蜀人以爲珍味也。

焦周《焦氏説楛》卷二 鷄冠棗宜作脯，醍醐棗宜生啖。

焦周《焦氏説楛》卷七 果子

皂兒膏，宜利少，瓜蔞煎，鮑螺，裹蜜，糖絲線，澤州錫，蜜麻酥，炒團，澄沙團子，十般糖，甘露餅，玉屑膏，爐木瓜，糖脆梅，破核兒，查條，橘紅膏，荔枝膏，蜜薑豉，韻薑糖，花花糖，二色灌藕，糖豌豆，芽豆，粟黄，烏李，酪麵，蓼花，蜜彈彈，望口消，桃穰酥，重劑，蜜棗兒，天花餅，烏梅糖，玉柱糖，乳糖獅子，薄荷蜜，琥珀蜜，錫角兒，諸色糖蜜煎。

焦周《焦氏説楛》卷二 鷄冠棗，宜作脯，醍醐棗，宜生啖。

包衡《清賞録》卷七 孟蜀時，兵部尚書李昊，每春時將牡丹花數枝分遺朋友，以興平酥同贈，且曰俟花凋即以酥煎食之，無棄穠艷也。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝·柿》 三月間秧黑棗備接柿樹。上户秧五畦，中户秧三畦，下户秧二畦。凡坡陡地内，各密栽成行。柿成做餅，以佐民食。

包汝楫《南中紀聞》 閩中産烏飯草，能縮米，一名瘦米，用以煑米，米粒堅細，每斗僅得升許，第色帶黑耳，軍行必備此，可以輕騎遠出。

陳詩教《花裏活》卷下 宋劉漫塘嘗採梔子花和麵食之，名簪菊煎，清芳可愛。

陳正學《灌園草木識》卷一《花之屬》 玫瑰，花紫紅色，綴以黄心，亦熬爲露香甜，稍遜番薔薇。澆忌溺水，視諸花忌溺者爲甚。

陳正學《灌園草木識》卷一《花之屬》 番薔薇，此花從東國來，短條多刺，花開香烈甜媚，千葉包裹，嬌紅深淺，意態自佳，非玫瑰所敢擬也。吴浙所稱薔薇者，另是一種，漳呼爲番薔薇，蓋著其地以别之也。男女俱帶於首，其乾與肥皂同搗，鹽洗尤香。可熬露寄遠，數年如新。日用將露滴湯酒菓餡中，甚有韻致。

附熬露法。

用銅盆可尺剉許，採花瓣，去心蒂，滿實其中，箆以樵皮，青下白上，以錫爲桶蓋之，如燒酒法。旁有承露碰，桶上仰置水，大熱則易之，三易水而碰中之露滿矣。銅盆安於烘爐上，隔之以磚，熾勁炭火其下，一日只熬六次。箆法或用蔗查去汁，以水微浸。此易焦，焦則露黄而酸，酸以參醋亦佳。或用蕤砂不至於焦，第不能發花氣。或有不用火熬，將盆置滾水中盪，得露多而香氣薄，不堪久藏。藏露法不宜用磁器，惟錫爲佳。若遇霉天，將碰於烈日晒，香性長存。此法乃海濱人擒夷女爲婦，能作薔薇露及五色糖花，秘不傳人。後或有洩其方慧心好事者，懸想加減，至於盡善。薔薇花之用，從此博矣。

陳正學《灌園草木識》卷一《花之屬》 百合，其根百片，湊合如蒜，蒸食之，甚美。花開六稜，垂頭黄心。

陳正學《灌園草木識》卷一《花之屬》 白蓮，單葉子稀。凡荷最忌桐油，滿沼之荷，滴幾點桐油立斃。【略】吕良常桂林入謫，居漳，幕過，取荷葉出水新嫩未開者，淖以滾湯，裹肉蒜笋豉若餛飩，然食之信美，名曰荷管。山居取葉爲甑，置烈火中煑粥，甚香美。色碧緑，粥熟而葉不焦。《本草》欠詳，故表之。

陳正學《灌園草木識》卷一《花之屬》 桂花，自中秋以後，月月作花，至首夏方止，故名月桂。【略】其花煮以飴蜜而爲膏，擣以糖霜而爲餅，漬以黄楊梅汁而爲菹，皆盤供佳品也。

陳正學《灌園草木識》卷一《花之屬》 菊，菊種甚多，隨年所種，不復分别。【略】附製茶菊方。有一種冬月開黄花如錢而厚者，爛熳離落。李如穀明府過園，語余曰：此茶菊也，因示製法，可以點茶佐酒。採花微蒸之，或鹽或糖隨意所好，各用少許，糝之一日，去汁曬乾收用。製不盡者，陰乾作枕甚佳。於枸杞苗時，取數蘂置白沸湯，作杞菊飲良。嫩葉拌糖麵，煎食之美。

陳正學《灌園草木識》卷二《菓之屬》 梅，黄可作醬，方具《月令》。《廣義》又以鹽漬之，可入各花爲餅，顏色鮮妍。

陳正學《灌園草木識》卷二《果之屬》 枇杷，去核，白糖煮爲茶供，半日可就。

陳正學《灌園草木識》卷二《果之屬》 菩提果，樹如荔枝，高可三丈許，今貝葉箋如其葉也。凡樹葉無邊界，獨此葉有之。考《升庵外集》一名貝多樹。《虞衡志》一名部諦子。正二月作花，淺黄色，如合歡英英千線。外有護瓣四五片，滿樹如毬。其菓五月間熟，日可百許顆，次第一月許方熟盡。色如黄金，圓者如枇杷，墮者如棗，又如貝。虚中而核能鳴，核可以種。香甜而韻遠，食之通氣。

當其熟時，微風飛鳥過之，輒墮地作爆竹聲。漬之以蜜，亦堪久藏。小園有三株，大者中斗，南方之珍奇菓也。

陳正學《灌園草木識》卷二《果之屬》 蕉，蕉有五種，一名牙蕉，產漳浦者最佳。一莖壯者，吐二百餘子，作羣瓜形。熟而皮青，甘香，可曬作乾。曬法蒸而曬之易乾，不煩火焙。一種黃芽蕉，產南靖，雖香不甘。一種大者子稍方，名柴蕉，味酸，市人以焙乾亦不甚佳。一種產山谷者，人績其絲爲布，取其心作羹，不能結菓也。一種花紅者名美人蕉，與石相傍，亦名石蕉。具花部函史含五種爲一，蓋傳聞之誤也。

陳正學《灌園草木識》卷二《果之屬》 橙，諸柑惟橙皮最香美，肉如醋，不堪食也。莆友示余製橙鹽法。用炒鹽一兩，橙皮二枚，擣爛貯磁中。遇食時，取搨魚肉甚佳，不須用橘葉醋也。

周履靖《群物奇制・果子》 收棗子蛀，以一層粟草一層棗相間安之。收栗不蛀，以栗蒲燒灰淋汁澆一宿，出之候乾置盆中，用沙覆之令厚一二尺一方，用炭拌勻，入餅藏之，要得地氣，半月一拌爲妙。生紅柿欲易熟者，用水梨子禽之，置盆內密護之，不可通氣。一云收桶內，用草拌不爛，可至三四月，橘葉尤妙。藏西瓜不可見日影，見之則芽。收雞頭曬乾入瓶，紙蒙了復埋之地中。藏金橘於綠豆中，則經時不變。藏柑子以盒盛，用乾潮沙蓋之，土瓜同法。甜瓜生者用石首煮魚骨插蒂上，一宿便熟，勒煮亦可。收湘橘用煮湯錫餅收之，經年不壞。藏胡桃不可焙，焙則油了。藏梨子用蘿蔔間之，勿令相着，經年不爛，或削梨蒂插蘿蔔上，亦不得爛。藏香圓同此法。松子仁帶皮則不油。橄欖高難採，以鹽塗樹則實自落。青梅小滿前嫩脆，過後則易黃。新椎子以豬脂炒過，則黑皮不著肉。栗子與橄欖同食，則無苦味。梅子與韶粉同食，不酸不軟，梅葉尤佳。作梅花香。橄欖與鹽同食，則無苦味。梅子與木瓜以白梅蒸之無筋且爛。鉛白霜與木瓜同食不酸澀且無相，胡粉亦可。沸湯綽荔枝、圓眼肉則白如新，先以針刺破令透。炒栗子不要爆，但以生芽處向上則不爆。炒銀杏在十個以上則不爆。西瓜要冷，以指甲摺破打開晒日中少時，復安陰處則冷如冰。收水楊梅鹽礬澀之，如便喫少用鹽，留久則多用鹽。石蓮試之久者，以十枚俱沉，造醬亦然。乾果子蒸了者露之味如新。梅仁以酸漿浸三日，炒之如杏仁。菱煮過以礬湯綽之，嫩綠如生。爆栗子、銀杏，拳一個在手則不爆，勿令人知。熏橘皮及烏梅荔枝必先焯過，方熏焙則乾。收橘子用葉同枚，層層相收，雖日久則不壞。香員梗上安芋片則不疳。水楊梅入煤炭不爛。西瓜宜懸高處，忌惹苔帚風即爛，并貓踏之即沙。

彭大翼《山堂肆考》卷二〇八《果品・橄欖》 《草木狀》：橄欖子大如棗，兩頭尖，青色。二月華，八九月熟，味酸，蜜藏乃甜矣。

彭大翼《山堂肆考》卷二〇八《果品・閩中尤重》 《嶺表異録》：橄欖樹身聳，枝高數丈，閩中尤重其味。咀之香口，勝含雞舌。核有稜，內三竅，有仁。生啖及煮熟食之，悉解酒毒，置茶中尤佳。有野生者子繁樹峻，不可梯緣，但刻其根下方寸，納鹽于其中，一夕子皆落。

彭大翼《山堂肆考》卷二三六《補遺・屠蘇》 周王褒詩：飛甍雕翡翠，繡桷畫屠蘇。則知屠蘇本草名，畫於屋上，因草名以名屋。杜詩云：願隨金腰褭，走置錦屠蘇。此屠蘇，屋名也。後人又借屋名以名酒，元日屠蘇酒是也。又大帽形類屋，亦名屠蘇。《南史》謡云，屠蘇障日覆兩耳是也。

文震亨《長物志》卷一一《橘橙》 橘爲木奴，既可供食，又可獲利，有緑橘、金橘、蜜橘、扁橘數種，皆出自洞庭。別有一種小於閩中，而色味俱相似，名漆墻紅者更佳。出衢州者，皮薄亦美，然不多得。山中人更以落地未成實者，製爲橘藥，鹹者較勝，黃橙堪調膾，古人所謂金虀。若法製丁片，皆稱俗味。

文震亨《長物志》卷一一《香橼》 香橼大如杯盂，香氣馥烈，吴人最尚，以磁盆盛供，取其瓤，拌以白糖。亦可作湯，除酒渴。又有一種皮稍粗厚者，香更勝。

文震亨《長物志》卷一二《芡》 芡花晝合宵展，至秋作房如雞頭，實藏其中，故俗名雞豆。有秔稬二種，有大如小龍眼者，味最佳，食之益人。若剥肉和糖擣爲糕糜，真味盡失。

文震亨《長物志》卷一二《五加皮》 久服輕身明目，吴人於早春採取其芽，焙乾點茶，清香特甚，味亦絶美，亦可作酒，服之延年。

文震亨《長物志》卷一二《菌》 雨後彌山遍野，春時尤盛，然蛰後蟲蛇始出，有毒者最多，山中人自能辨之。秋菌味稍薄，以火焙乾，可點茶，價亦貴。

曹學佺《蜀中廣記》卷六〇四《方物記第六・食饌》 《漢書》：武帝使唐蒙諷曉南越食，蒙以蒟醬謂從西北牂牁江來，故曰感蒟醬、竹杖，則開牂牁越嶲也。《正義》曰：蒟似穀，葉如桑，以葉作醬酸美。顔師古曰：亦名浮留，似蕇撥，嶺南取葉和檳榔食之。嵇含《南方草木狀》云：蒟醬，蕇茇也，大而紫曰蕇茇，小而青曰蒟，可以調食，故曰醬。《丹鉛録》云：今永昌人猶以蕇茇爲豉。《方物略》：蒟出渝、瀘、茂、威等州，葉如王瓜厚而澤，實若桑椹，緣木蔓生，子熟時外

黑中白，長三四寸，以蜜藏而食之，辛香能温五藏，或用作醬，善和食味。贊曰：蔓附本生，實若椹纍。或曰浮留，南人謂之和以爲醬，五味告宜。按：《蜀記》曰：扶留木根大如箸，又似柳根。有蛤名古貢，生水中，燒以爲灰曰牡蠣粉。先以檳榔著口中，又取扶留藤一寸，古貢灰少許同嚼，除胸中惡氣。《韻府》：蒟葉如桑，子如甚，玩之近是。但今人不解爲醬，而以爲麵。《寰宇記》有蒟醬山在故都濡縣，今之彭水也。

常璩《巴志》云：蔓有辛蒟，園有芳蒻。《蜀都賦》：其園則有蒟蒻、茱萸。註云：蒻，草也，其根名蒻頭，大者如斗，其肌正白，以灰汁煮則凝，以苦酒淹食之，蜀人是珍。《本草》：蒟蒻出蜀中，施州亦有之，呼爲鬼頭。《益州記》云：蜀人以冬月取蒻莖，舂碎炙之，水淋一宿爲葅。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 《禮記》註：薤音薤，煎茱萸也。《爾雅》謂之椒，色八切。《廣雅》：椒櫰檽越椒，茱萸也，一名薤根，東南行者勝子。至九月日氣烈而熟，故俗至是日折以辟惡氣。又有名食茱萸者，其本高大至百尺餘，枝莖青黄，上有小白點，葉類油麻，花黄，蜀人呼其實爲艾子，即薤音之訛也。《戎州志》：土人以艾子爲油，樹高數丈，子如茱萸，糜之而取其汁，烹蔬筍，味辛香。《方物略》：艾子實正緑，味辛，蜀人每進羹臛，以一二粒投之，少選香滿盂醯。或曰作爲膏尤良。按揚雄《蜀都賦》作藘，藘艾同音云。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 《本草》：邛州有醋林子，類櫻桃而蔕短，其葉味酸，采得入鹽，和魚鱠食，云勝用醋也。《廣志》曰：蜀名梅爲藸，大如雁子，梅藸皆可以爲油黄梅，以熟藸作之。藸音老。按《周禮》饋食之籩，其食乾藸。《食經》曰：蜀中藏梅法，取梅極大者剥皮陰乾，勿令得風，經二宿去鹽汁，内蜜中，月許更易蜜，經年如新也。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 《蜀都賦》曰：麵有枌榔。《寰宇記》播州畇町縣有枌榔木，可以爲麵，百姓資之。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 《廣志》曰：蜀地温食瓜至冬熟，有秋泉瓜秋種，亦冬熟。《齊民要術》云：取白米一斗，鑼中煮之以作漿。其子可雜米粉爲糗，故古詩有碧澗水淘蒼耳飯之句云。

木增《雲薖淡墨》卷三《忘憂薹》 嵇康云：合歡蠲忿，萱草忘憂。崔豹《古今注》則曰：丹棘又名鹿蔥，春采苗湯瀹，以釀醬作爲菹，或燥以肉。何處順宰六合時，多食此，毋乃以邊事未寧邪曰。贊之曰：春日載陽，采萱于堂。天下樂生食。

兮，其憂乃忘。

木增《雲適淡墨》卷八《于以采藻》 藻，水草也，生水底，有二種。其一種葉如雞蘇，莖大如箸，長四五尺。其一種莖大如釵股，葉如蓬蒿。謂之聚藻。扶風人謂之藻聚，爲發聲也。此二藻皆可食。煑挼去腥氣，米麵糝蒸爲茹，嘉美楊州。饑荒可以當穀食，饑時蒸而食之。

木增《雲適淡墨》卷八《摽有梅》 梅，杏類也，樹及葉皆如杏而黑耳，曝乾爲腊，置羹臛齏中，又可含以香口。

鄺露《赤雅》卷下

青精飯

猺人社日，以南天燭染飯，競相遺送，一本作餽遺。名曰青精飯。杜詩：豈無青精飯，令我顏色好。

蒟醬不爲異一本無不爲異三字

蒟醬，猺峒中家家用之，以蕐茇爲主，雜以香草，味雖佳不足爲異耳。《史記》：唐蒙風曉南越，蒙食枸醬，問所從來，一本有曰字道西北牂牁。故《蜀都賦》云：枸醬流味於番禺之鄉。今問之番禺，無有知者，惟出自牂牁，故云流味也。蕐茇，吾家蛤蔞也。師古注，本草注，楊用修、張孟奇辨之皆誤。

勞大與《甌江逸志》 永嘉金柑，即金豆，獨名羅浮者，或產于江北之羅浮，其品最佳，故以地名之。温人去核，浸以白糖，入口香美，點茶絶勝。

沈自南《藝林匯考飲食篇》卷二《羹豉類》 《秕言》杜詩云：香聞錦帶羹。荆湖近事荆渚間，有花名錦帶，春末開花，紅白如錦，初生葉柔脆可食。

《山家清供》：錦帶又名文官花，條生如錦，葉始生柔脆可羹。杜甫故有香聞錦帶羹之句，或謂蓴與菰固生水濱，昔張翰臨風必思蓴鱸以下氣。按：《本草》蓴鱸同羹，可以下氣止嘔。以是知張翰在當世，意氣抑鬱，隨事嘔逆，故有此思耳，非蓴魚而何。杜甫卧病詩恐同此意也，謂錦帶爲花，或未必然。

【略】

《高齋詩話》：牧之《和裴傑新櫻桃詩》云：忍用烹騂酪，從將玩玉盤。流年如可住，何必九華丹。唐人已用櫻桃薦酪也。《苕溪漁隱》曰：《摭言》載唐新進士尤重櫻桃宴，劉覃及第大會公卿，和以糖酪，則櫻桃薦酪又可驗矣。

《辨物志》南越食，唐蒙以牂牁蜀枸醬。既云蜀又云牂牁，何也。枸醬出于蜀，而持市于夜郎。夜郎臨牂牁江，故兼曰牂牁，猶之黄連産九谿永定兩衛，而經販于澧州，本草遂載黄連澧州者爲勝云。

沈自南《藝林匯考飲食篇》卷一《饗膳類》 《集覽》：光啟三年，廣陵城中無食，以堇泥爲餅。《通鑑》釋文曰：堇，草名，《爾雅》謂之齧苦，今堇葵也。愚謂此説恐悞。案：堇當音芹。《説文》堇，黏土也。徐氏曰：今人謂水中泥黏者爲堇。且上文云草根木實皆盡，則又安得有堇葵在此，必黏土無疑。隋煬帝時，江都民擣藥煑土而食。唐昭宣時，朱全忠圍劉守文于滄州城中。食盡，九土而食。以此益信非堇葵明矣。

《庶物異名疏》《博物志》徐州人以土爲蓬塊，劉守光圍滄州，城中食盡，食堇塊，粘土也。

閔敘《粵述》 又一種草木，葉如棠棣，花如真珠，二月節開，其香幽静而甜，過於玫瑰茉莉甚遠，土人用以染飯作黄色以供祭祀，謂之香飯。花以形義論之，殆即釋氏所云苾芻者邪。

丁其譽《壽時秘典》卷二《調攝・保生月録》 枸杞葉作茶飲，治消渴，强陰，解面毒。

丁其譽《壽世秘典》卷三《類物・果部》

荔枝

生嶺南及巴中，今閩之泉福漳興皆有之。其品以閩中爲第一，肌肉甚厚，甘香瑩白，非廣蜀比。廣蜀所出早熟，初生小酸，肉薄核大，不堪。又有焦核荔枝，乾時肉紅，日晒、火烘、鹵浸、蜜煎，皆可致遠。成朵晒乾者，謂之荔錦。白樂天《荔枝圖序》：荔枝樹形團團如帷蓋，葉如冬青，花如橘，而春榮實如丹，而夏熟朵如蒲桃，核如枇杷，殼如紅繒，膜如紫綃，瓤肉潔白如氷雪，漿液甘酸如醴酪。若離本枝，一日而色變，二日而香變，三日而味變，四五日外，色香味盡去矣。【略】

橄欖

此果雖熟，其色亦青，故俗呼青果。春有色黄者，病物也，不堪食。王禎云：其味苦澀，久之方回甘味，故又名爲諫果。深秋方熟，咀之香口，勝含鷄舌。李時珍云：橄欖樹高，將熟時，以木釘釘之，或納鹽少許于皮内，其實一夕名自落。生咀嚼之味雖苦澀而芬香，蜜漬鹽藏皆可致遠。又有緑橄色緑，烏橄色青黑，肉爛而甘，取肉槌碎乾放，自有霜如白鹽，謂之橄欖。青橄核内仁乾小，惟烏

欖仁最肥大，有文層叠如海螵蛸狀而味甘美，謂之欖仁。又有一種波斯橄欖、生邕州，色類相似，但核作兩瓣，蜜漬食之。樹枝節上生脂膏如桃膠，南人採之，和皮葉煎之，調如黑餳，謂之橄欖糖，用泥船損，乾後牢于膠漆，着水益乾堅耳。《通雅》云：何子元稱青子。自閩來者，小而香，入沸水中色淡碧。餘者如法泡之，色黃，味不香乃知皆餘甘子木威之種也。

松子

松子有南松、北松、華陰松，形小殼薄，有斑極香。海松子又名新羅松，子出遼東及雲南，與松樹同，惟五葉一叢者，毬内結子大如巴豆，而有三稜，一頭尖爾，肉甚香美，久收亦油。

桃

桃品甚多，易于栽種，且早結實。五年，宜以刀劃其皮，出其脂液，則多延數年。桃樹生蟲，煮猪頭汁澆之，即止。其花有紅、紫、白、千葉之殊。其實有紅桃、緋桃、碧桃、緬桃、金桃、銀桃、胭脂桃之名。生桃切片瀹過，曝乾爲脯，可充果食。取爛熟桃納甕中蓋口，七日，漉去皮核，密封二七日，成酢，香美可食。

栗　栗類亦多，大者爲板栗，中心扁子爲栗楔，稍小者爲山栗。山栗之圓而末尖者爲錐栗，圓小如橡子者爲茅栗。吴栗雖大味短不如北栗。栗欲乾收，莫如曝之。欲生收，莫如潤沙藏之，至夏初尚如新也。

棗　南北皆有，其類甚繁。青州出者，形大而核細，肉厚多膏。密雲所出小棗，甘潤核細，止可充果食。入藥須用音州及晉地晒乾大棗爲良，亦有用膠棗之肥大者。凡棗切而晒乾者爲棗脯，煑熟榨出者爲棗膏，蒸熟者爲膠棗，搗棗膠曬乾者爲棗油。其法，取紅軟乾棗入釜，以水僅淹平，煑沸，漉出沙，盆研細生布絞取汁塗盤上晒乾其形如油以手摩刮爲末，收之。每以一匙没湯盌中，酸甜味足，即成美漿。用和米麨，能止飢渴，益脾胃也。河東猗氏縣出大棗子如鷄卵。

乾棗，即晒乾大棗也。氣味甘温無毒，主安中養脾氣，平胃氣，通九竅，助十二經，除腸癖，和百藥，調榮衛，生津液。

梨

種類甚多，必須棠梨桑樹接過者，則結子早而佳。有青黄紅紫四色。乳梨即雪梨，鵝梨即綿梨，消梨即香水梨，俱爲上品。其他青梨、赤梨、紫糜梨，皆粗濇不堪。别有野梨名山梨，實大如杏。棠梨如小棟子大，霜後可食，味皆酸濇。《物類相感志》言：梨與羅蔔相間收藏，可經年不爛。

木瓜

木瓜處處有之，而喧城者爲佳。【略】木瓜性脆，可蜜漬之爲栗。去子蒸爛搗泥，入蜜與薑，作湯，冬月飲尤佳。木桃木李性堅，亦可入蜜煮湯及作餻食之，氣皆香美。

山楂音渣，世俗皆作查字，誤矣。

俗呼山裏紅，果有二種，皆生山中，一種小者，山人呼爲棠杌子。一種大者，山人呼爲羊杌子。實有赤黄二色，初甚酸澀，經霜乃可食。今人取熟者，去皮核搗，和糖蜜作爲楂餻以充果物。

林檎俗呼花紅。

即奈之小而圓者，其類有金林檎、紅林檎、水林檎、蜜林檎、黑林檎，皆以色味立名。黑者色似紫柰，熟時曬乾研末，點湯服甚美。

柿俗作柿

柿有七絶，一壽，二多陰，三無鳥巢，四無蟲，五霜葉可愛，六嘉實，七落葉肥大。有數種，紅柿所在皆有，黄柿生亦洛諸州，朱柿出華山，圓小而深紅，皮薄可愛，味更甘珍。椑柿色青可生啖。又有一種小柿，謂之軟棗，俗呼爲牛奶柿，生柿置器中，自然紅熟如烘成，澀味盡去，其甘如蜜，謂之烘柿，曰乾者謂之白柿，火乾者謂之烏柿，水浸藏者謂之醂柿，皆以核少者爲佳。醂藏柿也，水牧鹽浸之外，又有以熟柿用灰汁澡三四度，令汁盡，着器中，經十餘日即可食。治病非宜。

氣味甘寒澀無毒主潤肺涼心除煩止渴壓胃間熱通耳鼻氣治腸澼不足。

白柿即乾柿生霜者。其法：用大柿去皮捻扁，日晒夜露至乾，納瓮中，待生白霜白乃取出。今人謂之柿餅，其霜謂之柿霜。

橙

大者如盌，經霜早熟，色黄皮厚，香氣馥郁，可以熏衣，可以筆鮮，可以糖製爲橙丁，可以蜜製爲橙膏，宿酒未解者，食之速醒。

氣味酸温，無毒。洗去酸汁切，和鹽蜜煎成，貯食。止惡心，能去胃中浮風惡氣。多食傷肝氣，發虚熱。

皮氣味辛温，無毒，主散腸胃惡氣，消食下氣，去胃中浮風氣。糖作橙丁，甘美，消痰下氣，利膈寬中，解酒。

金橘

生則深綠，色熟乃黃如金，故有金橘之名。其味酸甘而芳香可愛，糖造蜜煎皆佳，藏綠豆中可經時不變，蓋橘性熱豆性涼也。又有山金橘，俗名金豆，實如櫻桃，內止一核，俱可蜜漬，香清味美。王岐公詩：黃埃晚菊垂金砌，圓並明珠落翠盤。

楊梅

有紅白紫三種，紅勝于白，紫勝于紅。顆大而核細，鹽藏蜜漬餚收皆佳。青時極酸，熟則如蜜，用以釀酒，號爲梅香酎。

發明：孟説曰：久食令人發熱，損齒及筋骨，忌生同食。有疝氣人，不可與燒酒同食。食則即時舉發。核中有仁，取以點茶，甘香可愛。取仁法：在柿漆拌核曝之，則自裂出也。

櫻桃

一名含桃。《禮記》：仲春，天子以含桃薦宗廟，即此。先百果熟，故古人多貴之。其實熟時深紅色者，謂之朱櫻。紫色，皮裏有細黃者，謂之紫櫻，味最珍重。又有正黃明者，謂之蠟櫻。小而紅者，謂之櫻珠，味皆不及極大者。有若彈丸，核細而肉厚，尤難得。鹽藏蜜煎皆可。林洪《山家清供》云：櫻桃經雨則蟲自內生，人莫之見。水浸良久，則蟲皆出，乃可食。

椰子

嶺南州郡皆有之。其樹初栽時用鹽置根下則易發木至斗大方結實大者三四圍高五六丈通身無枝葉在木頂長四五尺直聳指天狀如棕櫚勢如鳳尾二月着花成穗，出于葉間，一穗數枚，小者如栝樓，大者如寒瓜，懸着樹端。六七月熟，有粗皮包之，皮內有核，圓而黑潤，甚堅硬，厚二三分，殼內有白肉瓤如凝雪，味甘如乳。瓤肉空處有漿，鑽蒂傾出，清美如酒，若久者，則混濁不佳矣。其殼磨光有斑繡點紋，可爲酒器。如酒中有毒，則酒沸起或裂破。今人或漆或鑲，殊失其義。

漿氣味甘温無毒，主去風熱，祛暑氣。

瓤氣味與漿同，食之不饑，令人面澤。

桄榔子

嶺南二廣州郡皆有之。其木似棕櫚而堅硬，斫入數寸得麪，大者至數石，赤黃色可食。其皮至柔堅韌，可以作綆，其子作穗如青珠，每條不下百顆，團團懸掛若傘，極可愛。其木最重，色類花梨而多紋，用代鐵鎗鋒芒甚利，一名麪木，又名鐵木。一種莎木生嶺南山谷，大者皮內有白麵石許，色黃白，搗篩作餅，或磨屑作飯，食之，補益虛冷消食，彼人呼爲莎麪。輕滑美好，勝于桃榔麪也。

子氣味苦平，無毒，主破宿血。

麪氣味甘平，無毒，作餅炙食腴美，補益虛羸損乏，腰脚無力，久服輕身辟穀。

波羅蜜

生交趾、南番諸國，今嶺南、滇南亦有之。樹高五六丈，類冬青而黑潤倍之，葉極光淨，冬夏不凋，至斗大方結實。不花而實出于枝間，大如冬瓜，外有厚皮裹之，若栗毬上有軟刺礧砢。五六月熟時，剥去外皮，殼內肉層叠如橘囊，味甘如蜜，香氣滿室。一實凡數百核，核大如棗，其中仁如栗黃，煮炒食之甚佳。

氣味甘香，微酸平，無毒，主止渴解煩，醒酒益氣，令人悦澤。

核中仁氣味同瓤，主補中益氣，令人不饑，輕健。

無花果

一名映日果，枝柯如枇杷樹，三月發葉如花構葉。五月內不花而實，實出枝間，狀如木饅頭。其內虛軟，采以鹽漬壓實令扁，日乾充果食。熟則紫色，軟爛甘，味如柿而無核也。【略】

丁其譽《壽世秘典》卷四《類物・味部》

花椒

秦地所産者，名秦椒。樹似茱萸而小，有針刺，葉堅而滑澤，味亦辛香。四月生細花，五月結實，顆如小豆而圓，生青熟紅，大于蜀椒，味短，其目亦不及蜀椒目光黑也，生蜀中者，名川椒，味短。其生漢中者名漢椒，點椒、莖葉都相類，但蜀椒肉厚皮皺，腹裏白，氣味濃，其子光黑如人之瞳，人故謂之椒目。他椒子雖光黑，亦不似之。若土椒則子無光彩矣。寇宗奭曰：凡用秦椒、蜀椒，須去目及閉口者，炒熱隔紙鋪地上，以椀覆，待冷，碾取紅用。皇后稱椒房，取其實蔓延繁多，以椒塗室，亦取其温煖。

徐世溥《夏小正解》 五月，煮梅，爲殺核也。

周嘉胄《香乘》卷一〇《飲食香》

丁香竹湯

荆南判官劉或棄官遊秦隴閩粵，篋中收大竹十餘頓，每有客，則斫取少許煎飲，其辛香如雞舌湯，人堅叩其名，曰丁香竹，非中國所産也。《清異録》

張岱《夜航船》卷一六《植物部》 益智，葉如裹荷，莖如竹筍，子從中心出，一枝有十子，子內白骨，四破去之，取外度蜜炙，爲粽子味辛。盧循餉宋武，又餉遠公，名益智粽。

張岱《夜航船》卷一六《植物部》 麪樹，名桄榔樹，樹大四五圍，長五六丈，洪直無枝條，其顛生葉不過數十，似栟櫚。其子作穗生木端，其皮可作縧。得水則柔韌，胡人以此聯木爲舟。皮中有屑如麪，多者至數斛，食之與常麪無異。

張岱《夜航船》卷一六《植物部》 椰樹，如栟櫚，高五六丈，無枝條。其實大如寒瓜，外有粗皮，皮次有殼圓而且堅，剖之有白膚，厚半寸，味似胡桃而極肥美。有漿飲之，作酒氣。俗人呼之越王頭，其殼可鑲杯壺，可作瓢。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷四 玫瑰花，其香甚濃，開人肺俯，悦人脾胃，借梅酸餡漬之，極佳。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 花生，即俗稱長生果。厦門十七八文錢一觔，省中稍貴。土人醎之炒熟，恒以九文錢買四兩。

陸次雲《八紘譯史》卷二《天竺・物産》 椰樹甚大，榦可造舟車，葉可覆屋，實可療飢，漿可止渴，又可爲酒、爲汕、爲糖、爲醋。其節可爲釘，殼可盛飲。

陸次雲《八紘譯史》卷三《安南・物産》 蟻子醬，溪峒人取蟻卵爲醬，視之如珍。

木綿樹，實如酒杯，口有絲綿，破一實得四五斤不等。

檳榔杞以甘州得名，河以西遍地皆産，惟涼州鎮番衛瞭江石所産獨佳。瞭江石在邊外數百里，爲番彝住收之地，土人往取，率數十人結隊，晝伏夜竹，採不數掬即返，恐番彝刼掠也。道遠而得之難，故獨甚貴。乾者大如豆，赤如硃，即當事貴人，歲得亦僅升合耳。黎媿曾先生爲彼地觀察云：僅兩見，今服食家以細小紫色者爲甘枸杞，非也。予所見真甘枸杞大而赤少子，即如川貝母，大如龍眼，川附子，其進貢者八隻一斤，人多不識，然則燕石似玉，魚目混珠，天下事以僞亂真，大抵然也。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五十四》 故都李和爆栗，名聞四方，他人百計效之，終不可及。紹興中，陳福公長卿及錢上閣愷使金，至燕山，忽有兩人持爆栗各十裹來獻。三節人亦人得一裹，自贊曰：李和兒也。揮涕而去。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五十四》 金橘産於江西，以遠難致，都人初不識。明道景祐初，始與竹子俱來。竹子味酸，人不甚喜，後遂不至。而金橘香清味美，置之尊俎間，光彩的礫如金彈丸。都人初亦不知貴，後因温成皇后特好食之，由是遂重京師。吉州人最珍此果，其欲久留者，則於緑豆中藏之，可經時不變。云橘性熱而豆性涼，故能久也。

唐鄧間多大柿，初生，堅實如石而澀。凡百十柿，以一榠櫨置其中，榲桲亦可。則紅熟如泥而可食，土人謂之烘柿。榠櫨音冥查，果名，似梨而酸。

方以智《物理小識》卷九《草木類》 蕉子　閩粤版蕉結子大而味淡，佛手蕉小而甜，有羊角蕉、牛乳蕉，有四季結子者，生食甘冷，蒸而乾之最佳。開紅花曰美人蕉，嶺北即不易結子。蕉皮可爲布。葉蒸而乾之，可以苴物。全人曰：戴蕉花頭則結實大。

方以智《物理小識》卷九《草木類》 蘘荷　升菴謂蘘荷即甘露以急就注也東壁謂蘘荷即子虚猼且而不知猼且乃巴蕉之轉聲也蘘荷似蕉而小又似薕穆三月開紅花夏結緑刺房内有黑子。其根似薑，可菹。蛇不喜此故又治蠱。

方以智《物理小識》卷九《草木類》 棗　山東棗園至白露日，根下遍堆草焚之，以辟露氣也，不爾則多乾落，正月元旦日出時，反斧斑駁椎，曰嫁棗侯，大蠶入簇，以杖擊其枝，其年實多。紅棗，樹上熟而曬乾者也。黑棗，蒸熟而曬乾者也。有摘青而曬乾者。

方以智《物理小識》卷九《草木類》 柿　《歸田録》云：百十柿，以一榠櫨置其中，則紅而熟爛，榲桲亦可。土人謂之烘柿。今但取青者，入甕中自然紅熟，其曰海門、銅盆、方蒂、匾花，皆其名也。海門經久雨則蒂脱，緑柿耐久藏，即《閒居賦》梁侯烏椑之柿也。春分接於本體，白露時摘下，碎擣，每升水半升，釀四五時，柿液造雨蓋及紙扇用之。當結實時，雨多從跗至尺，以膚間横裁之不脱。

蒲萄　蒲萄三五月斬其藤插於芋魁種之。一日灌冷茶，間兩日復以水，又以肥肉汁。蒲萄穿棗木而生最甘，入麝於其皮，則蒲萄盡作香味。陝有白、緑、瑣瑣三種，西番以釀甚妙。白大而緑無核子。瑣瑣至細，兒食痘稀。

方以智《通雅》卷三九《飲食》 冥果，蜜煎藏果也。三蒼曰：艷冥果青色也。冥果，蜜煎果也，以銅青浸之加蜜而冥於缶中，故曰冥果，與幽菽同。按：古以冥爲鼏，猶幕之也，故大招用蠵勺，長楊用爝蠭，鼏从鼎而蓋之省作冥耳，非

冥漠意。

祭青，今之蜜青梅類也。杏炙，今之杏酪也。成式食品有祭青、杏炙，即今之杏酪也。陸翽《鄴中記》曰：寒食三日，煮粳米及麥爲酪，搗杏仁煮粥。《玉燭寶典》曰：今人麥粥研杏仁爲酪，今京師助戚猶然。

周亮工《閩小紀》卷下《蜜漬蘭》 人言蘭花不可食，此爲珍珠蘭誤耳。珍珠蘭雖非斷腸草，然食其根，亦能傷人，蘭花則否。余常見建寧人家，蜜漬蘭花，冬月以之點茗，一花泛泛，鮮如初摘，正如湘女凌波時，不止壓倒昔人清泉白石也。或曰蘭必蜜後始可食。

周亮工《閩小紀》卷下《蕃薯》 萬曆中，閩人得之外國，瘠土砂礫之地，皆可以種。初種于漳郡，漸及泉州，漸及莆，近則長樂福清皆種之。蓋度閩海而南，有呂宋國，國度海而西，爲西洋，多產金銀，行銀，如中國行錢。西洋諸國金銀，皆轉載於此以過商，故閩人多賈呂宋焉。其國有朱薯，被野連山而是，不待種植，彝人率取食之。其莖葉蔓生，如瓜蔓黃精山藥山蕷之屬，而潤澤可食，或煑或磨爲粉。其根如山藥山蕷。如蹲鴟者，其皮薄而朱，可去皮食，亦可熟食之。生食如食葛，熟食色如蜜，其味如熟荸薺，器可熟食者，亦可生食，亦可釀爲酒。生食如食葛，熟食色如蜜，其味如熟荸薺，器貯之有蜜氣，香聞室中。

陸祚蕃《粵西偶記》 全州湘山寺，又名報恩光孝寺，爲無量壽佛道場，高峻奇秀，俯瞰城郭，寺僧甚衆。產磨芋形似蹲鴟，瀝稭灰水磨濃如腐，煑食甚美。

張燮《東西洋考》卷二《西洋列國考・暹羅・物產》 蓬達柰。《華夷考》曰：華言破肚子，蓋果實也。產於暹羅之崛隴，如大棗，而青島夷乾以附遠，漬以沸汁其皮自脫，圓滿如大李，肉潤膩甘美可啖。

張燮《東西洋考》卷五《東番考・雞籠淡水・物產》 薏苡。甘藷。漳名番藷，以其自東番攜來也。《異物志》曰：甘藷似芋，亦有巨魁，去皮，肌肉正白如脂肪，南人專食以當米穀。南方草木狀曰，實如拳，皮紫而肉白，蒸臛食之，味如藷蕷，蒸啖，切如米粒，以充糧糗，是名藷糧。

張履祥《農書》卷上《逐月事宜》 五月，【略】買蒜，醋用。醃梅子。熏楊梅。買醬鹽。

陳大章《詩傳名物集覽》卷一二《木》

八月剝棗

《爾雅》棗，壺棗。注：大而銳上，邊要棗。注：子細腰，擠白棗。注：子白乃熟。椹酸棗。注：樹小實酢。楊徹齊棗，煑填棗。注：未詳。遵羊棗。注：實小而圓，紫黑色，俗呼羊矢棗。洗大棗。注：河東猗氏縣棗，大如雞卵。蹶洩苦棗。注：子味苦。晳無實棗。注：樹不著子。還味棯棗。注：還味短味也，還音旋。又云：棗李曰遬之。《周禮》：饋食之籩其實棗。《禮記》：婦人之摯，脯修棗栗。又棗曰新之，又棗栗飴蜜以甘之，又食棗桃李，不致于核。《左傳》：女贄不過榛栗棗修以告虔。《青史子》：棗北方之草，冬木也。《鄒子》：燧人氏夏取棗杏之火。《韓子》：秦飢，應侯請以五苑棗栗發與之。《本草》：大棗味甘平，安中養脾，助十二經，平胃氣，通九竅，補少氣少津液，和百藥。八月採暴乾，梨百損一益。棗百益一損。《圖經》云：棗極美者。有水菱棗。御棗之類。盧諶祭注曰：春祠用棗油。淮南子：十一月棗，棗取其赤心。埤雅：棘大者棗，蓋若酸棗，所謂棘也。于文重束爲棗，竝束爲棘，一曰棘實曰棗，蓋棗性重喬，棘則低矣。故其制字如此。詩曰：八月剝棗。剝，擊也。棗實未熟，雖擊不落，已熟則爛，不擊自墮。《齊民要術》所謂全赤即收，收法撼而落之爲上是也，且棗全赤即收，故乾則紅皺，復無烏烏之費。半赤而收者，肉未充滿，乾復黃皺，將赤味亦不佳，故于全赤之時，剝而落之。

褚家軒《堅瓠廣集》卷一《竹米》 竹結實如米，則見於唐開成宋咸平之時。然不言其色與味也。《七修》載：嘉靖二十年，杭州昌化縣長亘五十里，竹葉間苞絡成穗而實焉。採而舂之，則黑色碎米，炊而食之，味少澀而飽，和飴爲餅餌，最佳。其地遂就豐熟，又《真珠船》載：嘉靖丁未戊申，商洛漢沔大饑。竹徧生實。又多竹鼈。飢民甚賴之。又見傳云：竹實如雞子味，食之清涼滿口，故謂鳳凰食也。

褚家軒《堅瓠廣集》卷二《麪肉酒樹》 麪樹則南中桄榔也，桄榔樹大者出麪百斛。又交趾望縣，欃樹皮中有如白米屑者，似麪可作餅。又蜀志涉木峰頭生葉出麪，一樹可得石許。今蕨草亦有粉，可作餅餌。肉樹出五臺山，其形如桃，質如玉，煮一滾，壓去水食之，味如豬肉。又端溪亦有肉樹。酒樹則椰也，椰似酒，味甘而薄。枸樓國仙漿，亦取之樹腹中。又青田核，以水貯之，少頃成酒，乃真酒樹也。

吳景旭《歷代詩話》卷五八辛集中之上《酥煎》 《老學庵筆記》曰王建《牡丹詩》：可憐零落藥，收取作香燒。雖工而格卑。東坡用其意云：未忍汙泥沙，牛酥煎落蘂。超然不同矣。

吳旦生曰：放翁謂坡用王建意，非也。按《客退紀談》云，孟蜀時，兵部尚書李昊，每春時將牡丹花數枝，分遺朋友，以興平酥同贈，且曰俟花凋卸，即以酥煎食之，無棄穠艷也。坡蓋用此故實耳。坡又有《雨中賞牡丹詩》：明日春陰花未老，故應未忍着酥煎。

來集之《倘湖樵書初編》卷二《樹肉竹肉附酒樹酒草酶樹》 《說圃識餘》樹肉出五臺山，其形如桃，其質似玉，煮一滾，以石壓去水，食之可飽，與熟豬無異。地瘠食淡，夫以賜僧徒也。其天花菜生七寶樹下，以和肉，夏不變味。《酉陽雜俎》云江淮有竹肉，生竹節上，如彈丸，味如白鷄。代北有樹雞，如杯棬，呼爲猢猻眼。《本草》云惟苦竹枝上生如鷄子，似肉臠，有大毒，須以灰汁煮三度煉訖，依常菜茹食之。他竹生者無毒，予庚辰夏五侯。碩膚夫子飯之餉，有榆肉，乃邊將所饋榆樹上生之瘿，即此樹肉，而偶生于榆上者耳。《物理小識》云：榆肉出口外龍門所一帶，今燕京價至三十兩一斤。陸濬源《藝床漫餘》云：榆肉，榆莖也，産口外，腴脆無比，大者數斤。李時珍引《山海經》敦隅之山及開明東北東南海外並有視肉。郭璞註云：聚肉形如牛肝，有兩目，食之無盡，仍復生如舊。又海中一種土肉，正黑，長五寸，大如小兒臂，其重者至五六斤，有腹無口目，有三十足如簪笄，可炙食，此近蟲魚之屬也。若桑蛾、桑雞、木墮、樹鷄、及雞腿蘑菇、羊肚、菜鷄、墮菜、地鷄，皆其似肉者。楚人謂鷄爲墮。顧太初《說略》云，有麪樹，則南中桄榔也，酒樹則椰也，肉樹則德慶州端溪豬肉子也。其樹名棻，其子號曰猪子，其肉如肪，大如杯，炙而食之，味如猪肉而美。椰似酒耳，甘而薄，亦不堪飲。若頓遜國，樹葉汁取，停之數日，即爲佳酒。枸樓國有水仙樹，樹腹中有水，謂之仙漿，飲者七日醉。又烏孫國青田核，以水注之，少頃成酒，不可久注，久注則苦不可飲。此乃真酒樹也。《談圃》云，椰子木出伽盧國，其地熱，衢植椰子木爲蔭，剖其寔，中有酒，能醉人。《南齊書》扶南國有酒樹，似安石榴，采其花汁停甕中，數日可飲。烟葉，《本草》未載，萬曆年間，偶見閩人有食之者。崇禎年間，食者頗多，今則海內兒童婦女皆用之矣。銀筒竹筒吸入口中，少頃即醉，此則真酒草也。《酒譜》云：有人遺任昉松酒者，劉杳爲辨其楸字之誤。楸音陣，木名，其汁可以爲酒。尸子曰，赤豚州者是爲崑崙之墟，其鹵面浮爲蓬芽，上生紅草，食其一實，醉三百年。波斯國有三勒漿類酒，謂摩勒毗梨勒也。頓遜有果類安石榴，取汁貯盆中，數日成美酒。《誠齋雜記》真臘石塔中一銅卧佛，臍中有水流，味如酒，易醉人。《稽神録》有人于建昌西芙蓉山伐木，木中得肉可五斤計，其香如熟猪肉。此又不可以理窮究矣。【略】《花木志》：桄榔出興古國者，樹高七八丈，其大者一樹出麪百斛。《名勝志》：緬甸軍民司産樹頭酒，樹類椶，高五六丈，結實如掌，土人以麪納礎中，懸樹下劃其寔，使汁滴礎中即成酒。或不用麪，惟承其汁，可熬爲糖正白。其葉用以寫緬字，即貝葉也。都勾似栟櫚，木中出屑如麪，可取爲餌，食如桄榔。《偃曝談餘》云，晏殊《庭莎記》不知莎是何物，答云莎有二種，草也，又樹也，樹似桄榔，亦有麪。庚穆之《湘州記》云：君山上有美酒數斗，飲之，即不死爲神。漢武帝聞之，齋居七日，遣樂巴將童男女數十人取之，果得酒進，御未飲。東方在旁，竊飲之。帝大怒，欲殺之。朔曰：使酒有驗，殺臣亦不死，無驗，安用酒爲。帝笑而釋之。寺僧云：春時往往聞酒香，尋之莫知其處。南昌有酒山，山有泉，其味如酒，飲之甚醉，經月不醒。

來集之《倘湖樵書二編》卷九《落花生》 近時，有一種名落花生者，其莖葉俱類豆，其花亦似豆花而色黄，枝上不結實，其花落地即結實于泥土中，亦奇物也。實亦似豆莢而稍堅硬，炒熟食之，作松子之味。此種皆自閩中來。然閩中又有一種花名滴滴。金者，秋開花黄如金色，葉落滴地而生。陶弼詩：九秋珠露滴成芽。《物理小識》云，番豆名落花生，上露子二三月種之，一畦不過數子，行枝如壓菜虎耳藤横枝取土壓之，藤上開花，花絲落土成寔。冬後掘土取之，殼有紋，豆黄白色，炒熟甘香似松子味。孫愐曰：蜂蠷，番豆也，生啖有油，亦致下泄。

黄元治《黔中雜記》 又有黄連、桔梗、柴胡、白芨。柴胡英似野芹，土人采而鹽之，謂之羅鬼菜。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷上 銀杏有佛手、梅核兩種，總取甘糯爲良，經霜而收乃可久藏。而夏開嫩者嘗新却美，要之成人，小子皆勿多食。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論蔬第五》 菊芽嫩時，凡味甘者皆可食。若常用供簌，則寒菊莖葉嫩滑，獨爲相宜。

曹溶《倦圃蒔植記總論》卷下《論草第九》 朱藤一名紫藤，年深者古意可愛可花，蒸熟糖醋浸食。

曹溶《倦圃蒔植記》卷上《論花第三》 玫瑰，香温良而味甘美，花之最有實用者，【略】山家清供以入米蒸飯，亦善取用。

曹溶《倦圃蒔植記》卷上《論果第四》 桃多佳實，全桃、墨桃、水蜜桃，悉名

品也。吳郡陸玄白家一種早熟而殷紅，味甘，蒸造成膏，色不讓山東糖球，而鮮腴更勝，尤爲桃之上乘。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論豆第七》 薏苡仁可作粥、作飯、蒸糕，皆於粳米中加入也。東土人呼爲陸穀，種在家園者，用其鮮葉可助粥之色味，或作湯飲，亦佳而益人。凡白米陳者以嫩葉助之，庶幾如新。水田香稻青葉，秋間摘以煮粥，更佳。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論草第九》 芝草山中多産，野人或取售之，殊易與耳。曾見有四五十莖者甚奇，然未覺其香。或云同米蒸飯，其香始升。瑞未敢必姑爲雅玩。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論草第九》 朱藤一名紫藤，年深者古意可愛，可花蒸熟，糖醋浸食。

曹溶《倦圃蒔植記》卷下《論草第九》 蒼耳草入浴湯，辛有益。子亦可和米作飯。

南懷仁《坤輿圖説》卷下《伯西爾》 地不産米麥，不釀酒。用草根晒乾磨麪作餅，以當餌。

王芷《稼圃輯・木果品》 梨性畏凍，能解熱毒，消痈及惡瘡。可釀酒，以大甕貯之，缶蓋封固，半歲後便成酒，飲之可醉。病酒人煩渴宜食梨。初霜後採梨，於屋下掘溝窖，阬底無令溼潤，收梨置中，不須覆蓋，便得經夏。霜多則不得到夏。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》

青精飯

《困學紀聞》杜詩：豈無青精飯，使我顏色好。青精一名南天燭，又云墨飯子，以其可染黑飯也，道家謂之青精飯。故道經云：服草木之正氣，與神通，食青燭之精，命不復殞。謂此也。

明按：《夢溪筆談》云，南草木作飯色黑，爲青精飯，此木類也，又似草類，故謂之南草木，今人謂之南天燭。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》

蒟醬

《升菴集》：嵇含《南方草木狀》云蒟醬，蕺菱也，生于蜀國，大而紫曰蕺菱，小而青曰蒟醬，可以調食，故云醬。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》

金鹽玉豉

《列女傳》澠水諺食金鹽可以支長久，食玉豉可以得長壽。註云：金鹽，五加皮也。玉豉，地榆也。

明按：《金樓子》曰：寧得一把五加，不用金玉一車。寧得一片地榆，不用明月寶珠。惟此二物可以卖石。

田雯《黔書》卷四《蒟醬居許切，音舉。》 《蜀都賦》曰：蒟蒻茱萸。《吳都賦》曰：東風浮留。所謂布緑葉之蓌蓌，結朱實之離離。迎隆冬而不凋，常曳曳以猗猗是也。蒟，花如流藤，葉如蕺撥，子如桑椹，或亦西域之種矣。陽蕩陰殷，膚曰皮烏，其味辛香，近於桄榔之麪矣。嶺南人取其葉，合檳榔食之，呼爲蓌，蒟亦蓌也。又爲九真之藤，根似芋而長，葉似天南星而大，黔之人食檳榔者，購於滇，斷破之，長寸許，與石貢灰並咀口中，赤如血。又瀝其油，醃爲醬，故曰蒟醬。楊升庵《丹鉛録》所攷非謬矣。二物微不同，然資之以調燥溼，疏積滯，消瘴癘，功則一也。

丁煒曰：蒟蒻與檳榔合食，調燥溼而消瘴癘，功誠有取，然不知漢武當日何慕於是，而爲特開西南巨，人主好奇之過，至疲中國以事遠方而不恤，深可悼嘆。或曰蒟醬即雞墐醬也，梁武帝曰惟一食、食、食止蔬菜。蜀獻蒟蒻，噉覺美，曰：與肉何異，勑復禁之。姑附之以備參攷。

田雯《黔書》卷四《刺梨》 墜生，夏葩秋實，幹如蒺藜，多芒刺，葩如茶蘼，實如安石榴而較小，味甘而微酸，食之可以已悶，亦可消滯。漬其汁煎之以蜜，可作膏，正不減於梨楂也。然亦有貴賤，瓣之單者，土人以之插籬而代樁。胎之重者，名爲送春歸，春深吐豔，大於菊，密萼緑英，紅紫相間而成色，實尤美。黔之四封悉産，移之他境則不生，豈亦晝驅之雉，過淮之橘耶。又普定烏撒黎，不下建陽宣城。亦有黎膏，佳者不下河間。

吳義一《徐園秋花譜》 薺苨葉似杏而小，根似沙參，又名杏參，花淡碧色，微風颺枝，疑揮玉盤，苗名隱忍。嫩者可瀹食及藏爲菹，根作脯甘美，或以蜜煎充果。

吳儀一《徐園秋花譜》 牽牛作藤，緣物高下，長則繞之，繁則攪之，葛之延蔓亦然縛篠爲屏，夾樹二物，布葉相繆，安花補隙，化工之巧，七襄不如。蓋牽牛與葛葉抒三尖皆似青楓，而葛葉稍長，面濃背淡，合則雙美。牽牛花不作瓣，青

帶微紅，中空口呿，略如鼓子。風將揉藍雨欲流翠。其實生青枯白嫩，采蜜煎爲果，因蒂似茄，俗呼天茄。

葛花纍纍相綴，予往見唯粉紅及紫紅色，今與屏上青花掩暎，有凝若丹砂者，有灩若鎔金者，有殷若珊瑚者，有鮮若猩血者，紅艷四射，眩目動魂，因念句踐幽棲曾歌采葛，殆土物所宜。與花可暴乾，煠食能解酒。冬月取根搗爛，澄爲粉，以蜜拌食，入生薑少許，尤佳。亦可蒸熟作果。

【略】

貝母細葉敷青，花開碧綠，如月明瑶水萼綠華來形影不辨此仙姿也根有瓣，子若聚貝，一名藖。研入粥糜香美解鬱。詩云言采其藖是矣。《爾雅》作茵。

末利番語無定字，或稱素馨，素言質，馨言氣也。繁枝屈蟠，淨葉如拭冰英玉蕊，向夕始舒，薄露微滋，疑銜淚粉。又有千葉色紅者，時叔從廣南擒歸，醉暈濃香，逾增嫵媚。此花芬烈，善擷采，合面脂油澤，亦可蒸露熏茶。

香蓼宿根重生，與諸蓼冬枯春復下子者不同，植之盆盎高僅尺餘，本可徑寸，柔枝蕩漾，花琲垂垂，有紅黃二色，俱帶淡白懨困之狀，如黯淡慵妝，不勝羅綺。春初以蓼實入蒲盧，盛水浸濕，懸煖處，遂生紅芽，備五辛盤之一。

吳儀一《徐園秋花譜》 鳳仙一名金鳳，紅莖中虛，緑葉鹵齒，花展楹間，狀如飛鳳，紅黃碧白諸色咸有，亦有一枝雜二三色者。變易不常，儼若彩散五苞于翠雲碎疊間，零羽飛動。女兒采花葉，少和石灰包染指甲，又搗爛卷蒸枯犀，復令潤澤。其初發莖時，以沙土培揜，長則加培，約有咫尺，去土取莖極肥美，淨洗蒸醃爲脯，壓扁日乾，名金鳳脯。護花莖亦仿此製之，名護笋，味更佳。予嘗食於柏鄉相國坐上。

吳儀一《徐園秋花譜》 湖胡白花莢，莢如撒碎米，幽人清致足生靜。觀葉似菊，而瘦嫩時可煎食。苗初出有白芽，味亦香美。

吳儀一《徐園秋花譜》 決明葉披淺緑，花展輕黃雅淡風神道家妝束嫩苗與花及角子，皆可瀹茹或點茶食。

吳儀一《徐園秋花譜》 琪花，琪樹花也。【略】采葉漬水染飯，色青而光，能資陽氣，名青鈿飯。

吳綺《嶺南風物記》 波羅蜜出瓊州，大如斗，剖之味如蜜，其香異常，形如東瓜，皮上有刺如佛頭旋螺文，內瓤甚甜，每房有核，核如青果。

夢想出雷州，不知何木，大如鴨卵，以其實切片泡湯，只用一二片即滿一碗，甘美殊異常品。

椰子出瓊州文昌縣者爲佳，中有漿如酒，可飲。

吳綺《嶺南風物記》 頻婆果出廣州，樹極大，果如蠶豆莢，子圓如豆，藏其中，老則迸開如桐瓢狀，色大紅，土人取其熟食之。

黃皮果出廣州狀如金菊漿似葡萄但微酸耳核青色形如瓠種多寡不一土人云此果消食更能順氣。

羊桃果出廣州，狀如皂角，五片相簇，青白色，香味如橄欖而酸澀，無核。其樹有高四五丈者，大可數圍，果有秈糯二種，糯者色黃少甜，廣人去稜邊切片，用生蜜榨油用爲小菜，云可寬胸，兼能治瘧。

吳綺《嶺南風物記》 烏欖出廣州，較青果獨大而色正黑，核中之仁形如蠶蛹，可以作果。

化州橘紅，在州治中廳事前一株，有百餘顆，取以作藥，患痰傷食氣滯者，取少許泡湯，其効甚速。或云以治傷寒不汗者尤妙，或云州治外所産不堪入藥，土饋遺皆賤物也。

陳祥裔《蜀都碎事》卷三 《史記·西南夷傳》云：蜀出蒟醬。枸音矩，一名蒟，緣木而生，其子如桑椹，熟時正青，長二三寸，以蜜藏而食之，辛香温調五臟，土人以之作醬。

高士奇《北墅抱甕録·松》 松花可服，松節可釀，松脂可燕，松子可餐，松濤可聽，松陰可坐，【略】

高士奇《北墅抱甕録·栗》 松盤山外，平疇衍迤，皆種栗樹，大者十數圍，結實甚多。新秋剥食，芳鮮莫及，兼有香氣，若桂叢之始拆。八九月時，其房自裂，命小奚掇拾筐中，懸檐壁多風處，俟其少乾，皮易脱而味較勝。

高士奇《北墅抱甕録·櫻櫻》 瀛山蘭渚之地，皆疊亂石爲短垣，不加粉堊。於牆角植櫻櫻三四本，高可齊檐，微風乍拂，輕涼自生，極瀟洒之趣。皮有絲縷，錯綜如織，取爲冠屨簟拂等物，大稱山居。三月間，莖内生黃苞，狀若魚子可食，名曰櫻笋，亦曰櫻魚。蒸熟後，以蜜醋製之，即千里可致也。

高士奇《北墅抱甕録·枸杞》 枸杞高三五尺，叢生，枝條有刺，夏秋間開細花，隨結小果，色紅味甘，採曝收藏，下酒頗善。

高士奇《北墅抱甕録·甘露子》 園中密樹之下，輒種甘露子，其性喜陰，得樹陰更易長茂。大者長一二寸，子生根上如聯珠，色白，味甘脆，生熟皆可食。

高士奇撰《北墅抱甕録・牽牛》 牽牛，蔓生善緑，葉似楓，有三尖，花不作瓣，下小上大，曉露未乾，輕翠悦目，日出即蔫，子名天茄，以糖飣之，可食。

高士奇撰《北墅抱甕録・決明》 決明本小末尖，似槐葉，秋開深黄花，結角如小指，長二寸，尤喜其苗葉可作酒麴，舖糟餿醃，與衆同醉，計之最得者也，京師名爲望江南。

尤侗《艮齋雜説》卷九 陶詩：秋菊有佳色，裛露掇其英。乃今之甘菊也，可以烹茶，可以釀酒，可以和藥，可以製餅餌，餐之固宜。若後世《菊譜》，五色絢爛，祇堪娱目，豈能下咽乎。

閔麟嗣《黄山志定本》卷二《山産》 萱草，萱本作諠，忘也，曰忘憂，曰宜男，曰鹿蔥，一物而三名者，皆萱也。鄭樵《通志》作合歡，誤。黄山惟丞相源師子林尤盛。嫩苗可烹食。花黄紅紫三色，六出四垂，朝開暮蔫，取跗暴之，用薦於俎。

苦蕺俗名苦菜，因味苦也，又名敗醬，因根紫且作陳豆醬氣也。葉似水萇及薇，銜色緑，面淺背深。苗初苗寸許，山僧摘而製之，名松蘿苦蔗。夏秋間則貴，少賤老汰，莖留苗，功用雖精，較之春製者遠遜矣。

回蕓即防風，又名屏風，名茼根，防者禦也。其功療風最要，故名屏風者，防風隱語也。曰蕓，曰茴，曰茼，曰蕳，花如茴香，氣如蕓蒿，蕳蘭也。二月採嫩芽水煮，調以醯醢，可食。若荆芥、薄荷、五加、諸苗，鹽浸法製，皆可爲蔬。

百合一名蔣，《字書》雝，音煩。莖高三四尺，葉似竹葉而短。花兩種，白者香品貴，黄者似萱而斑紅，無香品不貴。根以衆瓣合成，狀似蓮花，味似山藷，可煮食。顧野王《玉篇》亦云：雝，百合蒜也，花葉根皆四向，故又名强瞿。

高士奇《扈從東巡附録》 英蕤，紅草果也結實纍纍如桑椹，甘好可食，叢生原隰間，或言鸜哥闢多此草，遂名傳訛爲英蕤也。

一兒喝木克，花兒水也，因色以名，碧葉敷地，實綴葉上，淺紅而鮮，望之如落花片片，其味甘多汁，人争食之。

烏立，老鴉眼也，幹柔葉小，結實圓如珠，色紫而味酸，樵者採以止渴，尚方舊制，嘗漉其汁爲膏以錯珍。

紐琇《觚賸》卷二《吴觚中》 茅栗，杜工部《南鄰詩》：園收芧栗未全貧。或作芧栗，或作芧粟，芧粟不必植之園中，而芧與栗不當類舉。朱愚庵註：杜定作芧栗爲是，余往湖口路經南陵，訪王進士五清於山居，留宿具餐，雜陳野蔌，中有粉葉子和醯醢以進者。王謂余曰：此即錦里之芧栗也。芧似栗而小，山家率於冬月取實去皴，磨而漫之以水，然後用之。是知芧栗皆屬園果，況《莊子・徐無鬼篇》所載甚明，益信杜詩無字不有來歷。

佚名《御定淵鑑類函》卷三九〇《食物部三・羹三》 原：梅蘇，並笔。陸璣《毛詩草木疏》曰：梅，杏類也，其子赤而酢，不可生噉，煮而曝乾爲蘇，可煮羹臛中。

王士禎《分甘餘話》卷三 立秋日，日未出，採楸葉熬膏，傳瘡瘍立愈。

王士禎《居易録》卷一三 粤人食檳榔，用蔓葉、牡蠣灰雜裹之。葉即扶留藤，一名穭扶留，一名南扶留。顧微《廣州記》曰：其花實即蒟也。蛤名古賁，燒以爲灰曰牡蠣粉。詳《齊民要術》。又《吴都賦》曰：東風浮留。《廣州記》：東風華葉似落娠婦，莖紫，作羹味如酪，香氣似馬蘭。

方式濟《龍沙紀略・貢賦》 花水出艾渾，色赤，望之如豆，入口成液，離枝十餘日輒化爲水。以蜜收爲膏，充貢。

楊賓《柳邊紀略》卷三 紅姑娘，一名紅娘子，狀若楊梅而無核，色紅味甘，質輕脆，子若魚子，八九月間熟。草本有蔀若秋葵，蔬而淡紅，烹湯亦可飲。

楊賓《柳邊紀略》卷三 桃花水草本，狀若楊梅而無核，色紅味甘，質輕脆，過手即敗矣。五六月間，遍地皆是，居人擇最多處，設帳房或棚子，釀分載酒，男女各爲羣，争采食之，明日又移他處，食盡乃已。又有法佛哈米孫烏什哈者，味甜酸可食，皆中土所無者也，若蘋婆果、桃、李、棗、栗、柑、橘之類，非中土人馳送不可得。瓜往時絶少，今李召林學種，各色俱有，然價甚貴，孝齊、澱子中平地爲澱子。亦生，人不知食。黄精極多，賤者乃食之。蘑菇、猴頭、雞腿之外，尚有數種，然狀莫大於猴頭，味莫鮮於雞腿。雞腿蘑菇，蘿落間皆有之。往吴漢槎還，病且死，謂予曰：余甯古塔所居離下，産蘑菇，今思此作湯，何可得。予時竊笑之，以爲蘑菇所在有，何甯古塔也。及予省覲東行，乃知甯古塔蘑菇，爲中土所無，而漢槎舊居蘿下所産，又甯古塔所無者。今此屋屬河南李聞遠，而蘑菇已盡，數年來，數祁家馬槽下者，爲第一矣。祁家者，祁奕喜妾所居也。

林佶《全遼備考》卷下《風俗》 桃花水草本，狀若楊梅而無核，色紅味甘，質輕脆，過手即敗矣。五六月間遍地皆是，居人擇最多處設帳房或棚子，釀分載酒，男女各爲羣，争采食之。明日又移他處，食盡乃已。又有法佛哈米孫烏什哈

者，味甜酸可食，皆中土所無者也。

林佶《全遼備考》卷下《風俗》 紅姑娘，一名紅娘子，狀若彈丸，色紅可愛，味甜酸多子，子若魚子，八九月間熟，草本有蔕若秋葵，蕊而淡紅，烹湯亦可飲。

孔毓埏《拾籜餘閒》 凡柿之初生味澀而堅，以百沸水浸之則甘而可食。《本草》云：生柿置器中自紅者，謂之烘柿，日乾者謂之白柿，火乾者謂之烏柿，水浸藏者謂之醂柿。醂音覽。楊彦遠《筆録》曰：藏果實謂之醂。今醂柿是也，以醂爲藏，尚未盡醂字之意，必如本草所云始爲明暢。

姚之駰《元明事類鈔》卷三《歲時門》 春蘭秋菊。《熙朝樂事》載云：重九日，以蘇子微漬青梅鹵，和甘蔗與霜梨、香橙、玉榴小顆，各品名之曰春蘭秋菊。

姚之駰《元明事類鈔》卷三二《蔬穀門・瓜》 乾條遺人。《學圃餘疏》甜瓜以香而小者爲第一，涼州塞外作乾條遺遠人，味極甘。

花瓜。《帝京景物畧》：京師七夕以瓜雕刻成花，謂之花瓜。

姚之駰《元明事類鈔》卷三四《花草門二・玉蘭》 紫玉。明陳淳《玫瑰詩》：清香疑紫玉，何必數薔薇。

搗膏作餅。《羣芳譜》採玫瑰花瓣搗成膏，白梅水浸少時，加糖霜再勻研，最香甜，亦可印作餅。

姚之駰《元明事類鈔》卷三四《花草門二》 蓬麪。明《齊之鸞集》：西夏旱潦之餘，見居人刈蓬科，其類有柿蓬、刺蓬二種，子皆可爲麪，飢民藉以充腹，取而啖之，苦惡辛澀，乃封題以進。

姚之駰《元明事類鈔》卷三五《果木門・栗》 餳拌。《析津日記》燕京市肆以餳拌栗，裸石子爆之。栗比南中差小，而味頗甘，以御栗名。

姚之駰《元明事類鈔》卷三五《果木門・橘》 橘花茶。《王世懋集》橘花以之蒸茶，向爲龍虎山進御絶品。

洞庭香。《山家清供》：水心先生席上，一僧送鱣如錢大，各合橘葉，清香滿然。先生詩曰：不待滿林霜後熟，蒸來便作洞庭香。因問寺僧，方云采蓮與橘葉揭汁，加蜜和米粉作鱣，各合以葉蒸之。

姚之駰《元明事類鈔》卷三五《果木門・菱》 代糧。李時珍《本草》：野人收菱曝乾，剉米爲飯、爲粥、爲糕，爲果，皆可代糧。其根亦可曝收，和米作飯，以救荒歉。

姚之駰《元明事類鈔》卷三六《材木門・松》 松花餅。《居山襍録》：松花時，以杖叩枝，紛紛墮落，衣裓承之，調以蜜作餅，名松花餅。

姚之駰《元明事類鈔》卷三六《材木門・椿》 椿芽。《野菜箋》香椿香椿慎勿譁，兒童攀折來點茶。嚼之竟日香齒牙。元好問云：溪童相對採椿芽。

當蔬。《花木考》：採椿芽食之以當蔬，亦有點茶者。

姚之駰《元明事類鈔》卷三六《材木門・榆》 錢作羹。《本草綱目》：三月採榆錢可作羹，亦可收至冬釀酒，渝過晒乾可爲糧，活者三百餘户。

姚之駰《元明事類鈔》卷三六《材木門・竹》 筍脯。元吉雅木丹詩：紅稻屑皮。《農桑要訣》：昔豐沛歲飢，以榆皮作屑煮食之，民賴以濟。

供炊筍脯香。

陸次雲《峒溪纖志》卷下《蓑藤》 蓑藤實如桑椹，合檳榔食之可辟瘴氣。其葉蔓延於樹，取以爲醬，即蒟醬也。

姚球《本草經解要附餘・考證》 大棗，即北地晒乾赤棗，肉厚多脂，宜用入藥，其蒸熟色黑，是爲膠棗，亦有用者。至南棗以糖蜜拌蒸，更甘而潤，食多損脾動濕熱，未堪用也。

棗仁陳久者彌良。

汪森《粤西叢載》卷一九《葛仙米》 葛仙米，出勾漏草澤間，采得暴乾，仍漬以水，如夸米狀，以酒泛之，清爽襲人，此原非穀屬而名爲米。《梧州府志》

汪森《粤西叢載》卷一九《蒟醬》 蒟醬，《本草》注即檳榔蓼子。楊用修以爲非，謂佐檳榔蓼子，自名扶留藤。見《蜀都賦》，與蒟醬不同。余觀廣州記，謂其花實即蒟，可爲醬。又謂扶留有三種，一曰穫扶留，其根甚美。一曰南扶留，一曰蓽茇，俗皆呼曰蓼。今俗所常食者，皆蓼之葉，益南扶留也。桂昭間冬春則食蓼根，復有香蓼紫蓼之别，辛香尤甚，云來自江右諸土司。按：記則此當爲穫扶留，若蓽茇宜自爲一種，但似蓼耳。《西事珥》

蒟醬，猺狪中家家用之，以蓽茇爲主，雜以香草，味雖佳，不足爲異耳。《史記》唐蒙風曉南越蒙食枸醬，問所從來，曰道西北牂牁。故《吴都賦》云：枸醬流味於番禺之鄉。今問之番禺，無有知者，惟出自牂牁。故云流味也。蓽茇，吾家蛤婁也。師古注：本草注。楊用修張孟奇，辯之皆誤。《赤雅》

汪森《粤西叢載》卷二〇《橄欖》 橄欖有二種，曰香曰大。南寧府志

橄欖樹身聳枝皆高數尺，其子深秋方熟，生嚼及煮飲，悉解酒毒。有野生

者，子繁樹峻，不可梯緣，但刻其根下方寸許，納鹽於其中，一夕，子皆自落。樹枝節上生脂膏如桃膠，南人採之，和其皮葉煎之，調如黑餳，謂之橄欖糖。《嶺表録異》

橄欖子獨根樹，東向枝曰木威，南向枝曰橄欖。《酉陽雜俎》

橄欖子大如棗，大如雞子，二月華色仍連著實，八月九月熟，生食味酢，蜜藏仍甜。《南方草木狀》

橄欖大如雞子，交州以飲酒。《廣州志》

汪森《粵西叢載》卷三〇（桄榔木）此樹皮中有屑如麪，可爲餅食之。《嶺表異録》

土人云高二三丈，時剜其心，粉之作麪，甚美。

汪森《粵西叢載》卷二〇《波斯橄欖》 波斯橄欖，生邕州，色類相似，但核作兩瓣。野生者樹峻而子繁，蜜漬鹽淹皆可藏久，用之致遠，作佳果。《群芳譜》

汪森《粵西叢載》卷二〇《枸櫞》 枸櫞生嶺南，柑橘之屬，木似朱欒而葉尖長，枝間有刺，植之近水乃生。其實狀如人手，有指，俗呼爲佛手柑。有長一尺四五寸者，皮如橙柚而厚，皺而光澤。其色如瓜，生緑熟黄，其核細，其味不甚佳，而清香襲人。南人雕鏤花鳥，作蜜煎果食，置之几案，可供玩賞。若安□片於蒂而以瀛紙圍護。經久不癟。或擣蒜罨其蒂上，則香更充溢。《本草綱目》

枸櫞樹似橘，實如柚大而倍長，味奇酢，皮以蜜煮爲糝。《南方草木狀》：形如瓜，皮似橙而金色，極芬香，肉甚厚，白如蘆菔。夸人重之，女工競雕鏤花鳥，似蜂蜜點燕，擅巧麗妙絶，無與爲比，《異物志》：皮不香，味不美，可以浣治葛苧，若酸漿。近有佛指櫞，自閩中徙植者。《南寧府志》

汪森《粵西叢載》卷二〇《羅望子》 羅望子，殼長數寸如肥皂，又如刀頭，色正丹，内有二三實，煨食甘美。《虞衡志》

汪森《粵西叢載》卷二〇《人面子》 人面子，如大梅李，核如人面，兩目鼻口皆具，肉甘酸，宜蜜煎。

人面子，取其仁薦茶最佳。《南方草木狀》：人面子，樹似含桃，結子如桃。《虞衡志》

查慎行《人海記》卷下《草可當茗飲》 口外草木可當茗飲者有三種：一種實，無味。其核正如人面，以蜜漬之，稍可食。以其核可玩，於席間飣餖御客。一種即落葉松皮；一種名奢木子，亦名瓜子兒茶，其色紅。

查慎行《人海記》卷下《沙蓬》 張家口内保安、沙城一帶，地産沙蓬，實如蒺藜，中有米如稗子，食之益人，本草所不載。

查慎行《人海記》卷下《地椹》 口外有一種草，長尺餘，六月開花，似虞美人而重臺，淺紫色，每本三椏，結子如桑椹，因名地椹。壓其漿熬成膏，點湯飲之，極酸，上有五稜如刻出，南人呼稜爲斂，故以爲名。以蜜漬之，甘酢而美，出南海。《南方草木狀》

五棱子，形甚詭異，瓣五出，如田家碌碡狀。味甘酸，久嚼微甘，閩中謂之羊桃。《虞衡志》

楊桃一名五斂子，有五稜，南人呼稜爲斂。

汪森《粵西叢載》卷二〇《梅林》 嶺南之梅，小於江左，居人采之，雜以朱槿花，和鹽曝之，梅爲槿花所染，其色可愛，又粘子如指面大。福色。《虞衡志》下同

汪森《粵西叢載》卷二〇《紅鹽草果》 紅鹽草果，取生草豆蔻入梅汁鹽漬，令色紅，暴乾以薦酒。

汪森《粵西叢載》卷二〇《鸚哥舌》 鸚哥舌，即紅鹽草果之珍者，實始結，即頻取紅鹽乾之，綿如小舌。

汪森《粵西叢載》卷二一《木槿》 木槿名佛桑，有紅白紫黄數色，純白無間者名舜英。《南寧府志》

裏梅花，即木槿，有紅白二種，葉似蜀葵，采紅者連葉包裹黄梅，鹽漬暴乾以薦酒，故名玉修。花粉紅色，四季開。《虞衡志》

汪森《粵西叢載》卷二一《鬱金香》 許氏《説文解字》云：鬱芳草也，十葉爲貫，百二十貫築以煮之。鬱鬯乃百草之英，合而釀酒以降神，乃遠方鬱人所貢，故謂之鬱。鬱，今林郡也，漢鬱林郡，即今廣西貴州潯柳潯柳邕賓諸州之地。《一統志》惟載柳州羅城縣出鬱金香，即此也。《金光明經》謂之荼矩摩香，此乃鬱金香，與今時所用鬱金根，名同物異。《本草綱目》

汪森《粵西叢載》卷二一《藷》 甘藷似芋，亦有巨魁，剥去皮，肌肉正白如脂肪，南人專食以當米穀。《異物志》

甘藷，二月種，至十月乃成，卵大者如鵝，卵小者如鷄鴨卵，掘出蒸食，甘甜經久，得風乃淡泊。《南方草木狀》

查慎行《人海記》卷下《草可當茗飲》 張家口内保安、沙城一帶，地産沙蓬，實如蒺藜，中有米如稗子，食之益人，本草所不載。

查慎行《人海記》卷下《草可當茗飲》 口外草木可當茗飲者有三種：一種紅蓼花根，蒙古呼爲色都，滿洲呼色爾布；一種即落葉松皮；一種名奢木子，亦名瓜子兒茶，其色紅。

查慎行《人海記》卷下《地椹》 口外有一種草，長尺餘，六月開花，似虞美人而重臺，淺紫色，每本三椏，結子如桑椹，因名地椹。壓其漿熬成膏，點湯飲之，

味極芳甘。盛以玻璃杯，色尤可愛。

黃廷桂等《四川通志》卷三八之六《物產・成都府》 蒟醬。《寰宇記》：出成都府，如今之大蕈撥。

黃廷桂等《四川通志》卷三八之六《物產・成都府》 酴醾花。《寰宇記》：成都出，有三種，一名白玉椀，一名出爐銀，一名雲南紅，香色甚美，蜀人取以造酒。

黃廷桂等《四川通志》卷三八之六《物產・叙州府》 荔枝。本府出，士人善爲荔枝煎，可以致遠。黃庭堅詩：王公權家荔枝綠，廖家平家緑荔枝。試傾一盃重碧色，快剥千顆輕紅肌。發醅葡萄未足數，堆盤馬乳不同時。誰能品此勝絶味，惟有老杜東樓詩。

黃廷桂等《四川通志》卷三八之六《叙州府》 蒟醬。《史記》所載蒟醬即此，各屬俱出。

黃廷桂等《四川通志》卷三八之六《叙州府》 五加皮。取其皮陰乾，釀之以浸酒，服之能延年去疾，葉有五尖者爲佳。

張廷桂、張晉生《四川通志》卷四六《舊志器物譜》 蒟醬。見相如、揚雄、左思諸賦中。註云：緣木而生，其子如桑椹，蓋棘道通越嶲之地，出蒟，夷人取以爲醬。夷地即今叙州也，或云今之鷄纍油及滇中宴葉，皆相彷彿。晉灼註：拘音矩。徐廣注：拘亦作蒟，音宴。

陳元龍《格致鏡原》卷六五《木類二・桐》 《事物紺珠》：楊桐葉細冬青，臨水生者尤茂，寒食採葉染飯色青而有光，可資陽。

陳元龍《格致鏡原》卷六五《木類二・桐》 陳翥《桐譜》：紫花者名紫桐，花如白合，實堪糖煮嚼。白花者名白桐，類穀花而不實。白者葉圓大尖長，花生葉而開。紫者理細性緊，拔生不及白花者之易。一種油桐，名膏桐，實可壓油。一種賴桐，文理細密，性喜折裂，花側專如掌，體有巨刺，如櫸樹實如楓。一種賴桐，身青葉圓大而長，高三四尺即有花，花色紅如火，無實。一種人家庭苑所植，名梧桐，皮白葉青，子可噉。《羣芳譜》：白桐一名華桐，一名泡桐，葉三杈、大徑尺，最易生長，皮色粗白，木輕虛不生蟲蛀。岡桐一名茬桐，一名罌子桐，一名虎子桐，樹小，長亦遲。早春先開淡紅花，實大而圓，每實中二子或四子，大如大楓子，肉白味甘，食之令人吐，人多種之，取子作桐油入漆。

陳元龍《格致鏡原》卷六五《木類二・榆》 崔氏《月令》：榆錢可羹，又可蒸糕餌，收至冬可釀酒，漉過曬乾搗，羅爲末，鹽水調勻，日中曝曬可作醬，即榆仁醬也。《北史》：魏時，河南人常笑河北人好食榆葉。及元杲反，青州河北流人悉從之，故齊人號之爲酪榆賊。【略】《爾雅》：無姑其實夷。注：無姑，姑榆也，生山中，葉圓而厚，剥取皮合漬之，其味辛香，所謂蕪荑。【略】鄭樵《通志》：榔乃榆類，其實亦如榆錢，鄉人採其葉爲甜茶。

陳元龍《格致鏡原》卷六五《木類二・椿》 《莊子》：上古有大椿者，以八千歲爲春，以八千歲爲秋。《羣芳譜》：椿一作樗，一作杶，一作櫄，今俗名香椿。長而有壽，南北皆有之。木身大而實，其幹端直，紋理細膩，肌色赤，皮有縱紋，易起葉。自發芽及嫩時，皆香甘，生熟鹽醃皆可茹，世皆尚之。《五雜組》：燕齊人採椿芽食之，以當蔬。亦有點茶者，其物苗時甚珍之，既老則葅而蓄之。南人有食而吐者。然椿有香臭二種，臭者土人以湯瀹而滷之，亦可食也。考之《圖經》，疎而臭者，乃樗耳，蓋二木甚相類，但以氣味別之，今人不復識認，槩呼爲椿也。

陳元龍《格致鏡原》卷六五《木類二・椒》 《運斗樞》：玉衡星散爲椒。《詩》疏：椒樹似茱萸，有針刺，莖葉堅而滑澤，蜀人作茶，吴人作茗，皆合煮其葉以爲香。今成皐諸山間有椒，謂之竹葉椒，其樹亦如蜀椒，少毒，熱不中合藥也，可著飲食中，又用蒸雞豚最佳。東海諸島上亦有椒樹，枝葉皆相似，子長而不圓，甚香，其味似橘皮，搗上麝鹿食此椒葉，其肉自然作椒橘香。【略】《通志》：椒曰陸檓，曰南椒，生漢中者曰漢椒，蜀中者曰蜀椒，巴中曰巴椒。《山海經》：琴鼓之山，其木多椒，景山多秦椒。范子計然，蜀椒出武都，赤色者善。秦椒出天水隴西，細者善。

陳元龍《格致鏡原》卷六六《木類三・椶櫚》 坡詩注：椶笋，狀如魚子，味如苦笋而加甘芳，蜀人以饌，佛僧甚貴之，而南方不知也。筍生膚毳中，蓋花之方孕者，正二月間可剥而取，過此苦澀不可食矣。取之無害於木，而宜於飲食。法當蒸熟所施客，與竹筍同蜜煮，醋浸可致千里外。

陳元龍《格致鏡原》卷六六《木類三・桄榔》 《本草》：桄榔一名姑榔，一名董棕，一名鐵木。

《蜀志》：興古南漢縣有桄榔樹，有麪，大者至百斛。《廣志》：桄榔樹大四五圍，長五六丈，洪直無枝條，其顛生葉不過數十似栟櫚，其子作穗生木端，其皮可作縄，得水則柔韌，胡人以此聯木爲舟。皮中有屑如麪，赤黄色，多者至數斛，蜜製可食，與常麪無異。【略】《北户録》：桄榔莖葉與波斯棗、古散、古散堪爲柱杖椰子、檳榔小異，其木如莎樹皮，釀木皮出麪可食。《洛陽伽藍記》云：昭儀寺有酒樹麪木，得非桄榔乎，其心爲炙，滋腴極美。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物產・杭州府》 蓬。《四民月令》：杭人於二月二日取以煎糕。

蕨粉，《於潛縣志》：土人搗蕨根澱粉，可以療饑。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物產・杭州府》 椶櫚。《武林舊事》：慈雲嶺滿山皆椶櫚。《武林紀事》：其筍土人用蒸熯，食之味微苦。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物產・杭州府》 柾。《杭州府志》山縣多產，富陽顏塢爲佳，以火燻食甚香。

木瓜。《咸淳臨安志》：土產木瓜，色青而小，土人切作片，暴乾入藥，都人以糖煎，名熇木瓜。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物產・杭州府》 茨。《學圃雜疏》：茨實一名雞頭，最補益，獨杭州多而佳。《杭州府志》：今錢塘之良渚，仁和之臨平湖所產特佳，西湖者尤勝，然不多也，可篩爲粉。周紫芝《茨實詩》：雞頭子熟客新嘗，今日空懷各異鄉。紅線綠荷香夢裏，十年燈火記錢塘。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇一《物產・杭州府》 夾麥青。《四民月令》：清明時，土人取以搗汁和粉，爲果餌食之。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇二《物產・嘉興府》 橙。《崇禎烏程縣志》：風菱。《崇禎烏程縣志》：出菱湖，秋晚採，入竹箔曝乾，爲風菱。《弘治湖州府志》：菱湖人焙乾食之可療饑，謂之曰菱米。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇二《物產・嘉興府》 松黃。《吳興掌故》：松黃酒服之輕身療病，與脂苓之功相上下。《養老新書》：松蕊去赤皮，取嫩白者蜜漬之，畧燒令蜜透，勿太熟，極香脆。王履吉《謝劉司空自呂山寄松英藥餌詩》：坦林春永團松蓋，弁壑春英長藥苗。寄我遠從丹洞口，報君惟有白雲謠。

茱萸。《崇禎烏程縣志》：土產者，湖人用以作羹，俗名檓火。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇四《物產・紹興府》 海根。《本草拾遺》：生會稽海畔山谷，莖赤色，葉似菠薐而小，蒸而用之味苦。

薄荷。《本草綱目》：吳越人多以代茶，其性涼，產剡山中者味厚。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇五《物產・台州府》 稠膏糖。《菌譜》邑西北孟溪山窈窕，邃深莫測，秋中山氣重，霏雨零露浸釀，山膏木腴，蓓爲菌花，戢戢多生山絕頂高樹杪，初如藻珠圍瑩，類輕酥滴乳，淺黃白色，味尤甘勝。已乃傘張大幾掌，味頓渝矣。春時亦間生，不能多。稠膏得名土人，謂稠木膏液所生耳。合蓡他邦猶或有之，此菌獨此邑此山所產，故尤可貴。鬻法：當徐下鼎，漸伺滓沸漉起。謹勿匕撓，撓則涎腥不可食。性參和衆味，而特全於酒烹，齊既調溫，厚滑甘，雉尾蓡不足道也。或欲致遠，則復湯蒸熟，貯之瓶罌，然其味去出山遠矣。《萬曆仙居縣志》：又名香椹，羣羌大陳坑諸山皆有，用槲樹標樹先一年砍伐，以斧遍擊之，次年雷動即生。

栗殼蓡。《菌譜》：寒氣至，稠膏將盡，栗殼者則其續也。

桐蓡。《癸辛雜識》：天台所出桐蓡味極珍，然致遠必潰之以麻油，色味未免頓減，諸謝皆台人尤嗜此品，乃併摒桐木以致之，旋摘以供饌，甚鮮美。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇五《物產・台州府》 金豆。《天台縣志》：果之屬有金豆，味香可爲蜜煎。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇五《物產・台州府》 南燭。《天台山方外志》：太極真人青精乾石飢飯，以山中南燭煮汁漬米爲之。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・金華府》 山粉。《萬曆金華府志》：即蕨粉，以其出於山故名蕨，隨處有，土人能淘之成粉，功力甚費而所直不多。若他處解作粿麪當盛行。《東陽縣志》：根可作粉，淘汰多者色純白，名粉心，用作粿麪甚佳。每當歲歉時，就山中擇地掘取，細舂浸之，力加淘洗，以菜調之作羹可飽。玉山、瑞山等鄉不荒，亦取。土商販至蘇杭絡繹行多買以作墾，舍此不可用。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・金華府》 機兒花。《東陽縣志》其形似襪不足供翫好。取將開之蘂煮食，風味特勝，乾之以點茶亦佳。此惟東邑有之。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・金華府》 櫧。《東陽續志》：櫧可作屐，惟此達省中裁斲如式而後致之，惟正北諸鄉近諸暨水路爲然，餘不能也。實可食，水浸去甚澀，品味最勝，乾則僅可作粉。

櫟。《東陽縣志》：大者宫室之材，未成榦者嫩葉柔條，香氣酷烈。耕農於三月盡刈之，踏入水田中，謂之採青，乃土功所首藉者。又一種名活腦，入田力尤厚，其實謂之櫟子，夏採作腐。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・金華府》 柿。《萬曆義烏縣志》：有紅珠、野猫、緑柿、小柿、油柿數種。《東陽縣志》：大者火煮作餅，久而凝霜，勝吴下

所謂青州餅。小而丹者名紅珠柿，更勝，但不多。長而圓者名牛奶柿，無棱。次爲牛心柿稍尖，又次爲雞心柿，類牛心而小，通謂之柿棗。切片者名柿花，皆遠致隣郡。又一種名羊阿柿，細小無皮核，最美，小兒所食也。

南棗。《金華府志》：出東陽茶場，最有名。《東陽縣志》：浙東西諸大郡遠至京師皆珍之，猶仍茶場之名，然他處只知此名，不能察其樹本之有無也。其次謂之魁棗，又次名通新棗，平民收得一二石者，亦自走錢塘得價則還，納糧稅歡然如諸穀一熟也。舊以茶場所出爲佳，相傳其大如拳，其核尖細如黍，決之即脫，其甜如蜜，香而且脆，以此京師皆盛傳之。今茶場漸少，惟東南諸鄉於旱地上植之頗廣，優劣不一。大棗未熟輒擊，以湯激之使變色，謂之湯紅，乾則其色紫。已熟者名樹頭紅，乾則春色丹，堪入藥用，然不多。有過熟者，須以所煮餘汁煮之，色味皆似煎糖，謂之糖棗，此以時食爲美，不作乾也。若其大小則易辨矣。棘則小而圓，木本不異而性味殊，佳者勝棗。

榧。《東陽縣志》：產玉山、瑞山等鄉，收後將灰拌之令乾，謂之灰榧，炒食甚香，最佳者細而長，名蜂兒榧，種不多得。葉適《蜂兒榧歌》：平林常榧啖俚蠻，玉山之產升金盤。其中一樹斷崖立，石乳蔭根多歲寒。形嫌蜂兒尚粗率，味嫌蜂兒少標律。昔日取急欲高比，今我細論翻下匹。世間異物難並兼，百年不許贏栽插。餘甘何爲滿地遍，荔子正復漫天甜。浮雲變化空俯仰，靈芝醴泉成獨往。後來空向玉山求，坐對蜂兒還想像。

蓮。《東陽縣志》：湖塘平淺者多至十餘畝，香聞數里，不減西泠。其茹甚細，僅可鮮食。藕作粉甚佳，葉則時收貯之。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產·金華府》 玉茗。《東陽志》：似玉仙，採而乾之，夏月點茶能解煩熱。他種有寶珠、石榴、湘妃，皆假其名。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產·金華府》 黃藤。《東陽志》：其花可食，又根類蕨，可爲粉。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產·衢州府》 蕨粉。《天啟衢州府志》：山中產蕨最廣，根可作粉充饑。《龍游縣志》：舵樓與山產蕨及葛，可療民饑。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物產·温州府》 山粉。《萬曆温州府志》：春蕨根舂爲粉，俗名山粉，出泰順。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物產·温州府》 小竹。《名勝志》：青田縣占陽山叢生小竹，巨葉，其實可爲粉。《處州府志》：宋慶元間，歲饑，鄉民於此採竹實爲食。《青田縣志》：或取以釀酒，味佳。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物產·温州府》 金豆。《甌江逸志》：柑之小者曰金豆，獨名羅浮者或產於江北之羅浮，其品最佳，故以地名之。温人去核，浸以白糖，入口香美，點茶絶勝。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物產·温州府》 山欒。《萬曆温州府志》：極香，木高數尺，土人以其葉醃鮓。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物產·温州府》 黃精。《雁山志》：山多黃精，土人蒸以代糧，但不能知九蒸九曝之法耳。此物雖處處有之，惟以雁蕩者爲佳，又以雁蕩絶頂不聞雞犬聲者爲上品。《本草綱目》：鈎吻狀似黃精，葉與莖却不同，一則養人，一則殺人，其性毒烈與黃精遠甚，服黃精者不可不察。

枸杞。《温州府志》：王元貞居大若山修煉，其徒朱孺子掘枸杞根煮之，飲其汁輕舉。

金銀花。《雁山志》：性涼解熱毒，土人用以作湯治諸瘡。花初開時黃色，後轉白色，故名金銀。藤有汁而甘，謂之啜蜜。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物產·温州府》 橙。《橘録》：木有刺，似朱欒而小，永嘉植之不若古栝之盛，香氣馥馥，可以薰袖，可以漬蜜，真嘉實也。

枝粉。《青田縣志》：枝樹之實可作粉。

蕉。《龍泉縣志》有糖蕉、竹蕉。

嵇曾筠等《浙江通志》卷一〇五《物產五·台州府》 稠膏蕈。《菌譜》：邑西北孟谿山窈窕，邃深莫測，秋中山氣重，霏雨零露浸釀，山膏木腴，蓓爲菌花戢戢，多生山絶頂高樹杪。初如蕊珠園，瑩類輕酥滴乳，淺黃白色，味尤甘勝，已乃傘張大幾掌，味頓渝矣。春時亦間生，不能多。稠膏得名，土人謂稠木膏液所生耳。合蕈他邦猶或有之。此菌獨此邑此山所產，故尤可貴。爨法，當徐下鼎，潘伺宿沸，漉起，謹勿匕撓，撓則涎腥不可食。性參和衆味而特全，於酒烹齊，既調温厚滑甘，雉尾蕈不足道也。或欲致遠，則復湯蒸熟，貯之瓶罌，然其味去出山遠矣。《萬曆仙居縣志》：又名香橿，章羌大陳坑諸山皆有用橿樹標樹先一年砍伐以斧遍擊之次年雷動即生。

栗殼蕈。菌譜寒氣至稠膏將盡栗殼者則其續也。

桐蕈。《癸辛雜識》：天台所出桐蕈，味極珍，然致遠必漬之以麻油，色味未免頓減。諸謝皆台人尤嗜此品，乃併摒桐木以致之，旋摘以供饌，甚鮮美。

李衛《畿輔通志》卷五六《土產·卉屬》 蘑蓬。《河間府志》：葉圓長，至秋枝葉俱紅，燒灰煎之，可得鹽，極甘美。

離蓬。《河間府志》：似鹽蓬而大，曝乾爲燼，煎之可得鹽。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物産・梧州府》 羊桃，俗呼五斂子，瓣五出如田家碌碡狀，以蜜漬之，甘酸而美。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物産・南寧府》 雷菌，出橫州，雷後即生，須急取，稍遲非腐則老不堪用矣。作羹甚美，與雞堛並珍。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物産・南寧府》 波斯橄欖，宣化出。案：《羣芳譜》云：生邕州者，核作兩瓣，蜜漬鹽浸，皆可經久。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物産・潞安府》 白菊，黄白二種佳。《抱朴子》曰：苗可以菜，花可以藥，囊可以枕，釀可以飲。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物産・汾州府》 木蘭，叢生谷岸，葉可染皁，晉人名黑葉子。春初採芽作茹，名木蘭芽。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物産・寧武府》 曼陀羅花，《本草》花生北土，故寧武多有之。一名山茄子，緑莖碧葉，高四五尺，花如牽牛，朝開夜合，實如蕈麻有刺。李時珍曰：相傳此花笑採釀酒，飲令人笑，舞採釀酒，飲令人舞。又八月採花，七月採火麻子花，陰乾等分爲末，酒服頃則昏昏如醉，割創炙火不覺其苦。

覺羅石麟等《山西通志》卷四七《物産・保德州》 登相子，沙地多生，一名沙米，作羹頗美。

郝玉麟等《福建通志》卷一〇《物産・福州府》 貨之屬：【略】

郝玉麟等《福建通志》卷一〇《物産・福州府》 羊桃，俗呼五斂子，瓣五出如鼠麴者，花上黄粉名松黄，人多取以爲餅，或作湯，點之甚佳。

郝玉麟等《福建通志》卷一〇《物産・福州府》 雷後即生，須急取，稍遲非腐則老不堪用矣。作羹甚美，與雞堛並珍。

郝玉麟等《福建通志》卷一〇《物産・福州府》 波斯橄欖，宣化出。案：《羣芳譜》云：生邕州者，核作兩瓣，蜜漬鹽浸，皆可經久。

郝玉麟等《福建通志》卷一一《物産・福州府》 梭櫚。亦曰栟櫚，子嫩未吐者可採充茹，曰梭魚。梅聖俞詩：青青栟櫚樹，葉嫩如車輪。

郝玉麟等《福建通志》卷一一《物産・福州府》 黄連茶。木高二三丈，葉似槐而尖長，春初芽始生，可治代茗飲，亦可爲茹味香美，俗又呼涼茶樹。

郝玉麟等《福建通志》卷一一《物産・福州府》 木之屬：松。有五鬣者，有三鬣者，花上黄粉名松黄，人多取以爲餅，或作湯，點之甚佳。

郝玉麟等《福建通志》卷一一《物産・福州府》 羊桃，俗呼五斂子，瓣五出如田家碌碡狀，以蜜漬之，甘酸而美。

郝玉麟等《福建通志》卷一一《物産・臺灣府》 椰子。樹高數丈，直起無枝，殼堅勁，可作瓢。殼外有衣，肉在殼内，色白，味似乳，可以釀酒。中有水甚多，俗呼椰酒。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 桄榔樹皮中有屑如麪，多者至數斛，食之與常麪無異。廣志

桄榔木如莎樹皮，釀木皮出麪可食。《洛陽伽藍記》云：有酒樹麪木非桄榔乎，其心爲炙，滋腴極美。段公路《北户録》。瓊州以南椰粉爲飯，曰椰霜飯。南椰與椰子樹不同，其精液形色氣味皆類藕蕨之粉，《本草》以爲莎木麪也，出萬州。《萬州志》按：蕨粉出翁源、乳源。

交阯有櫰木，其皮中有如白屑者，乾之水淋之，似麪可作餅。張勃《吴録》

西國米出西洋，僞者以葛粉爲之，以多煮不化而色紫柔滑者爲真。吴震方《嶺南雜記》以後凡書雜記者係《嶺南雜記》，非《西京雜記》等書。

葛根大如瓜，剖而食之甘如梨，白如蘿蔔，可以爲粉。同上

仙米産韶州仁化縣丹霞山，徧地所生，粒如粟而色緑，煮熟大如米，其味清腴。同上

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 鈎緣子形如瓜，皮似橙而金色，土人重之，極芬香，肉甚厚，白如蘆菔，女工競雕鏤花鳥，漬以蜂蜜，點牖檀巧，麗妙絶無與爲比。泰康五年，大秦貢十缶，帝以三缶賜王愷，助其珍味。《草木狀》鈎緣一作枸櫞。按：其形色當即佛手柑。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 橄欖子，八九月熟，其大如棗。《廣志》云：有大如雞子者，樹高不可梯，但刻其根方數寸許，入鹽于中，子皆落矣。今高涼有銀坑橄欖子，細長味美於諸郡産者，其價亦貴。《北户録》按：蘇軾詩：紛

紛青子落紅鹽，其說本此。然詢之土人，實係緣樹，以竹竿擊之。紅鹽亦見《北户録》。恩州有鹽場，色如絳雪，由煎時染成，差可愛也。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 烏欖一名木威子，乃欖之大者，蒂有臭味，大遜橄欖。土人取其肉醃爲菹，名曰欖豉，色如玫瑰，味頗雋，又可榨油，調食點燈。其仁則爲佳果，其皮染物鮮紅如茜，其核可爲薪。《雜記》粤東多種烏欖，其利多，白欖種者少，號曰青子。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 五斂子大如木瓜，黄色，皮肉脆軟，味極酸，上有五稜，南人呼稜爲斂，故以爲名。以蜜漬之，甘酸而美，出南海。同上

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 山葡萄莖細裊，而花紫白不恒，實如北葡萄小而赤。八九月熟，味酢可食，亦堪爲酒。其莖主嘔逆，斷其兩頭節，吹之有汁出如通草，仙家浴丹用之。同上 按：此亦與葡萄不同。

宜母果似橘而酸，婦人懷妊不安，食之良，故有宜母之名。又名宜濛子，製以爲漿，甘酸辟暑，名渴水。元吴萊有《宜濛熟水歌》。《雜記》

郝玉麟《廣東通志》卷五二《物産志》 林邑山楊梅，其大如梧椀，青時極酸，既紅味如崖蜜，以醞酒號梅香酎，非貴人重客不得飲之。《林邑記》

嶺南之梅少於江左，居人採之，雜以朱槿花，和鹽漬之，梅爲槿花所染，其色可愛。又有選大梅刻鏤，取棹汁漬之，棹木葉汁。亦甚甘脆。《北户録》 按：粤中以糖梅爲禮果。

紅鹽草果，取生豆蔻入梅汁鹽漬，令色紅，暴乾以薦酒。鸚哥舌即紅鹽草果之珍者，實始結，即頻取紅鹽乾之，纔如小舌。《廣衢志》

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 都捻子一名倒捻子，有紅白二種，花如芍藥而小，子如軟柿，外紫内赤，其汁可染花，可爲酒，葉可代麪，皮漬之有膠，可代漆，蘇軾名曰海漆。同上。一名粘子。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 良耀草，枝葉如麻黄，秋結子如小栗，煨食之，解毒功不亞于吉利。昔有得是藥者，梁氏之子耀，亦以爲名梁，轉爲良。爾花白似牛李，出高涼。同上

益智子，如筆毫長七八分，二月花色若蓮，著實五六月，熟味辛，雜五味中芬香，亦可鹽曝，出交趾合浦。同上

蒟醬，蔓茎也，生于蕃國者大而紫，謂之蔓茎。生于番禺者小而青，謂之蒟，可以爲食，故謂之醬，交趾九真人家多種之。同上 按：蒟即扶留藤子。左思《蜀都賦》謂蒟醬流味於番禺之鄉，今粤雖産蒟而實不知爲醬也。

郝玉麟等《廣東通志》卷五二《物産志》 野聚藤緣樹木，二月花苞仍連著實，五六月熟，子大如棗甌，俚民煮食，其味甜酢，出蒼梧。同上

黄之雋等《江南通志》卷八六《物産・揚州府》 揚州府【略】五茄皮一名文章草，今高郵以之造酒。

黄之雋等《江南通志》卷八六《物産・淮安府》 五茄皮，俱出山陽。

黄之雋等《江南通志》卷八六《物産・松江府》 五茄皮。出郡中，每歲春時，鄉人採其嫩芽焙乾，以餽京洛。

黄之雋等《江南通志》卷八六《物産・寧國府》 蕨粉。苗可食，根可爲粉。《本草》云：根如紫草，作菜食之味甘，寧國多山，蕨偏生焉。

黄之雋等《江南通志》卷八六《物産・六安府》 蕨粉。州邑通産，可以備荒療饑。

黄之雋等《江南通志》卷八六《物産・太平府》 五茄皮。叢生山谷田野，莖黄赤，春生苗葉俱青，高三四尺，一苗五葉者佳，每葉下生一刺，開白花，結實如豆，根若荆根皮黄，輕脆芬香。五月七月採莖，十月採根，陰乾用，味辛温，微苦寒，無毒，入藥功爲多。

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四三《物産一・果屬》 蒲萄。蒲陶似燕奥，可作酒。《上林賦註》張騫使西域還得蒲萄。《博物志》生五原山谷。《名醫別録》太宗破高昌，收馬乳蒲萄種于苑中，併得酒法，仍自損益，造酒成緑色，芳香酷烈，味若醍醐。《南部新書》蒲萄在漢西京似亦不少，杜陵田五十畝中有蒲萄百樹，今在京兆非止禁林也。《西陽雜俎》《後涼録》曰：龜兹國人家有至千斛蒲萄，漢使取實來，離宫别館傍盡種。唐類函唐太宗收馬乳蒲萄釀酒，長安始識。《咸寧縣志》

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四三《物産一・果屬》 柿。慈恩寺中柿樹是法力上人手植。《西陽雜俎》朱柿出華山，似紅柿而圓小，皮薄可愛，味更甘。《圖經本草》華州豐原鄉董侯里出。《寰宇記》柿爲類甚多，實可備饑。《咸寧縣志》重臺與小而圓者佳。《渭南縣志》柿出豆村者佳。《三原縣志》柿多可爲餅。《商州志》沿山一帶地多石，種柿作餅，鬻爲日用之資。《華州志》

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四三《物産一・藥屬》 葛粉。冬月取生葛，搗爛入水中，揉出粉澄成垛，入沸湯中，色如膠，以蜜拌食。又將生葛根煮熟，作果實賣。《本草衍義》出雍州。《寰宇記》

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四四《物産二・草屬》　玫瑰，樂遊苑中有自生玫瑰樹。《西京雜記》玫瑰甚香，乾可作囊，以沙糖同搗，謂之玫瑰醬。《延綏鎮志》

劉於義、沈青崖等《陝西通志》卷四四《物産二・草屬》　茅，白茅包之。《詩經・召南》晝爾于茅。《豳風》茅叢生荒野間，野人刈以覆屋。《合璧事類》有劍脊者，根，炒麵可食。《山陽縣志》

劉於義、沈青崖《陝西通志》卷四四《物産二・木屬》　椿。椿樗栲一類三種，椿木皮細肌實而赤，嫩葉香甘可茹。《本草綱目》易長而有壽，南北皆有之。廣莖芳譜

華希閔《廣事類賦》卷二《歲時部・寒食清明》　飯煮青精。《合璧》：楊桐葉細冬青，居人遇寒食採其葉染飯，色青有光，食之資陽氣，道家謂之青精飯。桃花宜作粥。《金門歲節》：寒食裝百花輿，煮桃花粥。

岳濬等《山東通志》卷二四《物産志・花木屬》　椿樗。香者名椿，《禹貢》作杶，《左傳》作□，今採其芽而食之，謂之椿芽。臭者名樗，莊子曰：吾有大樹，人謂之樗，本臃腫枝拳曲，匠氏弗顧也。又山樗名栲。《爾雅》：栲，山樗也。

岳濬等《山東通志》卷二四《物産志・花木屬》　槐。虛星之精一作櫰，《周禮》：外朝之法面三槐三公位焉。李時珍曰：槐之生也，季春五日而兔目，十日而鼠耳，更旬而始規，二旬而葉成，其芽可煠熟，水淘過食。杜詩有槐葉冷淘詩是也，亦可代茗，花可染黃，又入藥。

徐崑《遯齋偶筆》卷上《荔枝》　閩省方伯堂前，有荔數樹，高數丈，綠陰幕地，紅實纍纍下垂，最可愛。乃市食，紅膚白穰，滿如白煮雞卵，形美味甘，香沁齒頰。覺吳越楊梅，塞北葡萄，非其匹也。得自興化者，方肩核小似丁香，味更美，但經宿即變。延建距省纔數百里，鮮者不可得，以蜜或燒酒，或鹽水漬之，香味俱失。貢船所載，預擇其枝之實大而多者，截其皮，以木桶就樹箍之，實以土，晨夕灑水。候生根，截其枝爲小樹，飛舸計日北上。至京而實始紅，香美如在閩時，以故進御之外，雖王公大人，不易得也。向在中舍，見中使捧出黃紙小包四五，上署閣臣姓名。問之，鮮荔枝也，每位得其二焉。其珍重如此。

徐崑《遯齋偶筆》卷上《草子》　登萊濱海地瘠，少蓋藏，民食粗糲，豐年所食，不過秫粟，橡子碾屑作糜，磨豆作小豆腐，和以野菜，取果腹而已。小米麥麪，即爲上品，不能常食，雖富家亦然。丁卯戊辰，連歲歉收，穀價湧貴，民不得食。常見鄉村男女老幼成羣，蒲伏卑濕荒地中，挑掘草根，其色白而長，細於燈草者曰蕪苗，意即詩所云言采其蕭也。其白而短粗於小指者，曰豬頂榜，不知何物，嚼之，亦略似菜根，歸而和以穀皮豆屑食之。冬月草枯，沿山放火，火熄，掃其灰燼颺之。得草子細如芥子，淘淨碾粉，雜以穆屑，烝作餅餌，藉是以活者比比。聞萊陽有一家大小十餘口，日掃一二斗，積二十餘石，節嗇以餬其口，所存穀菽鬻諸市，得價數十金，置田若干畝，蓋穀貴而田賤故也。市集間至有以布袋盛草子而鬻之者。次年，稍豐稔，乃不復掃，閒草亦不多實云。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》　葡萄，《圖經》云：蔓本極長，春苞萌生。【略】《漢書》云可造酒。人脯飲之，則酗然而醉。圓者名草龍珠，長者名馬乳，白者名水晶，黑者爲紫艷。造酒綠色，芳香甘烈，味兼醍醐。根有羅紋，可製器甚奇。

效方：胎氣冲心，葡萄實煎湯飲即止，根葉亦可。渴煩，葡萄搗汁入磁器熬稠，入熟蜜少許收停，點湯飲。目中熱翳赤白障，取蔓中水煎過，吹氣取汁，滴目即去。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》　茹薺，《圖經》云，生淺水中，【略】本性：味甘，氣微寒，消堅除熱。作粉食，厚腸胃，又可濟饑，亦可和肉煮食。

慈菇，《圖經》云：生淺水中，春深生苗青綠，莖如嫩蘆有稜，中空，甚軟，每叢中十餘莖葉，形若燕尾，前尖後岐，內根出一兩莖稍粗而圓，上分數枝，開小白花四瓣而圓，蕊內紅黃色，根實大者如杏，小者如栗，色白而瑩滑。采根製可啖，南人名藉菇。《方土記》云：白地栗苗名燕尾草，一名剪刀草，又名芽槎草，一歲生十二子，故名如，如之慈子也。

植藝：冬時拆取嫩芽種田間，來年四月移植沃澤中，冬采其根，以灰湯煮熟去皮，乃不麻唇刺喉。可製粉霜。

菱，《圖經》云：落地易生。種塘陂者爲家菱，延浮水面，葉扁有尖而光若鏡。莖一莖兩兩相對如蝶翅，五六月開花黃色，皆向日落，實漸向水中乃熟。有種無角者，皮色微青老黑，有種皮嫩而色紫者，食之佳。嫩可剥食，老可蒸煮食。曝乾，剉米爲飯、爲餻、爲粥、爲果，可代糧。其莖亦可曝取造飯，能度荒年。實落江中，謂之烏菱，冬收爲果，生熟俱佳。芡實，《圖經》云：生澤中，春深生，【略】收穫。秋時收實蒸熟，向曝日中，取仁可舂粉，新者可煮食。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》　柑，《圖經》云：樹高丈餘，枝青葉綠，四時不凋，其樹亦棣，但身無芒刺。【略】一種金柑，生南土，樹亦棣，不高大。結實大者徑寸，木者若指頂，形長而皮堅，秋冬熟生深。一熟金色，味酸甘芳香，又名金

橘，一名給客橙。糖造蜜煎甚佳。《橘譜》云：西北人不識。景祐中始至汴，温成后啃之遂貴。一種甘之至小者，名金豆，木高尺許，實如櫻桃，生青熟黄，形圓而光溜，皮甘味清，可蜜漬。一種佛手柑，樹似柚而葉尖，枝有刺，結實若人手指狀，長近尺餘，皮若橘柚而厚皺光澤，生青，色黄，香氣襲人，置衣筒中，雖枯而香不歇。可糖蜜製果，搗蒜罨蒂，香更充溢。皮洗葛荣衣甚奇。一種香櫞一名枸橼，乃橘甘屬也，實大如木瓜，皮若橙而光澤，乃朱欒之尖者，置表筒中，經旬猶香，可蜜煎。國有雀巢，方開花結果。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》 橄欖，《圖經》云：樹似木槵，高大端直，枝皆高聳，樂如櫸柳，二月開青白花，結子狀如長棗，青色，兩頭尖。【略】

張宗法《三農紀》卷七《材屬草屬藥屬》 竹，【略】凡竹發笋，一番兩番生者可成竹，至第三番生者，只可供食。凡笋生連宿不長，稍帶黄枯者即攀而供食，留亦難成于上番。黄山谷詩云：根雖辰曰據，笋着上番成是也。笋可乾、可鹽，醃蒸煮炮酢，爲人所好。藥性云：笋快大腸，無益脾胃，俗謂之刮腸筢。凡煮新笋以桑葉雜煮，則無苦味而脆美。

張宗法《三農紀》卷七《材屬草屬藥屬》 蘆，澤生草也，莖葉似竹長丈餘，無枝，開白花，作穗若茅花狀，根若竹根而節疎。草木狀云：色白皮薄者葭也，蘆也。短小于蘆而中空皮厚者葵也，菰也，荻也，萑也，最小而中實者兼也，江東呼爲蒹蘆，又謂蒹芳，皆以初生得名。《詩疏》云：初生曰葭，未秀曰蘆，長成曰葦，花名蓬虆。笋名薍，可煮食鹽醃，桿可薪、可沽、可離、可蓬。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》 橙，《圖經》云：樹似橘有刺，實似柚而香。【略】實可薰衣，可芼鮮，可中葅醢爲醬罄，可糖製蜜煎，可和湯待賓客，可解酒速醒。【略】

田同之《西圃叢辨》卷二八《東藩》 甘涼銀夏之野，沙中生草子，細如罌粟，堪作飯，俗名登粟，一名沙米。按《宋史》瀚海沙深三尺，不育五穀，沙中生草子，名登相，收之以食。《遼史》西夏出登廂。《一統志》韃靼土産東藩，似蓬草，實如穇子，十月始熟，出幽涼并烏丸地。《魏書》烏丸地宜東藩。余意一物東藩，訛爲登廂，又訛爲登粟爾。《真珠船》

田同之《西圃叢辨》卷二八《蒟醬》 《説文》云：果也，似王瓜，蔓生，實如桑椹，膚白皮黑，其味辛香，惟蜀出。蒟醬，蜀人呼果爲醬，如楚人呼橘爲圯，呼豹爲程耳。至云瀝其油醢以爲醬之説，似未的確。且藥有名敗醬者，草類也，即黄蔬。

黄叔璥《臺海使槎録》卷三《物産》 臺地多瘴，三邑園中，多種檳榔。新港、蕭壠、麻豆、目加溜灣，最多，尤佳。七月漸次成熟，至來年三四月，則繼用鳳邑

瑯嶠番社之檳榔乾。

種檳榔必種椰，有椰則檳榔結實必繁。椰樹葉少林高，椰子外裹粗皮，如楸片，內結堅殼，剖之白膚盈寸，極甘脆，清漿可一椀，名椰酒。東坡詩：美酒生林不待儀，此也。《廣東志》：椰心色白而甘，在酒中大小不一。凡揀椰子，以手搖之，聽水聲清亮，則心大而甜，其肉厚，水聲濁則否。蓋椰心以水而養，無水則無心，往往而是。又有椰油，可佐膏火。或云：用火炙椰，其油自出。療齒痛凍瘡極效。

黃叔璥《臺海使槎錄》卷三《物產》 檨，三種，香檨、木檨、肉檨。香檨差大，味香，不可多得。所食者木檨，肉檨曬乾，用糖拌蒸，亦可久藏。臺人多以鮮檨代蔬，用豆油或鹽同食。北路自半線以上，則絕無矣。《字釋》無檨字，色味似杏，或是番杏，誤作檨。檨實大如豬腰子，葉尖長，《居易錄》作番蒜。五月熟，大如蘋婆，味甘香，多津液，樹大而葉圓，非是。

黃叔璥《臺海使槎錄》卷三《物產》 波羅蜜，一名優鉢曇，《廣東志》：南海廟中舊有東西二株，高三四丈，葉如蘋婆而光潤。蕭梁時，西域達奚司空所植，他所有皆從此分種。生五六年，至徑尺，剝去其梢，以銀鍼釘腰，即結實。成實乃花，然常不作花，故佛氏以優鉢曇花爲難得。每樹多至數十實，自根而幹而枝條，皆有實，纍纍疣贅。若不實，則以刀砍樹皮，有白乳湧出，凝而不流則實。一砍一實，十砍十實，故一名刀生果。熟以盛夏，大如斗，重至三四十觔。皮厚有轅刺，礧砢如佛頭旋螺，肉含純瓤間，疊如橘柚，囊氣甚芳郁。有乾濕苞之分，乾苞者液不濡膩，味尤甜。每實有核數百枚，大如棗，仁如栗黃，煻熟可食，能補中益氣，悅顏色。《志》云色緑似如來頂，液黏如漆是已。其子卻似橡實，每一子爲一房，熟而食之，味似百合子，不可生食。瓤可生食，亦不甚甘美，終不似橘柚味佳也。土人用波羅蜜子煨肉，黃梨煲肺，亦海外奇製。

黃叔璥《臺海使槎錄》卷三《物產》 木瓜，樹幹亭亭，色青如桐，每一枝一葉，葉似蓖麻，大者尺餘，花白色，生杈椏間。瓜凡五棱，無香味，居民用鹽漬以充蔬。

黃叔璥《臺海使槎錄》卷三《物產》 竹亦可爲器用，但質薄劣，蛀蟲易生，不能經久。徧處皆竹，數十竿爲一叢，遠望若柳，絶無蕭疏之致。生筍不出叢外，皆不堪食。夏月街市，亦有煮熟肩賣者，味酸苦，難以充庖。《諸羅志》謂竹墜岸裹之筆竹筍，味甚佳。

印光任、張汝霖《澳門記略》 木之屬，【略】丁香樹高丈餘，葉似櫟，花圓細而黃，子色紫，有雌有雄，雄顆小，稱公丁香，雌顆大，其力亦大，稱母丁香，蕃人常口含嚼以代檳榔，亦嘗釘之牛羊肉中蒸煮而食。山茶有紅白二種，皆重臺千層，性畏寒而花色絶勝。

檀萃《滇海虞衡志》卷一〇《志果》 蒟本爲蒻，蜀都賦注：蒻，醬也，緣樹而生，子如桑椹，熟時正青，長二三寸，以蜜調而食之，辛香温，調五臟味，註意，似以蒟子擣爛，蜜調之爲蒻醬，猶今之杏醬也。列于醬豆，以薤各殺，饌而食之，不言和嚼檳榔也。此蜀人之食法也。至註吴都之扶留，曰藤也，緣木而生，味辛可食檳榔者，斷破之，長寸許，以合石貴灰與檳榔并咀之，口赤如血，始興以南皆有之，似當日斷椹以和食，不用葉留者蒟也，故實曰蒟子，葉曰蒟葉。粤食今不用子而用葉，斷檳榔破爲兩片，每片裹蒟葉，葉抹蠔灰，謂之一口。每宴會則取數百口列于中座，佐以盒灰，今滇俗猶粤，大重檳榔，茶不設則生嫌悵，但無蒟葉，惟剪蒟子，雜檳榔片和灰食，此吴人之食法也。元江又分蘆子蒟葉而二之，謂蘆子産山谷中，蔓延叢生，夏花秋實，乾之以爲貨，則是今蘆子拌食乾檳榔，且以助染鋼者也。蒟葉家園遍植，葉大如掌，纍籐于樹，無花無實，冬夏嘗青，採葉合檳榔食之，味香美，則猶粤人捲葉以食鮮檳榔者也。然皆蒟也，蒟分兩種，一結子以爲醬，一發葉以食檳榔。海濱多葉，而滇黔無葉，以其子代之，或作蘆，或作蒟，其義一也。京師亦然，檳榔既入果部矣，蒟應相隨，故次檳榔而志之。

【略】

麂目，鬼目也，興古郡亦出之，樹高大如棠梨，葉似楮子，大如木瓜，小如梅李，蜜浸食佳。

都桷子，生廣南山谷，高丈餘，子如雞卵，亦似木瓜，以鹽酸溫食。

都念子者，倒捻子也，樹高丈或二三丈，葉如白楊，枝柯長細，子如小棗，抑似軟柿，頭上有四葉如柿蒂，捻其蒂而食，謂倒捻子，訛爲都念。外紫内赤無核，土人呼爲軟棗，棄之而不食。省城果舖收而以密漬之，遂列宴盤，是知美在所漬也。農部署前有一株予每坐其下以爲軟棗樹而已耳。今乃知爲都念。能無念之乎。

都咸子，生廣南山谷間，樹大如李，子如指，取子及皮葉乾之，以作飲，極

香美。

【略】

大藥、鮮子、訶子，俱出土司地方。《明統志》云：鎮康州大藥有大如斗者，味極甘善。鮮子大如棗，味酸。大藥，蓋謂大山藥也。

落花生爲南果中第一，以其資于民用者最廣。宋元間，與棉花、蕃瓜、紅薯之類，粤估從海上諸國得其種歸種之，呼棉花曰吉貝，呼紅薯曰地瓜，落花生曰地豆，滇曰落地松，高雷廉瓊多種之。大牛車運之以上海船，而貨于中國，以充苞苴，則紙裹而加紅簽，以陪燕席，則豆堆而砌白貝，尋常盃杓，必資花生，故自朝市至夜市，爛然星陳，若乃海濱滋生，以醡油爲上。故自閩及粤，無不食落花生，油且膏之爲燈，供夜作。今已遍于海濱諸省，利至大。性宜沙地，且耐水淹，數日不死。長江黃河沙地甚多，若遍種之，其生必大旺。今棉花種于南北，幾壓桑麻。若南北遍種落花生，其利益中原尤厚，故因此志而推言之。

百合花，滇俗以插瓶，而其實則比佳果以爲饋，出于曲靖南寧宣威，且洗之以爲粉，清香甚美。滇俗以臨安藕粉，南寧百合粉，宣威蕨粉，充官場餽送。

蓮子，出于澂江，比湖蓮爲巨，然蓮肉不能白脆如建蓮。今餽送以桶盛，題面。輒曰建蓮。

藕各處出，惟澂江洗之爲藕粉，以充苞苴，乾之爲藕片，以充齋供。片甚乾而巨，予糜而滫食之，即成藕粉，亦郡産之佳而可志者也。

菱頗有，然無巨者，以滇雲絶遠，而鱗被水蔬，幾同江鄉，亦極樂國也哉。

慈姑烏芋，滇皆有之，同江鄉。《綱目》以入果部。慈姑一根，歲生十二子，如慈母之乳諸子，故以名之。一名白地栗，謂地栗之白者，別于鳧茈之黑也。霜後葉枯，根乃練結，旋掘爲果，貢以灰湯，他處慈姑麻澀，而省上不然，則治之有法也。

烏芋鳧茈俗呼荸薺，滇産有大如盃者，比栗爲大，蓋滇無巨栗，故地栗爲洪耳。

蔗糖，名目至多，而合子糖尤盛，元謀臨安之人，多種蔗，熬之爲糖，糖疑堅厚成餅，二餅相合名合子糖。臨安人又善爲糖霜，如雪之白，曰白糖，對合子之紅糖也，其買賣大矣。

【略】

崖蜜，出於滇，山民因崖累石爲窩以招蜂，而蜂聚其蜜甚白，真川蜜也。初

淹農部時，值甚賤，近今客來收販，漸昂矣，亦地方之利也。嘗得蔣先生服茯苓方，茯苓三十斤，白蜜三斗，蒸搗三萬杵，服之，眼能夜視發神光。農部辦二物甚便，彼時槃酒肉穿腸道在心，那暇及此，今悔之甚。武定山民有養至百窩者，家大饒，俗因謔爲蜂王，若和茯苓而服之，豈不成蜂仙乎。

檀萃《滇海虞衡志》卷一一《志草木》 櫻梬、棡、棕、檳榔、桄榔、栟櫚、桃榔、與檳榔皆同類，高五六丈，而梬實滴酒，桃榔屑麪，尤有資於人。江淮之間亦有櫻，但剥皮爲繩索及笠單之用，亦利益矣。而緬甸樹頭酒，則滴自櫻，已詳志酒下。桃榔屑麪出自興古，今曲靖諸處也，詳於漢註。賦於蜀都，豈其虚言。而近代以來，未有此麪，豈今昔之或殊哉。桃麪與橦布、邛杖、蒟醬四者，爲蜀都異物。予居滇數十年，絶不之聞，故妄擬以木棉爲橦，其布即橦布。桃榔材中幹扛，一具幾數十金，其爲利用亦有由也。范志云：桃榔，木身，直如杉，又如椶櫚，有節似大竹一幹，挺上高數丈，開花數十種，緑色，不言屑麪。予在博羅所見桃榔，亦如范志，而吴都賦木註云：欃木樹皮中有如白屑者，乾擣之，以水淋之，可作餅如麪。交趾盧亭有之，則屑麪者乃欃而非桃榔，或古人混二名而一之耳。又按李時珍《綱目》引諸説，謂桃榔有姑榔麪、木董、傻鐵木之異名。蘇恭謂人家亦植庭院間，斫其麪，大者至數石，食之不饑。劉恂謂樹皮中有屑如麪，可作餅食。陳藏器云：彼方少穀，常以桄榔麪和牛酪食之。其爲出麪，鑿鑿可據。予遊滇粤，詢之土人及諸生，皆不聞出麪。至言其材堅硬，皮至柔，可爲索，抽鬚如馬尾以織巾子，鹽水浸即粗，張以縛海船，不用釘線。有文而堅，可製博局。剛利如鐵，可作釤鋤。又可作槍，鋒鋭甚利。即不出麪，而利用已多矣。至如莎木麪者，莎木即上云欃木也，木似桄榔，葉有簑衣之狀，字應作欃，欃莎同音，故謂之莎木麪耳。蜀記云：生南中八郡，樹高十丈許，闊四五圍，宜其出麪歲得數石之多也。滇爲蜀之南中，不其然乎。

【略】

古度木不華而實，子穿皮出如石榴，正赤，可炙食。升菴賦之曰：有木詭容，在勾之東云云，則滇亦有古度耶。

吴震方《嶺南雜記》卷下 宜母果，似橘而酸，醃食甚下氣和胃，婦人懷妊不安，食之良，故有宜母之名。又名宜濛子，製以爲漿，甘酸辟暑，名解渴水，元吴菜有宜濛熟水歌。

檳榔，出海南，而偏于兩粤，其樹亭亭直上，近頂五六尺間有葉，葉間洪腫坼

裂，一苞數十子，無花而實，棘針重蘗其下，皆黎女採摘入市賣之，謂之山子。食時，一枚切爲四片，以蔞葉石灰并嚼之，或加椰肉核桃之類，人客相見，以此先茶。然亦有食之而悶眩汗出者，飲冷水一二口即解。而彼人日不離口，近日都門酷嗜之，甚于粵。

椰子，形如芋頭，如人首，外包棕皮，內有堅殼，解之得漿，味如荸薺之汁，附殼白肉如截肪，甘脆可啖，彼人切爲絲，蜜餞以致遠。中有心可食，亦有無心者。

蒲桃，形如蠟丸，大如桃，高丈餘，花開一簇如針，蘤長寸許。五月熟，色青黃，中虛有核如彈丸，搖之有聲，肉鬆而甘。憶幼時在福建永春縣，食一種名香果，形少圓長，肉鬆，甘香異常，重握即碎。後兩次入閩，于福省徧覓不可得。羅浮僧云：山中甚多，每熬爲糖果以餉客，余亦兩次入粵，未及嘗也。

吳震方《嶺南雜記》卷下

波羅蜜，與大葉榕相類，不花而實，實生枝間，或根上。春生，至秋可食，苞大如瓜，而多軟刺，肉如橘，囊有核如肥皂子，白膜包之，燭食如栗。其囊汁作邪甜，氣亦臭，彼人酷嗜之。

羊桃，一名三斂子，一名五斂子，以其觚稜而分也。色青味黃甘酸，內有小核，能解肉食之毒。有人食豬肉，咽喉腫病欲死，僕飲肉汁亦然。人教其取羊桃食之，須臾皆起，又能解蠱毒嵐瘴。土人蜜漬，鹽醃以致遠。

人面子，出增城，核如人面，余剜視之，殊不甚似，略具數孔耳。土人皆以入饌，凡煮鴨煮肉必用之，亦醃以爲葅，或刻作花毬，蜜漬充餽。嫩者搥爛，熬爲膏，以蜜收之，甘酸益津。

荔枝多不及閩，而較早一月，唯新興者過之。新興荔較美于閩之狀元紅，官其地者，亦不可多得。尚逆在藩時，荔將熟，差官封守之，熟則索夫進送，故多伐去之。增城荔亦美，挂緑爲最，黑葉次之。彼人取荔漿爲酒，蓋以荔汁和燒酒爲之，香味俱美，然難致遠。

吳震方《嶺南雜記》卷下

番薯，有數種，江浙近亦甚多而賤，皆從海船來者。形如山藥而短，皮有紅白二種，香甘可代飯。十月間徧畦開花，如小錦葵，粵中處處種之。康熙三十八年，粵中米價踴貴，賴此以活，有切碎曬乾爲糧者，有製爲粉如蕨粉藕粉者。又有甜薯，圓如鵝鴨卵，有豬肝薯，形如豬肝，重十餘斤，皮紫，皆出粵地，唯番薯種自洋中來也。

土芋，形全似芋，但味少淡而無香耳。

葛根，大如臂，有如瓜者，剖而食之，甘如梨，白如蘿蔔，可以爲粉。

吳震方《嶺南雜記》卷下　鳥欖，一名木威子，乃橄欖之大者，蒂有鼻，味大遜橄欖，土人取其肉醃爲葅，名曰欖豉，色如玫瑰，味頗雋，又可榨油，調食點燈。其仁則爲佳果爲致遠，然不善收藏，輒油不可食。

佚名《大清一統志》卷四七《吉林三》　衣爾哈穆克。《通志》：出寧古塔，生於草莖，色紅味甘，置器中，少刻成水，亦名桃花水。

佚名《大清一統志》卷二〇五《甘州府》　白柰。郭義恭《廣志》：張掖有白柰，家以爲脯，數十斛以爲蓄積。《元和志》：甘州貢白柰。

佚名《大清一統志》卷二二八《紹興府三》　玉芝。《廣輿記》：會稽陶晏嶺出玉芝，花生葉下，其根一歲生一臼，取其臼以薶裹炊熟，日吞三枚，可以辟穀。

佚名《大清一統志》卷二三〇《台州府二》　蕈。出仙居稠皋者勝。又天台萬年山出，土人暴以致遠。

佚名《大清一統志》卷二九四《成都府》　梅煎。《唐書・地理志》：成都府貢梅煎。《寰宇記》：出成都府，如今之大梅煎。

佚名《大清一統志》卷二九四《成都府》　蒟醬。《寰宇記》：出成都府，如今之大蒟醬。

《大清一統志》卷二九六《重慶府》　蒟醬。《元和志》：涪州貢。

佚名《大清一統志》卷三六七《鬱林州》　椰子。《格古要論》：出鬱林州，樹似檳榔，實大如瓜，肉白可食，鋸開中有酒微酸，謂之椰子酒。其殼可爲飲器。

佚名《大清一統志》卷三六七《鬱林州》　土產葛仙米。出勾漏草澤間，暴乾仍清以水，如彝米狀，以酒泛之，清爽襲人。

佚名《大清一統志》卷三八五《元江州》　土產【略】蘆子。產山谷中，夏花秋實。土人採之，曬乾貨賣。

汪憲《苔譜》卷一《釋名》　《圖經》曰：海藻生東海池澤。今出登萊諸州海中，凡水中皆有藻。周南詩云：于以采藻，于治于沚是也。陸機云：藻，水草，生水底，有二種。一種葉如雞蘇，莖如筯，長四五尺。一種莖如釵股，葉如蓬蒿，謂之聚藻，扶風人謂之藻聚，爲發聲也。二藻皆可食，熟挼其腥氣，米麵糝蒸爲茹，甚佳美。荆揚人飢荒以當穀食。今謂海藻者，乃是海中所生，根著水底石上，黑色如亂髮而麤大，少許葉類水藻而大，謂之大葉藻。《本經》云：主癭瘤是也。【略】紫菜附石生海上，正青取，乾之則紫色，南海有之。東海又有一種海帶，似海藻而麤且長，登州人取乾之，柔韌可以繫束物，醫家用下水，速於海藻，昆布之類。石髮今人亦乾之，作菜以鹽臛，嗽之尤美。青苔可以作脯，食之皆利

人。【略】

汪憲《苔譜》卷一《釋名》

仙人茶

《太平清話》曰，洞庭中西盡處有仙人茶，乃樹上之苔蘚也，四皓采以爲茶。

江昱《瀟湘聽雨録》卷六 湘中蓮藕勝於他處，花盡白色，無紅豔者，且極壯盛，故藕粉甲於全楚，歲以充貢。若生食之藕，以永州司馬塘産者爲尤勝，甘嫩無滓。中有九孔，雪之無絲。司馬謂子厚，豈其詩文峭潔異衆，遺韻傳流，雖植物亦自不同邪。

江昱《瀟湘聽雨録》卷六 永以南至粤西産百合，白花大而甘嫩，以之澄粉如雪如銀，但市者多僞。近因入貢，由官署監製者絶佳。胙胡書巢明府德琳自桂林來，與梅花詩同，貺清虚芳潔，交沁肺腑。

江昱《瀟湘聽雨録》卷六 甘藷有番藷、山藷兩種，初來自兩粤，近湘楚徧種，易生多獲，市價極賤，誠儉歲之糧。臨桂陳公在陝西課民種植，以爲積貯，其利甚溥。講農政者不可不知也。番藷，湘人單稱藷，别於山藷，亦曰紅藷，山藷則稱白藷，又曰脚板藷，若吾鄉則統名山藕已爾。番藷形員而本末皆鋭大者如鵝卵，皮紫間有褐色者，肉黄味甘氣香，生如巖桂，熟如薔薇。山藷形魁壘，重數斤，大如足掌，皮褐色，肉白味稍薄。《南方草木狀》云海中人壽百餘歲，由不食五穀，食甘藷之故，其益人如此。愚意甘藷與山藥之原名藷蓣者，自别。《山海經》景山多藷黄。郭注云：音曙豫，今江南單呼爲藷，音儲云。案：景純似謂藷即藷蓣，其實形質性味及栽植之法，生成之時，判然各異。而藷蓣則湖北最夥，湖南反不多見也。

江昱《瀟湘聽雨録》卷八 湘中芭蕉，幹高葉大，嚴晨肅月，不變暄妍，誠佳植也。又有所謂觀音蓮，形質略與蕉相似，蔓生，葉尖圓，長四五尺，闊可二尺許，翠嫩若藍靛，粉筋細紋，不霑雨露，五六月開花，色碧似蓮花，只一瓣，有心如椎，若大士之跏趺龕内，故以此名。根類芋魁，味辛辣，不可食。冬後委翳，至春復發，皆江南所無，可與芭蕉稱湖湘雙絶。案《益部方物略》：海芋生不高四五尺，葉似芋而有根幹，根皮不可食，方家號隔河仙，云可變金，或云能止瘧云云，此似又一種。向遊峋嶁峯，見寺僧所種，詢之名磨芋，幹赤葉大如茄柯，高二三尺，至秋，根下實如芋魁，磨之漉粉成膏，微作辣辛，蔬品中味猶乳酪。似是《方物略》所指。宋祁贊曰：木幹芋葉是也，若觀音蓮，非木幹葉，亦過大爾。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一五〇《物産》 原蘁，似燕奠，延蔓生，葉如艾，白色，其子赤，可食，酢而不美，幽州謂之推蘁。卷耳，幽州人呼爵耳。茅苡，《本草》所載牛奶柿，一名君遷子也。

博明希哲《鳳城瑣録》 灌莽中生小果如椹，下有葉承之，仲夏色正紅微酸，季夏則深紅味甚甘，名依爾哈木克，國語也。又曰普盤果。復有生小果如豆，而光潤味酸，名山定子，殆亦棠杜之類，蜜漬之以充貢。

輗棗藤本，生小果狀如棗之中者，内多細仁如麻，色青味甘，蜜漬亦美，非棗藤本，生小果狀如棗之中者，内多細仁如麻，色青味甘，蜜漬亦美，非

江昱《瀟湘聽雨録》卷八 湘中蓮藕勝於他處，花盡白色，無紅豔者，且極壯盛，故藕粉甲於全楚，歲以充貢。若生食之藕，以永州司馬塘産者爲尤勝，甘嫩無滓。中有九孔，雪之無絲，司馬謂子厚，豈其詩文峭潔異衆，遺韻傳流，雖植物亦自不同邪。

博明希哲《鳳城瑣録》 灌莽中生小果如椹，下有葉承之，仲夏色正紅微酸，季夏則深紅味甚甘，名依爾哈木克，國語也。又曰普盤果。復有生小果如豆，而光潤味酸，名山定子，殆亦棠杜之類，蜜漬之以充貢。

輗棗藤本，生小果狀如棗之中者，内多細仁如麻，色青味甘，蜜漬亦美，非

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一五〇《物産》 原蘁，似燕奠，延蔓生，葉如艾，白色，其子赤，可食，酢而不美，幽州謂之推蘁。卷耳，幽州人呼爵耳。茅苡，《本草》所載牛奶柿，一名君遷子也。

江昱《瀟湘聽雨録》卷八 湘中芭蕉，幹高葉大，嚴晨肅月，不變暄妍，誠佳植也。又有所謂觀音蓮，形質略與蕉相似，蔓生，葉尖圓，長四五尺，闊可二尺許，翠嫩若藍靛，粉筋細紋，不霑雨露，五六月開花，色碧似蓮花，只一瓣，有心如椎，若大士之跏趺龕内，故以此名。根類芋魁，味辛辣，不可食。冬後委翳，至春復發，皆江南所無，可與芭蕉稱湖湘雙絶。案《益部方物略》：海芋生不高四五尺，葉似芋而有根幹，根皮不可食，方家號隔河仙，云可變金，或云能止瘧云云，此似又一種。向遊峋嶁峯，見寺僧所種，詢之名磨芋，幹赤葉大如茄柯，高二三尺，至秋，根下實如芋魁，磨之漉粉成膏，微作辣辛，蔬品中味猶乳酪。似是《方物略》所指。宋祁贊曰：木幹芋葉是也，若觀音蓮，非木幹葉，亦過大爾。

佚名《盛京通志》卷一〇六《物産一·草類》 伊爾哈穆昆，出寧古塔，叢生數寸，莖端結菜，色紅，味甘而酸，置器中少刻成水，一名桃花水，俗呼高麗菜。出愛琿者曰花水，色赤如豆，入口成液，離枝十餘日櫛化爲水，以蜜收爲膏充貢。

佚名《盛京通志》卷一〇六《物産一·草類》 山楂。《爾雅》曰：杭口梅，土人呼爲山裏紅，佳者蜜餞入貢。

佚名《熱河志》卷九三《物産二·果之屬》 梨，《元一統志》曰：大寧路大寧、富庶二縣，惠州、興中州、建州，皆土産梨。元楊允孚《灤京雜詠詩》曰：買得香梨鐵不如，玻璃碗裏凍潛蘇。注云：梨子受凍其堅如鐵，以井水浸之，則味回可食。今熱河山家多有之，以甘脆勝，不盡如允孚所詠也。山莊内梨樹峪有梨花伴月之勝。蒙古謂梨爲阿里瑪，建昌縣内有阿里瑪圖谷，以有梨處得名。又

一種名爲罐兒梨，味甘而小。一種名山梨，一作酸梨，又名香水梨，味酢而多水。《爾雅》謂之樆。注云：實似梨而小酢可食。《本草》謂之野梨，汁經煉成膏味鮮美。

佚名《熱河志》卷九四《物産三・藥之屬》　枸杞子，汁經練成膏，味鮮美。

周煌《琉球國志略》卷一四《物産》　果之屬，【略】楊梅，別有一種極小，土人三種，葉相似，皆供蒸炊用。

阮葵生《茶餘客話》卷九《學術》　《峒溪雜志》載：蔓藤葉可以作醬，即蒟醬也。

袁棟《書隱叢説》卷一四《椶魚》　椶魚乃椶櫚樹中所生之子，形如魚子，故名椶魚，亦曰椶筍。東坡有《食椶筍詩》，廣蜀間菹而食之，更以餉人。《佩文韻府》魚韻中失收。

周廣業《過夏續録・王瓜》　二月間，王瓜初出，大如拳者，一枝直銀二錢，都人争買之爲筵宴珍品。酒肆剖賣，長指許者，四條爲一盤，價倍常饌。

汪啓淑《水曹清暇録》卷七　桃花采出寧古塔，叢生數寸，莖端結果，色紅味甘而酸，置器中少刻成水，俗呼高麗果，清語一兒哈木克。

李聿求《桑志》卷二《桑之類》　《拾遺記》：員嶠山有木名猗桑者，煎葚以爲蜜。

李聿求《桑志》卷二《桑之類》　《異苑》：北方有白桑葚，長數寸，食之甘美。

汪啓淑《水曹清暇録》卷一六　無花果即古度也，俗稱蓬鬆果。左太冲《吴都賦》：松梓古度。李善注：不華而實，子皆從皮中出，大如安石榴，色赤，可以炙食。今北方甚多。

汪啓淑《水曹清暇録》卷一六　哈蜜在燉煌之西，去京師七千餘里。其地惟産瓜，有淡黄、粉紅、碧色三種。不及待其熟即摘，裹重毳運至京師。亦有剖而焙成條者。耘菘趙觀察冀有詩云：甘瓜來自燉煌西，重毳裹壓明駝蹄。或長如枕大如斗，覆棚培土法未稽。路遥價貴競珍重，緑膚弗忍刮以鏕。副之猶恐太暴殄，截來寸寸成方圭。其中應有汁滿腹，日久暈入紅玉肌。甘芬不數文官果，清脆欲賽哀家梨。惜哉到京已冬節，切處先愁寶刀折。僅堪杯酒佐解酲，未得巾絺效消熱。潤肺雖同咽清露，戰牙不免嚼寒雪。我思此瓜亦熟秋，夏期郵千萬里到乃遲。色味幸非香荔變，節候已等標梅悲。李廣本足侯萬户，數奇毋乃不遇時。古來物産可移植，曷弗試種當陽陂。杜詩陽陂可種瓜。君不見薈蔚分根自大食，茉莉瞞種從波斯。菠稜舊爲婆羅菜，安榴故是塗林枝。高昌葡萄上苑茂，大宛苜蓿離宫滋。即如西瓜産回紇，胡嶠出塞驚絶奇。今已蔓延徧中土，功妙驅暑逾涼颸。可知雲生信蕃變，遷地亦有諧土宜。阿誰好事姑藝此，未必蹔淮橘爲枳。倘同萍實結滿畦，六七月間涼沁齒。老饕斯時快大嚼，寧羨刷藕調冰水。

李調元《南越筆記》卷一三《洋桃》　洋桃，其種自大洋來，一曰羊桃，樹高五六丈，大者數圍，花紅色，一蒂數子，七八月間熟，色如蠟。一名三斂子，亦曰山斂。斂、稜也，有五稜者名五斂，以糯米水澆則甜，名糯羊桃，廣人以爲蔬，能辟嵐瘴之毒。中蠱者搗自然汁飲，毒即吐出。脯之，或白蜜漬之，持至北方，不能水土與瘧者，皆可治。蘇長公詩：恣傾白蜜收五稜，謂此。

李調元《南越筆記》卷一三《黎檬子》　黎檬子，一名宜母子，似橙而小，二三月熟，黄色，味極酸。孕婦肝虚，嗜之，故曰宜母。元時於廣州荔支灣作御果園，栽種果木樹大小八百株，以作渴水里木，即宜母子也。吴萊詩：廣州園官進渴水，天風夏熟宜檬子。百花醞作甘露漿，南國烹成赤龍髓。蓋以里木子榨水煎糖也。

李調元《南越筆記》卷一三《人面子》　人面子，以增城水東所産爲佳，子如大梅李，其核類人面，兩目鼻口皆具，肉甘酸，宜爲蜜煎，仁絶美，以點茶，如梅花片，光澤可愛，茶之色香亦不變。水東在城南雁塔下，其樹僅數十株，子皮薄落之使潰爛，乃乾其核囊之。其仁皮寬，稍摇即脱去。此樹最宜沙土，沙土鬆則根易發，數歲即婆娑偃地。山居家，其祖父欲遺子孫，必多植人面烏欖。人面賣實，烏欖賣核及仁，百餘年世享其利。番禺大石頭村婦女多以斲烏欖核爲務，其核以炊，仁以油，及爲禮果。有詠烏欖者云：祇應人面子，與爾共成仁。蓋粤中惟此二果以仁重，故諺語云爾。

李調元《南越筆記》卷一四《諸異草》　有曰涼粉草，莖葉秀麗，香猶藿檀，以汁和米粉煑之，止饑，名仙人凍，山人種之連畝，當暑舊之。有曰香蒿，生石上，葉似白蘇，甚香，搗爲水，及爲餅，消暑散腫。

李調元《南越筆記》卷一三《椰》　椰生瓊州，栽時以鹽置根下則易發。樹高六七丈，直竦無枝，至木末乃有葉如束蒲，長二三尺，花如千葉芙蓉，白色，終歲

不絕。葉間生實如瓠繫房，房連累二十七八實，或三十實，大者如斗，有皮厚苞之，曰椰衣皮。中有核甚堅，與膚肉皆緊著，皮厚可半寸，白如雪，味脆而甘。膚中空虛，又有清漿升許，味美於蜜，微有酒氣，曰椰酒。蘇軾詩：美酒生林不待儀。言椰子中有自然之酒，不待儀狄而作也。瓊人每以檳椰代茶，椰代酒，以款賓客，謂椰酒久服可以烏鬚云。

李調元《南越筆記》卷一六《糖梅》 自大庾以往，谿谷村墟之間，在在有梅，而羅浮所產梅花肥大尤香。蘇詩：羅浮山下梅花村，玉雪爲骨冰爲魂。他處花小，然結子繁，如北杏味不甚酸，以糖漬之可食。段公路云：嶺南之梅小於江左，居人以朱槿花和鹽曝之，其色可愛，曰丹梅。又有以大梅刻鏤爲瓶罐結帶之類，漬以棹汁，味甚甘脆。東粵故嗜梅，嫁女者無論貧富，必以糖梅爲剪姑之贄，多者至數十百罌，廣召親串爲糖梅宴會，其有不速者，皆曰打糖梅。糖以甜爲貴，諺曰：糖梅甜，新婦甜，糖梅生子味還甜。糖梅酸，新婦酸，糖梅生子味還酸。糖欖亦然，有糖梅必有糖欖，欖貴其有雌雄，雄者花而雌者實也。凡女既入門，諸媵妗相與唱歌，其歌曰：解解糖梅者，詞美新婦。解糖欖者，詞美新郎。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部》

南棗山棗藏棗

出金華東陽縣茶場，以透明如血，七枚長一尺者佳，陳者入藥。《宦遊筆記》金華東陽縣茶場出棗，其大如拳，核尖細如黍，決之即脫，清甘香脆，以此名聞天下。明中葉尚存數柯，今此種已絕矣。惟東南諸鄉於高阜地種之，雖不及茶場亦美甲於他處。其製法不一，未熟輒擊，以湯沃之使變色，謂之湯紅，乾則其色丹。過熟者以所煮餘汁煮之，色味似蔗糖，謂之糖棗，此則以時食爲美，不作乾也。又有一種棘差小而圓，味殊勝棗。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《藤部》

建蘭花葉根草蘭

建蘭有長葉、短葉、闊葉、諸種，其花備五色。色黑者名墨蘭，不易得，乾之可治瞽目，能生瞳神，治青盲最效。紅花者名紅蘭，氣臭濁，不入藥。黃花者，名蜜蘭，可以止瀉。青色者，惟堪點茶，或蜜浸取，其甘芳通氣分。素心者，名素心蘭，入藥最佳。【略】

素心建蘭花乾之可催生，除宿氣解鬱。蜜漬青蘭花點茶飲，調和氣血，寬中醒酒。《閩小記》建甯人家以蜜漬蘭花，冬月點茶，芳香如初摘。【略】

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《花部》

金雀花

一名黃雀花，似六月雪而本高，正二月開花色黃，梗有刺，根入藥。《花鏡》金雀花枝柯似迎春，葉如槐而有小刺，仲春開黃花，其形尖旁開兩瓣，勢如飛雀可愛。其花鹽湯焯過，控乾入茶供。《百草鏡》：金雀花生山土中，雨水時開花，色黃而香，形酷似雀。白花者名銀雀，最難得。其莖有白點，花後發葉碎小，葉下有軟刺。取根入藥，去外黑皮及內骨用。別有霞雀花，更不可得。《嘉興府志》：金雀一名飛來鳳，鹽浸可以點茶。【略】

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《花部》

茶菊城頭菊、金鈴菊、金簡頭、菊米、菊根

茶菊較家菊朵小多心，有黃白二色，杭州錢塘所屬良渚檜葬地方，鄉人多種菊爲業，秋十月采取花，挑入城市以售。黃色者有高脚黃等名，色紫蒂者名紫蒂盤桓，白色千葉名千葉玉玲瓏，徽人茶舖多買，焙乾作點茶用。常中丞安《宦遊筆記》：鳳凰山產菊花不甚大，蒂紫味甘，取以點茶絕佳。又浙省城頭一帶產菊，名城頭菊，皆生城上石縫中。至秋開花，花小於茶菊，香氣沁腹，點茶更佳。此則茶菊之野生者，性味不同。【略】《百草鏡》云：甘菊即茶菊出浙江江西者佳。形細小而香，產於亳州者不可用，白而微臭。近日杭州筧橋，安徽池州，紹興新昌唐公市，湖北鈌州皆產。入藥用陰乾者，去蒂以白术、枸杞子、地骨皮爲使反河魨及無麟魚園菊花大不入藥止可裝枕去風其根治疔腫卻效。《羣芳譜》一名真菊，一名家菊，一名茶菊，花正黃，小如指頂，外尖瓣內細萼，柄細而長，味甘而辛，氣香而烈，葉似小金鈴而尖更多亞淺，氣味似薄荷，枝幹嫩則青，老則紫，實如葶藶而細，種之亦生苗，人家種以供蔬茹。凡菊葉皆深綠而厚，味極苦，或有毛，惟此葉淡綠柔莖，味微甘，咀嚼香味俱勝，擷以作羹及泛茶，極有風致。【略】

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》

延壽果

乃鹿銜草之子。又《松漥衛志》有延壽果，云果生於土，味甜似山藥，並無樹果。此或名同而物異也。按：《鹿銜千金方》名鹿藥草，其葉大而面綠背青者爲真。蘇恭言有大小二種。保昇言葉似菟葵，叢生有毛者，吳風草也，此草惟生於秦地者有子，土人名曰延壽果。

《仁恕堂筆記》：張掖河西地有草根，一種形如黃連，盤根屈曲有若缺，然邊人取之實邊豆，用之供餽遺，名曰延壽果，俗又稱鹿跑草，其味甚甜。

理血中邪濕，温補下元，去風痺，歷節痛。小兒食之定驚悸。《三邊紀畧》《本草逢原》云：味微澁而甘，不特有益老人，而嬰兒先天不足者尤爲上藥，惜乎南方罕得也。

櫻額

果屬也，産關東烏喇口外。其樹叢生，果形如野黑葡萄而稍小，鮮實甚美，曬乾爲末，可以致遠。《盛京志》一名稠梨子，實黑而澁，土人珍之，間以作麪，暑月調水，服之可止瀉。

按《宦遊筆記》郁李即棠棣，結子如櫻桃，南産者酸澁不堪食。盛京出者又名櫻額，味甘鮮，曬乾爲末更佳。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》

味甘澁，性温煖，補脾止洩瀉。

椰油

《臺灣使槎録》云，可佐膏火，或云用火炙椰，其油自出。凡揀椰子，以手摇之，聽水聲清亮，則心大而甜，其肉厚，水聲濁則否。《滇水燕談録》：椰子生安南及海外諸國，木如椶櫚，大者高百餘尺，花白如千葉芙蓉，一本花不過三五顆，其大如斗至差小。外有黄毛，軟皮中有殼，正類檳榔。殼上有二穴，牙出穴中。殼内類蘿蔔皮，味苦肉極甘脆，蠻人甚珍之。劉恂嶺表録異椰殼中有液數合如乳亦可飲之冷而動氣。《廣果録》：椰樹高六七丈，直竦無枝，至木末乃有葉，如束蒲，長二三尺，花如千葉芙蓉，白色，終歲不絶。葉間生實如瓠，繫房房連累，一房二十七八實，或三十實，大者如斗，有皮厚苞之，曰椰衣。皮中有核甚堅，與其肉皆緊著，皮厚可半寸，白如雪，味脆而甘。膚中空虚，又有清漿升許，味美於蜜，微有酒氣，曰椰酒。蘇軾詩美酒生林不待儀，言椰中有自然之酒，不待儀狄而作也。《廣東名勝志》：文昌縣玉陽山椰子最多，大三四圍，高二三丈，通身無枝。至百餘年纔有葉。三月花連著實房，房三十或二十七八子。至六月熟，七月收。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》

茶肭子

《邊輿考》其樹出遼東塞外，高有三尺許，葉如南方棟樹，背有黄白點，花四出形如手，碧色。或有八出者，結子大如拳，熟便可食，其甘如飴。其樹浸水可爲油燃燈，入藥用子。

治一切病遼塞無藥，土人有病者，取茶肭子啖之即愈。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》

宜母果

《嶺南雜記》：似橘而酸，又名宜濛子。元吴萊有宜濛熱水歌。粤語宜母子似橙而小，二三月熟，黄色，味極酸，孕婦肝虚嗜之，故曰宜母。元時於廣州荔支灣作御果園，栽種里木樹大小八百株，以作渴水。里木即宜母子也，一名黎濛子。吴萊詩：廣州園官進渴水，天風夏熱宜濛子。百花醞作甘露漿，南園烹成赤龍髓。蓋以里木子榨水煎糖也。蒙古以爲舍里别，即渴水也，一名藥果，當熟時，人家競買以多藏，而經歲久爲尚。汁可代醋染大紅，以其汁調乃上。藥性考黎，朦子大如梅，形似橘，孕婦宜食，能辟暑，即宜濛子孕婦食之能安胎，故又名宜母。

醃食，下氣和胃，懷妊不安，食之良。製爲漿，辟酷暑又能解渴。宜母子以鹽醃，歲久色黑，可治傷寒痰火。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部上》

糖橘紅

仁和塘，棲鎮者佳，以皮去白，切小塊，用糖霜製，味甘辛，性温，理氣快膈，治嗽消痰。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》

橘餅

閩中漳泉者佳，名麥芽橘餅，圓徑四五寸，乃選大福橘，蜜糖釀製而成，乾之麪上有白霜，故名。肉厚味重，爲天下第一。浙製者乃衢橘所作，圓徑不及三寸，且皮色黯黑而肉薄，味亦苦劣。出塘棲者爲蜜橘餅，味差勝，然亦不及閩中者。又興化出金錢橘餅，乃取金橘製成，小如錢，明如琥珀，消食下氣開膈，捷於砂仁豆蔻，又可醒酒，醉後點茶，允爲妙供。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

蜜望

《粤志》其子五月色黄味甜酸，颶洋者兼金購之，有天桃與相類，六七月熟，大如木瓜，味甜酢，以羹魚尤善，凡渡海者食之不嘔浪。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

野荸薺

生山土中春有苗三葉似韭而細葉上有光其根如豆大年久則愈大入藥用根一名山荸薺磨粉，水中濾過，曬乾點眼，去翳障如神。取粉忌鐵器

按：山荸薺喜燥，其生必於高原乾土尤，最易蕃衍，有人移入園圃，一經汗濕，根即朽爛。然其生不易長，百年纔如錢大耳。昔客東甌聞馬氏點眼藥粉爲天下第一。見其脩製，乃用此磨粉，合海鰍目珠粉，加入藥中，著效異常。云其性能去面黡斑痣，消瘡，去目星努肉，較產池澤者尤峻利也。

磨光散

種福堂方，點眼神藥，用野荸薺粉。洗淨去皮，石臼中搗爛，密絹絞汁，如做藕粉法。再用清井水飛曬乾，珍珠入豆腐內煮過，研細水飛。每荸薺乾粉一兩，配便煆一次，將藥水飛曬乾，爐甘石，用黃連黃柏黃芩甘菊薄荷煎水煆，再用童製過甘石五錢，珠末三錢，各將磁瓶收貯，臨用漸漸配和，加冰片少許點之。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

沙角

乃菱中一種小者，止兩角，臨平湖一帶多產之。出嘉興者名餛飩青，以其似餛飩也，較他菱體小味甘。沙角較餛飩菱尤小，色紅味甘異常。

味甘平，大補脾土不滯氣。餛飩青性寒，生食解積暑煩熱生津，煮食健脾和胃益氣。花鏡云：遲熟而甘肥者名餛飩菱，葉性考餛飩沙角生熟俱得，老則甘香，補中益氣生者解酒能壓丹石。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

烏欖仁

出廣東，今果肆皆有市者。皮黃黑色，肉白有文，層疊如海螵蛸狀，酒筵中以爲豆邊食品。《綱目集解》下云：烏欖青黑，肉爛而甘，取肉搥碎放乾，自有霜如白鹽，謂之欖醬。其子仁肥大，名欖仁，而主治所載悉言。白欖即今常食之青果，又所載欖仁，可治吻燥者，亦指青菓核中仁而言，非指烏欖仁也。【略】烏欖子大肉厚，其性温，故味濇甘，以温水泡軟，俟紫脂浮起溢出乃可食，水冷則生膠熱則肌膚反實，故必温水之和，乃醇其性，亦有婉諫之道焉。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》 羊桃，【略】酸甘濇平，無毒，久食能辟嵐瘴之毒。中蠱者，擣自然汁飲，毒即吐出。脯之或白蜜漬之，持至北方，不能水土與瘴者，皆可治。【略】

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

倒捻子

《綱目》：都念子即倒捻子，僮言其治痰嗽噦氣，暖腹臟，益肌肉而已。時珍曰：食之必倒捻其蒂，故謂之倒捻子，訛爲都念子也。味甚甘軟，粵語都念子。樸樕叢生，花如芍藥而小，春時開有紅白二種，子如軟柿，外紫內赤，亦小有四葉承之。子汁可染若胭脂，花可爲酒，葉可麴，皮漬之得膠，以代柿，蘇子瞻名爲海漆，非漆而曰漆，以其得乙木之液，凝而爲血，可補人之血，與漆同功，功逾青黏故名。以其爲用甚衆，食治皆需，故名都念。產羅浮者高丈許，子尤美。嶺南酒有以花爲釀而雜以諸果者，花則以檳榔花爲最，果則以倒捻子爲最。倒捻子又名黏子，花於暮春，實於盛夏。諺曰：六月六，黏子熟，熟以爲紅色，味甘，人與猿猴爭食之，所在皆然。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

猴闥子

《宦游筆記》出臨海深山茅草中，土名仙茅果，秋生冬實，樵人采食并可磨粉。其性温補，然城市亦無食之者。《綱目》有猴騷子，形與此別。又臨海出猴總子，一名土柿，每年九十月間生，形與紅柿同，皆非一物。《臨海異物志》：猴闥子如指頭大，味苦可食，他處所無。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

櫓罟子

《桂陽虞衡志》：出廣西，大如半升碗，數十房攢聚成毬，每房有縫，冬生青，至夏紅熟。

味甘補脾胃，固元氣，制伏亢陽，扶持衰土，壯精神，益血寬痞，消痰解酒毒，止酒後發渴，利頭目，開心益志。

婦人不孕，用櫓罟子浸好酒內三日，日日飲之，百日有孕。又目生翳障，漸漸昏暗，視物不明。櫓罟子浸白蜜內，每日連蜜啖一枚，一月即退。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

夫編子

《南方草木狀》：出交趾武平山谷中，三月開花，連著子，五六月熟，入雞魚豬鴨羹中，味最美，亦可鹽食。味甘性平，主甯心志，養血脉，解暑渴，利水道，生

津液，止逆氣喘急，除煩清熱，潤肺滋命門，益元氣，骨蒸勞熱，四肢瘦削如枯柴，用夫編子同白鴨爛煮，不用鹽醬，日日啖之，吃鴨三頭見效。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》

人面子

出海南，又出廣中。樹似含桃，子如桃實，春花夏實，至春方熟，蜜煎甘酸可食。其核兩邊俱似人面，耳目口鼻無不畢具。

《廣志》：人面子大如梅季，其核類人面，兩目口鼻皆具，肉甘酸，宜爲蜜煎，仁絶美，以點茶如梅花片，光澤可愛，茶之色香亦不變。以增城水東所産爲佳，其核中仁摇之即脱去，他産則否。【略】

《嶺南雜記》：人面子煮肉及鴨，必用搥爛熬膏，甘酸益津。

師範《滇繫》卷四之一《賦産・異産》　優曇鉢一名無花果，李時珍曰：出揚州及雲南。折枝插成樹如枇杷，實出枝間，如木饅頭，其内虚軟，鹽漬壓扁充果食。

師範《滇繫》卷四之一《賦産・異産》　楼梛、栟櫚、桄榔、檳榔皆同類，高五六丈，而梛實滴酒，桄榔屑麪，尤有資於人。江淮之間亦有楼，但剥皮爲繩索及笠單之用，亦利益矣。而緬甸樹頭酒則滴，自楼已詳志酒下。桄榔屑麪，出自興古，今曲靖諸處也，詳於漢註賦於蜀都，豈其虚言。而近代以來，未有此麪，豈今昔之或殊哉。桄麪與橦布、邛杖、蒟醬四者，爲蜀都異物，予居滇數十年，絶不之聞，故妄擬以木棉爲橦，其布即橦布。亦有由也。范志云：桄榔木身直如杉，又如楼櫚有節，似大竹一幹，挺上高數丈，開花數十種，緑色，不言屑麪。予在博羅所見桄榔，亦如范志，而吴都檓木註云：檓木樹皮中有如白屑者，乾擣之，以水淋之，可作餅如麪，交趾盧亭有之。則屑麪者乃檓，而非桄榔，或古人混二名而一之耳。又按：李時珍《綱目》引諸説，謂桄榔有姑榔、麪木、董傻、鐵木之異名，蘇恭謂人家亦植庭院間斫其麪，大者至數石，食之不饑。劉恂謂樹皮中有屑如麪，再作餅食。陳藏器云：彼方少穀，常以桄榔麪和牛酪食之。其爲出麪，鑿鑿可據。予遊滇粤，詢之土人及諸生，皆不聞出麪，至言其材堅硬，皮至柔可爲索，抽鬚如馬尾以織巾子，鹽水浸即粗張，以縛海舶不用釘。線有文而堅，可製博局，剛利如鐵，可作鈐鋤，又可作槍，鋒鋭甚利，即不出麪而利用已多矣。至如莎木麪者，莎木即上云檓木也，木似桄榔，葉有簑衣之狀，字應作檓，檓莎同音，故謂之莎木麪耳。《蜀記》云：生南中八郡，樹高十丈許，圍四五圍，宜其出麪，歲得數石之多也。滇爲蜀之南中，不其然乎。

程岱葊《西吴蠶略・桑椹》　《爾雅》：桑辨有葚。《椐言》一半有葚，一半無葚也。野桑葚多而味酸，家桑葚少而味甘。善飲者以之浸酒，醫家以之蒸露煎膏，並芳烈可愛。至歲饑爲粮，惟古有之。

程岱葊《野語》卷八《椰瓢》　産西洋古里國，其地富家多植椰子樹，其嫩者漿可飲，亦可釀酒，老者作油糖，亦作餡。葉可構屋，葉可代瓦，殼可製杯，穰可索綯，煆爲灰可鑲金。

秦嘉謨《月令粹編》卷四《正月日次・十五日》　火楊梅。《乾淳歲時記》：元夕，以臠肉炭屑爲丸，繫以鐵絲然之，名火楊梅。

秦嘉謨《月令粹編》卷一五《冬總・季冬》　梅花茶。《多能鄙事》收梅花點茶法，臘月梅將開時，清旦摘半開花頭帶蒂，置拗可每一兩重，用炒鹽一兩灑之，不可用手觸壞，以厚紙數重，密封置陰處，次年取時，先置密于盞内，然後取花二三朵，滾湯一泡，花頭自開香美。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・三月令雜識》　泡花。《桂海花木志》：泡花，南人或名柚花，春末開，藥圓而如大珠，既拆則似茶花，氣極清芳，與茉莉素馨相逼，番人採以蒸香，風味超勝。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺・四月令雜識》　棗糒。《四民月令》：四月可以作棗糒，以待賓客。

趙翼《陔餘叢考》卷三三《京師炒栗》　今京師炒栗最佳，四方皆不能及。按：宋人小説，汴京李和兒炒栗名開四方。紹興中，陳長卿及錢愷使金至燕山，忽有人持燜栗十枚來獻，自白曰：汴京李和兒也，揮涕而去。蓋金破汴後，流轉於燕，仍以燜栗世其業耳。然則今京師炒栗，是其遺法耶。

韓泰華《無事爲福齋隨筆》卷下　黄滑《日損齋稿》：灤陽邢君隱於藥，製芍藥芽代茗飲，號曰瓊芽，先朝嘗以進。御詩云：千帋茶經有遺恨，吴儂元不過灤河。

吴應逵《嶺南荔支譜》卷一《總論》　東坡云：柳花著水萬浮萍，荔實周天一歲星。蓋栽荔支必十二年而結子，故其木堅而不蠹，爲用器百年不敝。華於冬而實於夏，可以鹽蒸，可以蜜漬，可以浸酒，可以火焙爲乾，捆載致遠。崔弼《白雲山志》

近用博接之法，則四年可以結實，不必俟十年也，蓋人巧可奪天工耳。

吳應逵《嶺南荔支譜》卷一《總論》 南海東莞多水枝，增城多山枝，每歲估人鬻者，水枝七之，山枝三四之，載以栲箱，東以黃白藤，與諸瑰貨向臺關而北，臘嶺而西北者，舟船弗絕也。然率以荔支龍眼爲正貨挾諸瑰貨，必挾荔支龍眼，正爲表而奇爲裏。奇者曰細貨，所謂深藏若虛也。廣人多衣食荔支龍眼，其爲栲箱者，打包者，各數百家，舟子車夫，皆以荔支龍眼贍口。廣語

紅鹽火焙曬煎諸法，色香味俱失，非荔支之眞，概不采録。

吳應逵《嶺南荔支譜》卷四《品類》 荔支産于瓊山者，曰進奉子，核小而肉厚，味甚嘉，士人摘食，必以淡鹽湯浸一宿，則脂不黏手。《海槎餘録》

徐勃《荔支譜》云：進貢子其熟最先，實如黑葉味甘。林鐵崖《荔支話》云：進貢子其瓤不溼，蓋即進奉子也。奉與貢聲近，實似黑葉，但粒子大而疎，肉稍鬆，味亦畧淡，熟在黑葉之後，云最先者誤也。到處有之，不獨瓊山新會，而産瓊山者爲最佳。凡日爐焙乾者，俱用進奉，蓋黑葉肉厚難乾，久之易壞，進奉則不然，故昔之入貢者，皆此種，其得名以此。

趙遵路《榆巢雜識》卷上 沙蓬米，凡沙地皆有之，鄂爾多斯所産尤多，枝葉叢生如蓬，米類胡麻而小，性暖，益脾胃，易於消化，好吐者食之多有益。

盧若騰《鳥居隨録》卷下 顧野王《玉篇》云：杭木出豫章，煎汁藏果及卵不壞。洪邁《容齋隨筆》云：今饒州處處有之。莖幹不純是木，小人争鬬者，取葉搓擦皮膚，輒作赤腫如被傷以誣人。至和鹽擦卵，則又染其外若赭色也。按：杭即芫字。《山海經》云：首山其草多芫。芫花俗謂之頭痛花。

盧若騰《鳥居隨録》卷下 鼠麴草花雜樟皮染褐，至破猶鮮。鼠麴草，山南人呼爲香茅，江西人呼爲鼠耳，楚人呼爲米麴，北人呼爲茸母。北方寒食采茸母草和粉食。宋徽宗時，茸母初生認禁煙是也。

盧若騰《鳥居隨録》卷下 天門冬掇根入湯，浣衣極浄，浣縑勝於用灰，一名浣草。葖蓬菜，一名恭菜，恭音甜。其莖燒灰淋汁，洗衣白如玉色。苜蓿莢内有米如穇米，可爲飯，亦可釀酒。

趙紹祖《消暑録》 《猗覺寮雜記》云：東坡檄欖詩：待得餘甘回齒頰，已輸崖蜜十分甜。王立之詩話云：崖蜜，櫻桃也，出《金樓子》，坡意正謂蜜爾。言餘甘者，甘味有餘，非果中餘甘也。立之見餘甘爲果，遂以崖蜜爲櫻桃。余謂新仲意是而言非也。諫果味美於回，故諺云：嗅橄欖，思回味。東坡蓋言其餘有甘，非謂其甘有餘也。《甕牖閒評》載東坡一帖云：予少嗜甘，日食蜜五合，嘗謂以蜜煎糖而食之可也。至別子由詩云：石蜜與糖霜。則此必言蜜何疑。餘甘之爲果，余未之見。《羣芳譜》云：一名葴麻勒，生二廣諸郡，閩之泉州及西川戎瀘蠻界山谷皆有之，如川楝子形圓，味類橄欖。黃山谷集云：戎州蔡次律家軒外有餘甘樹，余名其軒，曰味諫。附録於此。

西清《黑龍江外記》卷八 歐李，野果也，《異域録》作歐梨，或云即郁李。大如櫻桃，色味皆如李，漬以餳蜜，秋日下酒佳品。有言歐陽文忠使契丹，嗜此果，因名歐李者，附會可哂。

伊勒哈穆克，叢生黑龍江城山野中，色紅，味甘酸，大如豆。摘食，入口成漿。置盂中，不久化爲水。國語花曰伊勒哈，水曰穆克，故漢名花水，亦名高麗果。又有都實者，伊勒哈穆克類也。和牛乳造爲烏他，味殊甘美。榛子，生於野甸，樹大如荆棘，實圓滿，未可以十榛九空之諺例之。經荒火者尤佳，炒而售者，高唱火燎榛子。終年不絶。

陳鼎《黔遊記》 刺梨，野生，夏花秋實，榦與果多芒刺，味甘酸，食之消悶，煎汁爲膏，色同楂梨，四封皆産，移之他境則不生。

陳鼎《滇黔紀遊·雲南》 滇西多蜜餞物，蜜甚多，彝人撲得大蜂，以長線繫其腰，識以色紙，迎風放之，乃集衆荷谷鈲隨行，度越山嶺。蜂入土竅，從而掘之。其穴大如城郭，輒得蜜數百斛，故檳榔、香附、橙柑、木瓜、香圓、梅李、川芎、瓜茄，多以蜜漬供客。復以酒醉群蜂餉親友，如温台之海味也。

倪朱謨《本草匯言》卷八《木部》 松花，味甘，氣温，無毒。

方氏曰：松花，即松黄，拂取之，似蒲黄，功用勝如脂、仁、及葉也。

松花，輕清凉滑，療久痢，解酒毒，清血熱之藥也。土人及時拂取，和白米、茨實、白糖，調勻印爲糕餅，作茶饌食之，大能養胃清鬱熱。越東風俗，以此款賓，曆啟問所時尚也。

鄒漪《本經續疏》卷五《柿》 柿高樹大葉圓而光澤，四月開小花，黄白色，結實青緑，至八九月乃熟。生柿置器中，紅熟者爲烘柿，即火柿也。樹上自熟者爲軟柿，其核形扁，狀如木鱉子仁，而堅硬，其根甚固，謂之柿盤。《綱目》

王端履《重論文齋筆録》卷一二 《爾雅·釋草蔵》寒漿。郭註：今酸漿草，江東呼曰苦蔵，音針。郝懿行義疏云：《玉篇》蔵蕖蔣，釋文蕖。本今作寒。《御覽》引吴普云：酸漿一名酢漿。陶注：處處人家多有，葉亦可食，子作房，房中有子，如梅李大，皆黄赤色。蜀本注云：酸漿即苦蔵也，根如葫芦，白色絶苦。按：

苦蔵，今呼苦精，聲相轉也。子外稃如皮弁，一名皮弁草。楊慎《卮言》：《本草》燈籠草，苦耽酸漿皆一物也，重複耳。燕京野果有紅姑孃者，乃紅瓜囊之譌。此説得之，今京師人以充茗飲，可滌煩熱，故名寒漿矣。

李宗昉《黔記》卷一　棘梨，野生，幹如蒺藜，土人多種于籬落，可辟猛獸，其花如茶蘼，結實如小榴，色黄多刺，味甘微酸，小兒食之，消積滯。搗汁入蜜，煉之可爲膏。各郡皆産，越黔境乃無。又一種重胎豔花，紅紫間色，可蒔爲玩，名送春歸，或云：刺梨熟，虎來食。

前胡，遍生山谷間，春初吐葉，土人採爲菜，味極香，俗名羅鬼菜，又名姨媽菜。黔中婦女好遊，相識即通往來，呼爲姨媽，飯則必設此，故名。

梁章矩《農候雜占》卷四《花枯》　枇榔樹似栟櫚而堅，研其木取麪，多者至百斛，以牛酪食之不饑。見《中南志》

姚元之《竹葉亭雜記》卷八　嶺南果品其類甚多，新會橙爲最佳，荔支次之，黄皮果又次之。余至廣時已中夏，尚有藏新會橙者，食之果佳。荔支正熟，以挂緑者爲尤美，聞有名糯米滓者，更美未之食也。此外余徧嘗之味，皆不善，惟彭婆一種，蒸食之去皮五層，肉如新栗，其味亦似，且有新栗之嫩者。問之，久客嶺南者皆未之食，蓋以其形異而忽之也。此果形如肥皂，荚色亦如之，擘開色深紅，如俗所謂癩蒲桃者，子亦如皂子而稍大，其色正黑，皮屢去乃見肉，是嶺南之佳品也，或以爲稱蘋婆，此果非蘋果而亦稱蘋婆。

陳徽言《南越遊記》卷二《洋菊》　粤中洋菊種類甚夥，如雉尾龍鱗之屬，不一其名。每至十月，香山人有鬥菊之會，其勝者得金豬花紅，亦有用以充膳者。張南山司馬邀予飲於學海堂，適席中有此品，調以霜鰿，甘脆如薺。

黄本驥《湖南方物志》卷五《常德府》　府境出蒟醬，即漢書西南夷傳所稱蜀蒟醬，俗名鬼芋，葉如天南星，子如桑椹。《一統志》案：鬼芋乃蒟蒻別種，非蒟醬，李時珍辨之甚詳。

王培荀《聽雨樓隨筆》卷八　蒟醬，張騫至西南夷，食之而美，擅名蜀中久矣。來川物色不得，問土人無知者。家人買黑豆腐，蓋村間所種，俗名茉芋，實蒟蒻也。形如芋而大，可作腐，色黑有別味，未及豆腐之滑膩。蒟蒻一名鬼頭，作腐時，人多語則味澀，或云多語則作之不成，乃知蒟醬即此。俗間日用而不知，可笑也。遥擲餽口入西川，蒟醬曾聞自漢年。腐已難堪兼色黑，虚名應共笑張騫。茉芋亦名黑芋，生食之口麻。

貝青喬《苗妓詩》　梅花瘴起火紅邊，繪蠟春衣結束鮮。莫謂更苴干甚事，應教耐德見猶憐。調和蒟蒻三升醬，屏絶芙蓉一枕烟。閒與歹鷄談往事，傷心姻婭侍皇僊。【略】漢武帝因唐蒙言蒟醬，而用兵西南夷，梁武帝嗽之而美，曰與肉何異。予以爲必異味也，抵黔後，徧訪之不可得。久乃於苗寨見之，花如流藤，葉如蕈撥，子如桑椹，瀝其油醃爲醬，味亦辛香，而不甚可口。楊升庵《丹鉛録》所考非謬矣，或取其葉裹檳榔食之，亦可辟瘴，呼之爲蔓，即蔓蒟也。

【略】

黄輔辰《營田輯要》外篇《附考・雜植》　茄脾，《爾雅》云鼻莁，種宜穀雨，日其苗三四月出淺水上，莖直如細葱，無枝葉，秋後結實，野生者黑小，食之多滓。種生者皮薄色淡，肉甘脆。作粉食，厚腸胃，土人磨爲乾糧。

曾國藩劉坤一《光緒江西通志》卷四九《物産・臨江府》　柿有數種，曰黄柿、朱柿、火毬柿，炙乾者謂之烏柿，日乾者謂之白柿，又一種差小，謂之輭棗，其味甚甘。

吴其濬《植物名實圖考》卷二一《蔓草類》

酴醾

《格物總論》曰：酴醾花藤身青，莖多刺，每一顆著三葉，葉面光緑背翠，多缺刻。

《羣芳譜》曰：一名獨步春，一名百宜枝，一名瓊綬帶，一名雪纓絡，一名沈香蜜友。大朵千瓣，香微而清，本名荼蘼。一種色黄似酒，故加酉字。唐時寒食，宴宰相用酴醾酒。

黄環

黄環，本經下品。其子名狼跋子，別録下品。據《唐本草》注及沈括《補筆談》，即今之朱藤也。南北園庭多種之，山中有紅紫者，色更嬌豔。其花作苞，有微毛，作蔬案酒極鮮香。【略】今湖南春掘其根以烘茶葉，云能助茶氣味。

忍冬

忍冬，別録上品，俗呼金銀花，亦曰鷰鷰花，又名左纏藤。陶隱居云：忍冬酒補虚療風，世人不肯爲之，更求難得者。近時爲解毒治痢要藥。【略】吴中暑月，以花入茶飲之。茶肆以新販到金銀花爲貴，皆中州産也。

吴其濬撰《植物名實圖考》卷二十一《蔓草》　玫瑰，【略】或以糖霜同烏梅搗爛，名玫瑰糖，收於甕瓶内，曝過，經年，色香不變。

吳其濬《植物名實圖考》卷二五《芳草類》

薄荷

薄荷，《唐本草》始著録，或謂即菠薐，菱蔕之訛，中州亦蒔以爲蔬。有二種形狀同而氣味異俗亦謂之臭薄荷蓋野生者氣烈近臭移蒔則氣味薄而清可噉亦可入藥也吳中種之謂之龍腦薄荷因地得名，非有異也。肆中以糖煎之爲飴。

吳其濬《植物名實圖考》卷二五《芳草類》

蒟醬

蒟醬，唐本草始著録。按：《漢書·西南夷傳》南粤食。唐蒙蜀枸醬，蒙歸間蜀賈人，獨蜀出枸醬。顔師古注：子形如桑椹，緣木而生，味尤辛，今石渠則有之。此蜀枸醬見傳紀之始。《南方草木狀》則以生番國爲蒟茇，生番禺者謂之蒟，交趾九真人家多種，蔓生。此交滇之蒟，見於紀載者也。《齊民要術》引《廣志》劉澂林《蜀都賦》注，皆與師古説同，而鄭樵《通志》乃云，狀似蒟撥，故有土蒟撥之號。今嶺南人但取其葉食之，謂之蒟，而不用其實，此則以蒟子及蔓葉爲一物矣。【略】余使嶺南及江右，其貢灰、蔓葉、檳榔三物既合食之矣。撫湖南，則長沙不能得生蔓，以乾者裹食之，求所謂蘆子者烏有也。及來滇，則省垣茶肆之累累如桑椹者，殆欲鄰車而載，而蔓葉又烏有也。考《雲南舊志》元江産蘆子，山谷中蔓延叢生，夏花秋實，土人採之日乾。收貨蔓葉，元江家園遍植，葉大如掌，纍藤於樹，無花無實，冬夏長青。採葉合檳榔食之，味香美。【略】

清吳其濬《植物名實圖考》卷三一《果類》

楗子産廣州，亦柑桔之類。陳皮本以柑皮製者爲最，市間亦有以楗皮爲之者，質稍薄而味亦遜。

清吳其濬《植物名實圖考》卷三一《果類》

金橘，歸田録云：産於江西，今江南亦多有之。唯寧都産者瓤甜如柑，冬時色黄，經春復青，或即以爲盧橘。又一種小者爲金豆，味烈，贛南糖煎之。【略】

清吳其濬《植物名實圖考》卷三一《果類》

西瓜，《日用本草》始著録，謂契丹破回紇始得此種，疑即今之哈密瓜之類。【略】南方志有謂甜瓜，皮質堅，老入醬爲菹者，毋亦類是。

吳其濬《植物名實圖考》卷三一《果類》

黄皮果，詳《嶺外代答》，能消食，桂林以爲醬。其漿酸甘似葡萄，食荔支厭飫，以此解之。諺曰：飢食荔支，飽食黄皮。又有白蠟與相似，諺曰：黄皮白蠟，酸甘相雜。

清吳其濬《植物名實圖考》卷三一《果類》

蜜羅生閩廣，南安施南亦有之，與佛手柑同類。【略】《思南府志》：香櫞即蜜羅柑，氣芬肉厚，點茶釀酒俱宜。

吳其濬《植物名實圖考》卷三一《果類》

野木瓜

《救荒本草》：野木瓜一名八月楂，又名杵瓜，出新鄭縣山野中。蔓延而生，妥附草木上，葉似黑豆葉，微小光澤，四五葉攢生一處。結瓜如肥皁大，味甜，採嫩瓜換水煮食。樹熟者，亦可摘食。

文冠果

《救荒本草》：文冠果生鄭州南荒野間，陝西人呼爲崖木瓜。樹高丈許，葉似榆樹葉而狹小，又似山菜萸葉亦細短，開花彷彿似藤花而色白，穗長四五寸。結實狀似枳殼而三瓣，中有子二十餘顆，如肥皁角子。子中瓤如栗子，味微淡，又似米麵，味甘可食。其花味甜，其葉味苦。採花爁熟，油鹽調食，或採葉爁熟，水浸淘去苦味，亦用油鹽調食，及摘實取子煮熟食。

吳其濬《植物名實圖考》卷三一《果類》

橘紅

橘紅産廣東化州，大如柚，肉甜。刮製其皮爲橘紅，以城内産者爲佳，然真者極難得。【略】

芡

芡，本經上品，即雞頭子嫩，莖可爲蔬，葅也，薦也，蔫也，雞壅也，鴈頭也，鳥頭也，雁啄也，一物而數名也。莖之嫩者曰蔫蕸，葉蹙，衄如沸而大曰芡，盤梂苞吐葩，有喙曰芡嘴。唐人詩：紫羅小囊光緊蹙，一掬珍珠藏蝑腹。言其實也。粥之、粉之、咀嚼之，根味如芋，煮食之，竟體芬芳，無剩物矣。歐陽文忠公詩：争先園客采新苞，剖蚌得珠從海底。都城百物貴新鮮，厥價雖酬與珠比。又云：卻思年少在江湖，野艇高歌菱荇裏。香新味全手自摘，玉潔沙磨輭還美。【略】

清吳其濬《植物名實圖考》卷三二《果類》

梅，本經中品。烏梅以突烟薰造，白梅以鹽汁漬晒，皆入藥。核、仁、根、葉亦皆主治。

吳其濬《植物名實圖考》卷三二《果類》

柿

柿，别録中品，有烘柿、酸柿、白柿、柿霜、柿餅，皆以法製成。

山楂

山楂，《唐本草》始著録，即赤爪子。李時珍以爲《爾雅》机繫梅，即此。北地

大者味佳，製爲糕，小者唯入藥用。【略】

清吴其濬《植物名實圖考》卷三三《木類・槐》 槐，本經上品，《救荒本草》：芽可爇食，花炒熟，亦可食。

吴其濬《植物名實圖考》卷三三《木類》

榆

榆，本經上品，種甚多，今以有莢者爲姑榆，無莢者爲郎榆。南方榆秋深始結莢，不可食，即拾遺之椰榆也。其有刺者爲刺榆，質堅。其皮白者爲枌榆，北方食之。又別録中品有蕪荑，説者謂即榆莢仁醞爲醬者。

女貞

女貞，本經上品，今俗通呼冬青。李時珍以實紫黑者爲女貞，實紅者爲冬青，極確。湖南通謂之蠟樹，放蠟之利甚溥。又有小蠟樹，枝葉花實皆同，而高不過四五尺。《救荒本草》：凍青芽葉可食，即此。

五加皮

五加皮，本經上品。《仙經》謂之金盬，江西種以爲籬。其葉作蔬。俗呼五加蘇。京師燒酒亦有五加之名，殆染色爲之。

皁莢

皁莢，本經中品，有肥皁莢、豬牙皁莢，刺爲雞疸要藥。《救荒本草》嫩芽可爇食，子去皮糖漬之，亦可食。【略】

吴其濬《植物名實圖考》卷三三《木類》

檪華

檪華，本經下品，子可爲念珠。《救荒本草》木檪葉味淡甜，可爇食。

石南

石南，本經下品，詳《本草衍義》。毛文錫《茶譜》：湘人四月採石南芽爲茶，去風，暑月尤宜。桂陽呼爲風藥。充茗浸酒，能愈頭風。

吴其濬《植物名實圖考》卷三三《木類》

雲葉

《救荒本草》：雲葉生密縣山野中，其樹枝葉皆類桑，但其葉如雲頭花叉，又似木檪樹葉微闊，開細青黄花。其葉味微苦，採嫩葉爍熟，換水浸淘去苦味，油鹽調食，或蒸晒作茶尤佳。

黄楝樹

《救荒本草》：黄楝樹生鄭州南山野中，葉似初生椿樹葉而極小，又似楝葉色微帶黄，開花紫赤色，結子如豌豆大，生青熟亦紫赤色。葉味苦，採嫩芽葉爍熟，換水浸去苦味，油鹽調食。蒸芽曝乾，亦可作茶煮飲。

吴其濬《植物名實圖考》卷三四《木類》

稠芽樹

《救荒本草》：稠芽樹生輝縣山野中，科條似槐條，葉似冬青葉微長，開白花，結青白子。其葉味甜，採嫩葉爍熟，水淘浄，油鹽調食。

月芽樹

《救荒本草》：月芽樹又名葩芽，生田野中。莖似槐條，葉似歪頭菜葉，微短稍硬，又似稠芽葉頗長艄，其葉兩兩對生。味甘微苦，採嫩葉爍熟，水浸淘浄，油鹽調食。

回回醋

《救荒本草》：回回醋一名淋樸楸，生密縣韶華山山野中，樹高丈餘，葉似兜櫨樹葉而厚大，邊有大鋸齒，又似厚椿葉而亦大，或三葉或五葉排生一莖，開白花，結子大如豌豆。熟則紅紫色，味酸，葉味微酸，採葉爍熟，水浸去酸味，淘浄，油鹽調食。其子調和湯味如醋。

白槿樹

《救荒本草》：白槿樹生密縣梁家衝山谷中。樹高五七尺，葉似茶葉而其潤大光潤，又似初生青岡葉而無花叉，又似山格刺樹葉亦大，開白花。其葉味苦，採葉爍熟，水浸淘浄，油鹽調食。

槭樹芽

《救荒本草》：槭樹芽生鈞州風谷頂山谷間。木高一二丈，其葉狀類野蘿蔔葉，五花尖叉，亦似棉花葉而薄小，又似絲瓜葉卻甚小而淡黄緑色，開白花。葉味甜，採葉爍熟，以水浸作成黄色，換水淘浄，油鹽調食。

老葉兒樹

《救荒本草》：老葉兒樹生密縣山野中，樹高六七尺，葉似茶葉而窄瘦尖艄，又似李子葉而長。其葉味甘微澀，採葉爍熟，水浸去澀味，淘洗，油鹽調食。

龍柏芽

《救荒本草》：龍柏芽出南陽府馬鞍山中。此木久則亦大，葉似初生橡櫟小葉而短。味微苦，採芽葉爍熟，換水浸淘浄，油鹽調食。

兜櫨樹即櫰

《救荒本草》：兜櫨樹生密縣梁家衝山谷中。樹甚高大，其木枯朽極透，可作香焚，俗名櫰香。葉似回回醋樹葉而薄窄，又似花椒樹葉，卻少花叉，葉皆對生。味苦，採嫩芽葉煠，熟水浸去苦味，淘洗淨，油鹽調食。

山茶科

《救荒本草》：山茶科生中牟土山田野中。科條高四五尺，枝梗灰白色，葉似皁莢葉而團，又似槐葉亦團，四五葉攢一處，葉甚稠密。味苦，採嫩葉煠熟，水浸淘淨，油鹽調食。

木葛

《救荒本草》：木葛生新鄭縣山野中。樹高丈餘，枝似杏枝，葉似杏葉而團，又似葛根葉而小。味微甜，採葉煠熟，水浸淘淨，油鹽調食。

花椒樹

《救荒本草》：花椒樹生密縣山野中。其樹高大，葉似回回醋葉微薄，又似兜櫨樹葉邊有鋸齒叉。其葉味苦，採嫩芽葉煠熟，換水浸去苦味，淘洗淨，油鹽調食。

白辛樹

《救荒本草》：白辛樹生滎陽塔兒山岡野間。樹高丈許，葉似青檀樹葉頗長而薄，色微淡綠，又似月芽樹葉而大，色亦差淡。其葉味甘微澀，採葉煠熟，水浸淘去澀味，油鹽調食。

烏棱樹

《救荒本草》：烏棱樹生密縣梁家衝山谷中。樹高丈餘，葉似省沽油樹葉而背白，又似老婆布粘葉微小而艄。開白花，結子如梧桐子大，生青熟則烏黑。其葉味苦，採葉煠熟，換水浸去苦味，作過淘洗淨，油鹽調食。

刺楸樹

《救荒本草》：刺楸樹生密縣山谷中。其樹高大，色皮蒼白，上有黃白斑文，枝梗間多有大刺，葉似楸葉而薄。味甘，採嫩芽葉煠熟，水浸淘洗淨，油鹽調食。

黃絲藤

《救荒本草》：黃絲藤生輝縣太行山山谷中。條類葛條，葉似山格刺葉而小，又似婆婆枕頭葉頗硬，背微白，邊有細鋸齒。味甜，採葉煠熟，水浸淘淨，油鹽調食。

山格刺樹

《救荒本草》：山格刺樹生密縣梁家衝山谷中。樹甚高大，其木枯朽極透，可短而尖艄，又似茶樹葉而闊大，及似老婆布粘葉亦大。味甘，採葉煠熟，水浸作成黃色，淘洗淨，油鹽調食。

筑樹

《救荒本草》：筑樹生輝縣太行山山谷中。其樹高丈餘，葉似槐葉而大卻頗軟薄，又似檀樹葉而薄小，開淡紅色花，結子如綠豆大，熟則黃茶褐色。其葉味甜，採葉煠熟，水浸淘淨，油鹽調食。

報馬樹

《救荒本草》：報馬樹生輝縣太行山山谷間。枝條似桑條色，葉似青檀葉而大，邊有花叉，又似白卒葉頗大而長。硬葉味甜，採嫩葉煠熟，水淘淨，油鹽調食。硬葉煠熟，水浸作成黃色，淘去涎沫，油鹽調食。

椴樹

《救荒本草》：椴樹生輝縣太行山山谷間。樹甚高大，其木細膩，可爲卓器。枝叉對生，葉似木槿葉而長大微薄，色頗淡綠，皆作五花極叉，邊有鋸齒，開黃花，結子如豆粒大，色青白。葉味苦，採嫩葉煠熟，水浸去苦味，淘洗淨，油鹽調食。

臭蕤

《救荒本草》：臭蕤生密縣楊家衝山谷中。科條高四五尺，葉似杵瓜葉而尖艄，又似金銀花葉亦尖艄，五葉攢生如一葉，開花白色。其葉味甜，採葉煠熟，水浸淘淨，油鹽調食。

堅莢樹

《救荒本草》：堅莢樹生輝縣太行山山谷中，其樹枝幹堅勁，可以作棒，皮色烏黑，對分枝叉，葉亦對生，葉似拐棗葉而大微薄，其色淡綠，又似土藥樹葉極大而光潤。開黃花，結小紅子。其葉味苦，採嫩葉煠熟，水浸去苦味，淘淨，油鹽調食。

臭竹樹

《救荒本草》：臭竹樹生輝縣太行山山野中。樹甚高大，葉似楸葉而厚頗艄，卻少花叉，又似拐棗葉亦大。其葉面青背白，味甜，採葉煠熟，水浸去邪臭氣味，油鹽調食。

馬魚兒條

《救荒本草》：馬魚兒條俗名山阜角，生荒野中。葉似初生刺藤花葉而小，枝梗色紅有刺，似棘鍼微小。葉味甘微酸，採葉煠熟，水浸淘淨，油鹽調食。

老婆布黏

《救荒本草》：老婆布黏生鈞州風谷頂山野間。科條淡蒼黄色，葉似是頭樣，色嫩緑而光俊，又似山格刺葉卻小。味甘性平，採葉煠熟，水浸作過，淘淨，油鹽調食。

青檀樹

《救荒本草》：青檀樹生中牟南沙崗間。其樹枝條紋細薄，葉形類棗微尖觕，背白而澀，又似白辛樹葉微小。開白花，結青子如梧桐子大。葉味酸澀，實味甘酸，採葉煠熟，水浸淘去酸味，油鹽調食。其實成熟，亦可摘食。

吴其濬《植物名實圖考》卷三五《木類》

白楊

白楊，《唐本草》始著録，北地極多，以爲梁棟，俗呼大葉楊。《救荒本草》，嫩葉可煠食。又《本草拾遺》有扶移即此。

吴其濬《植物名實圖考》卷三五《木類》

南燭

南燭，《開寶本草》始著録，道家以葉染米爲青飤飯。陶隱居《登真隱訣》已載之。開花如米粒，歷歷下垂，湖南謂之飽飯花。

枸橘

枸橘，詳《本草綱目》。園圃種以爲樊，刺硬莖堅，愈於杞柳。其橘氣臭，亦呼臭橘。鄉人云：有毒不可食。而市醫或以充枳實，亦治跌打。隱其名曰鐵籬笆。初發嫩芽，摘之浸以沸湯，去其苦味，曝乾爲蔬，曰橘苗菜，以肉煨食，清香撲鼻，亦山家清供云。

吴其濬《植物名實圖考》卷三六《木類》

樹頭菜

樹頭菜，《滇志》石屏者佳，樹色灰赭，一枝三葉，微似楷木，葉初生如紅椿，芽而瘦，味苦，臨安人鹽漬之以爲薆。與黄連茶即楷樹芽皆取木葉作蔬，咀其回味，如食諫果也。

黄連木

黄連木，江西湖廣多有之。大合抱高數丈，葉似椿而小，春時新芽微紅黄色，人競採取醃食，曝以爲飲，味苦回甘如橄欖，暑月可清熱生津，杭人以甘草青梅同煮啖之，則五味備矣。故《救荒本草》黄楝樹生鄭州南山野中，葉如初生椿葉而極小，又似楝葉色微黄，開花紫赤色，結子如豌豆大，生青熟紅，亦紫色。葉味苦，採嫩芽葉煠熟，水浸去苦味，油鹽調食。蒸芽曝乾，亦可作茶煮飲。形狀功用正同，唯南方未見其花實爲異。

青岡樹

《救荒本草》：青岡樹舊不載所出州土，今處處有之。其木大而結橡斗者爲橡櫟，小而不結橡斗者爲青岡。其青岡樹枝葉條幹皆類橡櫟，但葉色頗青而少花。又味苦性平，無毒，採嫩葉煠熟，以水浸漬，作成黄色，換水淘淨，油鹽調食。

吴其濬《植物名實圖考》卷三八《木類》

苦茶樹

苦茶樹生長沙岡阜高丈餘枝葉蒙密紫莖細勁多杈枒附莖生葉長寸餘微似臘梅葉光鮮而皺面濃緑背淡青深紋稀齒葉間附莖結實圓長有直紋大如梧桐子。生青熟黑，葉味苦回甘生液，土人採以爲茗。

吴其濬《植物名實圖考》卷三八《木類》

酒藥子樹

酒藥子樹，生湖南岡阜，高丈餘，皮紫微似桃樹，葉如初生油桐葉而有長尖，麪青背白，皆有柔毛。葉心亦白茸茸如燈心草。五月間梢開小黄白花，如粟粒成穗，長五六寸。葉微香，土人以製酒麴，故名。

吴存楷《江鄉節物詩・熟果》 新歲所儲果實，至元夕雜和煮食之，謂之熟果。

初疑小切作滴熬，棗栗香凝玉盌高。果實祇今同火食，最先爭嗷是兒曹。

周家楣、繆荃孫《光緒順天府志》卷五〇《食貨志二・物産》

瓜屬

胡瓜。即黄瓜。《本草綱目》：今俗以月令王瓜即此，誤矣。青色，皮上有痦瘤如疣子，至老則黄赤色，生熟可食，糟醬不及菜瓜也。按：各縣志或誤作王瓜。《固安志》，以黄瓜爲王瓜之俗名，尤非。詳下苦瓜注。《昌平志》：黄瓜有夏、秋二種。今京師正二月有小黄

瓜，細長如指，價昂如米，凡宴貴客，用以示珍也。其實火迫而生耳。甜瓜。爲香瓜總名。《帝河關志》：甜瓜有青、緑、黄斑諸色，味甜而香，故得名。按：甜瓜種類不一，本土所産，有皮肉俱白者，土人稱爲蜜瓜；皮黄肉白者，爲棉瓜；皮肉俱青，甜而脆者，則稱香瓜。總之，皆甜瓜也。瓜蒂皆入藥。宛平志誤分香瓜、甜瓜爲二。絲瓜。《帝河關志》：一名天羅結，長二、三尺，深緑色，嫩時去皮，可烹，可瀹，老則枯絲纏絡，可濾釜。按：其絡及藤並入藥品。梢瓜。按：即菜瓜，本名越瓜，可生食，俗呼生瓜。有青、白二色，濃淡相間，以甜醬漬之，爲蔬中佳品，土人稱爲醬瓜，用以煑雞肉、豬肉，極美。西瓜。《帝河關志》：種出西域，故名。藝沙田者佳，暑月剖之，脆若嚼冰，甘如啖蔗。《帝京景物略》：京師七夕以瓜雕刻成化，謂之花瓜。按：瓜肉有紅、黄、白三種，其皮肉子俱白者，土人稱爲三白瓜。紅瓜微白，其肉有絲纏，蒸熟以箸絞之，可成絲條。有呼爲老倭瓜者，嫩時皮青，老則黄，形圓，有長有扁，長者可二尺許，少子。有呼爲蝦蟆瓜者，皮有瘢瘤，維青、白、黑斑文，形圓而不長，皆南瓜也。可煑，可燖，能充飢，其子可燖作果，土人名倭瓜子。金瓜。按：不可食。形圓而扁，亦有純圓者，秋深則老色赤，採作盆供，可耐久。《宛平志》：北瓜，即此。癩葡萄。《帝河關志》：即苦瓜，葉葉似葡萄而小，七月結瓜，青色，其皮有瘢瘤，味苦，入饌絶佳。熟時青黄色，自裂，露紅瓤子，北人所食，其實美不在此也。《昌平宋志》：苦瓜一名錦荔枝，形其似也。匏，瓠。按：《帝河丁志》稱壺盧，《通州高志》稱甘盧，《昌平志》作瓠，云似越瓜，長尺餘，夏時便熟，蓋皆指可供蔬者而言。壺盧一作瓠甒，古人通謂之匏瓠。考《本草綱目》，後世以長如越瓜，首尾如一者爲瓠。瓠之一頭有腹，長柄者爲匏。無柄而圓大，形扁者爲匏。匏之有短柄大腹者，爲壺。壺之細腰者，爲蒲盧。各分名色。懸瓠，今所謂茶酒瓢也。蒲盧，今之藥壺盧也。今驗京師通呼瓠瓢，而以瓠瓢之已剖者爲瓠。

果屬

櫻額。《聖祖御製文集》：櫻額樹叢生，果形如野葡萄而稍小，味甘澀，性温補脾，古北口外亦有之，山莊之千秋島，徧植此種，每當夏日，則纍纍綴枝，游觀其下，殊堪娱目，不獨秋實之可採也。櫻桃。《帝河關志》：櫻桃，鶯取含食，故一名含桃，或呼崖蜜，熟最早。《昌平宋志》：有紅、白二色，南、北二種。林洪《山家清供》云：櫻桃經雨，則蟲自内生，人莫之見，用水浸良久，乃出，可食。按：櫻桃核可發痘瘡，白者味酸，不及朱櫻。桃。《宛平王志》：有毛桃、秋桃、扁桃、銀桃。又玉桃、金桃，云出上林苑。《房山佟志》：有黄、白、青、紅數種。《昌平宋志》：有數種，五月以刀剥其皮，出脂液，則不枯。《平谷朱志》：有金桃、秋桃、宣桃、麥熟桃。按：今土人以六月采食者爲朱顔青，味甘而脆，可蜜煎爲脯。七月採食者，爲瑪瑙紅。種類不一。本土所産，有皮肉俱白者，土人稱爲蜜瓜；皮黄肉白者，爲棉瓜；皮肉俱青，甜而脆者，則稱香瓜。總之，皆甜瓜也。瓜蒂皆入藥。宛平志誤分香瓜、甜瓜爲二。絲瓜。《帝河關志》：一名天羅結，長二、三尺，深緑色，嫩時去皮，可烹，可瀹，老則枯絲纏絡，可濾釜。按：其絡及藤並入藥品。梢瓜。按：即菜瓜，本名越瓜，可生食，俗呼生瓜。有青、白二色，濃淡相間，以甜醬漬之，爲蔬中佳品，土人稱爲醬瓜，用以煑雞肉、豬肉，極美。西瓜。《帝京景物略》：京師七夕以瓜雕刻成化，謂之花瓜。按：瓜肉有紅、黄、白三種，其皮肉子俱白者，土人稱爲三白瓜。紅瓜微白，其肉有絲纏，蒸熟以箸絞之，可成絲條。有呼爲老倭瓜者，嫩時皮青，老則黄，形圓，有長有扁，長者可二尺許，少子。有呼爲蝦蟆瓜者，皮有瘢瘤，維青、白、黑斑文，形圓而不長，皆南瓜也。可煑，可燖，能充飢，其子可燖作果，土人名倭瓜子。金瓜。按：不可食。形圓而扁，亦有純圓者，秋深則老色赤，採作盆供，可耐久。《宛平志》：北瓜，即此。癩葡萄。《帝河關志》：即苦瓜，葉葉似葡萄而小，七月結瓜，青色，其皮有瘢瘤，味苦，入饌絶佳。熟時青黄色，自裂，露紅瓤子，北人所食，其實美不在此也。《昌平宋志》：苦瓜一名錦荔枝，形其似也。匏，瓠。按：《帝河丁志》稱壺盧，《通州高志》稱甘盧，《昌平志》作瓠，云似越瓜，長尺餘，夏時便熟，蓋皆指可供蔬者而言。壺盧一作瓠甒，古人通謂之匏瓠。考《本草綱目》，後世以長如越瓜，首尾如一者爲瓠。瓠之一頭有腹，長柄者爲匏。無柄而圓大，形扁者爲匏。匏之有短柄大腹者，爲壺。壺之細腰者，爲蒲盧。各分名色。懸瓠，今所謂茶酒瓢也。蒲盧，今之藥壺盧也。今驗京師通呼瓠瓢，而以瓠瓢之已剖者爲瓠。

果屬

櫻額。《聖祖御製文集》：櫻額樹叢生，果形如野葡萄而稍小，味甘澀，性温補脾，古北口外亦有之，山莊之千秋島，徧植此種，每當夏日，則纍纍綴枝，游觀其下，殊堪娱目，不獨秋實之可採也。櫻桃。《帝河關志》：櫻桃，鶯取含食，故一名含桃，或呼崖蜜，熟最早。《昌平宋志》：有紅、白二色，南、北二種。林洪《山家清供》云：櫻桃經雨，則蟲自内生，人莫之見，用水浸良久，乃出，可食。按：櫻桃核可發痘瘡，白者味酸，不及朱櫻。桃。《宛平王志》：有毛桃、秋桃、扁桃、銀桃。又玉桃、金桃，云出上林苑。《房山佟志》：有黄、白、青、紅數種。《昌平宋志》：有數種，五月以刀剥其皮，出脂液，則不枯。《平谷朱志》：有金桃、秋桃、宣桃、麥熟桃。按：今土人以六月采食者爲朱顔青，味甘而脆，可蜜煎爲脯。七月採食者，爲瑪瑙紅。種類不一。《平谷朱志》以雁過紅入李類，誤。又桃仁並入藥品。李，《宛平王志》：有玉黄、青脆、牛心、麝香、紅串、鵲紅。房山佟志：有紅、青、黄三種。昌平宋志：有紫者，又有名胡厥賴者。薊州沈志：麝香紅最佳。《平谷朱志》：有雁過紅。按：雁過紅爲桃名。海録碎事用柿樹接桃枝，晚熟者爲過雁紅，即此。朱志作李，豈方言然歟？麝香紅，舊傳出盤山。杏，《宛平王志》：有土杏、海東、紅金梅、水梅。《房山佟志》：有紅、黄、青、白數種。《昌平朱志》：有數種，惟深赭色，核大而扁，乃接成者，味最勝。王禎《農書》謂之金剛拳。《薊州沈志》：杏一名甜梅，紅、白二種。《長安客話》：杏仁皆味苦，有一種甘者，名巴旦杏，或謂之八達杏。按：杏仁入藥品，其甘者鮮食尤美，乾則可燖爲果，可糖爲粉，杏子可蜜餞爲脯。銀杏。《昌平宋志》：一名白果，一名鴨脚，三稜爲雄，二稜爲雌。其仁嫩時緑，久則黄。樹須雌雄相望，乃結實。按：白果乃核中仁也，核外肉臭，不可食。花以夜開，有光，其葉如鴨脚，故名，其仁又名玉果，可燖，可煑。栗，《昌平宋志》：有板、錐、茅、山、樓六種。其花如條，大如節頭，長四、五寸，可以點燈。《毛詩》陸疏：五方皆有栗，惟漁陽范陽栗甜美長味。《金史・地理志》：薊州貢栗。《析津日記》：遼于南京置栗園司，蕭罕嘉奴爲右通造，典南京栗園是也。元昌平縣亦有栗園。薩里傳：戰于栗園，殺二人。是也。蘇秦謂：燕民雖不耕作，而足于棗栗。唐時，范陽以爲土貢。今燕京市肆，及秋，則以餙拌，雜石子爆之。栗比南中差小，而味頗甘。按：今煑栗以餳。棗，固安陳志：有大、小二種。《通州高志》：兩頭尖者佳，圓者次之。懷柔吴志：有酸棗、瓶兒棗。瓶兒棗較長，棗大而圓，其頂突起，如瓶之有蓋。房山佟志：羊棗一名丁香柿，名苑所謂君遷子，俗名軟棗。《昌平志》：羊棗俗名黑棗。《昌平宋志》：棗甘美輕脆，可生可熟，收者以麻油葉同蒸，則色更潤。羊棗一名丁香柿，名苑所謂君遷子，俗名軟棗。《昌平山水記》：密雲多棗，小而堅致，北人種之。按：羊棗早熟而甜美。酸棗仁入藥品，詳藥屬。石榴。《帝河關志》：天榴，天漿也，産南方者，樹高尋丈，五月花，秋間熟時，其皮綻裂，子纍纍嵌房内，消渴潤肺。北方所産，有紅、白二種，樹不甚高大，自地作叢，可供賞玩。《昌平宋志》：一名金罌，色有紅、白，味有甘、酸。梨。《帝河關志》：二月開白花，上巳日無風，結梨必佳。《薊州沈志》：梨各種，北山密梨、錦梨最佳。按：梨之種類不一，其見于各縣志者，有秋白、香水、紅綃、鶴頂、紅錦、餳雪梨、杜梨等名。杜梨今別詳。紅綃當作紅消。邵康節詩，紅消食之甘如飴，是也。今土人以汁多而微酸者爲波梨，其皮上有紅點者爲金星波梨，甜而爽脆者爲呀兒梨，可蜜餞爲脯，即袁家梨也。袁、呀聲之轉。又有大者，爲半斤酥、馬蹏黄。《日下舊聞》引《燕山紀游》稱，仰山村多梨，今西山一帶産植甚廣。杜梨。按：《固安陳志》稱，

南方謂之棠棃。《詩》傳云甘棠也。此本鄭注《毛傳》。懷柔吳志謂即倒挂果，誤。《爾雅》：杜，甘棠杜，亦棠杜，兼二名，故通稱爲杜。今土人稱杜棃，細小紫黑色，味酸澀，其爲赤棠無疑。毛詩陸疏云：赤棠與白棠同，白棠，甘棠也，少酢，滑美，赤棠澀而酢無味，俗語澀如杜是。《昌平志》云，小于羊棗，生黃熟黃，小兒多採之，明其不能食也。其木理堅細，今鋟書板用棃木，即此。甘棠疑即今之沙果棃，俗以形似沙果而名，色白微酸、而脆，與陸說白棠同。《日下舊聞》以今之頻婆果。即《詩・甘棠》，殆非。倒弔果。《聖祖御製文集》云：倒弔果，俗名弔搭果，形似山棃而小，體微長，味酢，肉多沙，長蒂，花葉皆下垂，故名。性暖，健脾消食，樹枝葉俱如棃。呀兒果。按：以形色，全似呀兒棃而名，一稱呀兒光，譌之轉也。味微酸多沙，疑即沙棠也。西山一帶產此，似與倒弔果同類。沙果，畿輔唐志：綿而沙者曰沙果。《昌平宋志》：以楂微圓，色兼紅、白，過肉則紫。《呂氏春秋》曰：果之美者，沙棠之實。按：沙棠，棃類，沙果似林檎，惟差扁無香耳。皮色初青，老則白而帶紅，酥而不脆，或以爲柰之別種。虎喇楂。按：即楂子，似頻婆果差小，體微長。頻婆果。《昌平宋志》：大似甘橘，色兼紅白，須出鎮邊城者，圓小堅實，入藴，過冬不敗。《長安客話》：韋公莊里許有柰子古樹，婆娑數畝，春時花開，望之如雪。三夏葉特繁密，列坐其下，烈日不到。袁宏道謂：戒壇老松，顯靈宮柏，城南柰子可稱卉木三絶。按：柰子與林檎同種，長者爲柰。《本草》：柰味苦寒，多食令人臃脹。林檎。《畿輔唐志》：俗名甜果。昌平宋志：俗名楂子，似沙果差大。《房山佟志》：頻婆一種小而色紅者，名來賓。按：林檎一名來禽，賓、禽聲轉字誤耳。味甘而脆，又名花紅。其花名月臨，極可人。其差大而肉多沙者，爲沙果。《房山志》：又以林檎爲即沙果，亦誤。柿。俗作柿。《固安陳志》：小者火柿，大者蓋柿。東安李志：牛心紅，即小紅沸。《昌平宋志》：有數種，惟花塔一帶爲盛，同蟹食，令人腹痛作瀉，二物俱寒也。按：柿爲赤實，果大者霜後熟，形圓微扁，中有拗，形如蓋，可去皮曬乾爲餅，出精液，白如霜，名柿霜，味甘，食之能消痰清爽。松子。見《宛平王志》。按：松實成毬，中爲松子，極香美，可入饌餌。山楂。即枳子。見《畿輔唐志》：俗名山裏紅。《房山佟志》：紅果即山楂也。《昌平宋志》：大而紅者曰糖毬，小而黃者曰山楂。按：糖毬當爲棠棣，經霜乃赤。其稱餳棣者，以餳裹之耳。亦可蜜餞爲果脯。今土人稱爲紅果者，此也。山楂可和餳蜜，搗之爲楂糕，淡紅色者最佳。又入藥品。陽桃。《昌平宋志》：其色似棃，其形似桃，獼猴喜食，又曰獼猴桃。桑葚。一作椹。《昌平宋志》：有黑、白二種，可收備荒。按：生啖味甘，煎成膏溫補，老人最宜。無花果。《昌平宋志》作阿駔。云即無花果，不花而實，實出枝間，生青，熟紫，味甘無核。薊州沈志：有映日果、文光果、天仙果、優曇鉢、阿駔、古度等名。《本草綱目》：枝柯如枇杷樹，每至三月發葉，五月內不花而實，狀如木饅頭，軟爛味甘。文官果。《昌平宋志》：四稜，內有仁如螺，外蔽以房。《薊州沈志》：形如無花果，味如栗，五月成熟。蒲陶。《聖祖御製文集》：近得哈密各種葡萄，植於苑籞中，結實

也。今本土或稱爲堅棃，晚秋始採，堅不能啖，必先以白蕎覆之。蕎性温，逾日而棃色變黑，

始可食。然生啖酸澀，土人每煮熟而薦。落花生。今增。按：落花生，藤生花落地而結實，故名。凡沙地皆可藝。今本土西山一帶，產此甚廣，四月下種，八月成熟，燄作果，極香美，惟忌與瓜同食。山荊子。《盤山志》：形似杜梨，其果大似胡椒，殷紅，霜後可食。其木用接蘋婆，甘香有色。

方大湜《桑蠶提要》卷一《櫟》 形狀：櫟有二種，一種不結實，其名曰栩。一種結實，其名曰柞，亦名柞櫟，又名栩，又名杼，又名柔，又名采，又名樸樕，又名薄羅。柞櫟皮紅者名紅柞，皮白者名白柞，葉皆青色，形尖而長，似柳葉而微寬。紋理鉤曲。新葉將生，故葉乃落。四五月開花如栗花黃色。結實如荔支核而有尖，如青楣子而較大，其名曰橡，又名芋，又名杼斗，又名阜斗，又名象斗，又名本連梂子。梂，盛實之房也。其帶有斗，包其半截，其仁如蓮子肉，其殼可浸汁染皁，其實可搗以爲燭，明如胡麻油。可研以爲麪，肥如胡麻麪。荒年可以爲飯，豐年可以餧豬，或舂爛磨爛，以水淘之，取粗渣餧豬，細者爲粉，如製天花粉法。其葉可養山蠶。

方濬師《蕉軒隨錄》卷六《肉樹》 舒州山人《藝苑卮言》載：肉樹，端溪豬肉子也，大如杯，炙而食之，味如豬肉而美檢。《高要縣志》并無此名。

長順等《光緒吉林通志》卷三三《物產上》 紅姑娘，苗如天茄子，高三四尺，四五月開小白花，結薄青殼，熟則紅黃色，實大如龍眼。《本草綱目》十六外垂絳囊，中含赤子如朱櫻，一名燈籠果《盛京通志》一名紅娘子，狀若彈丸，色紅可愛，味甘酸，子若魚子，八九月間熟。草本有蔀若秋葵，蕊而淡紅，烹湯亦可飲。《柳邊紀略》《爾雅箴》寒漿注：今酸漿草。楊慎《丹鉛厄言》：《本草》燈籠草，苦耽、酸漿，皆一物也，重複耳。燕京野果有紅姑娘，乃紅瓜囊之訛。此說得之，今京師人以充茗飲，可滌煩熱。《爾雅義疏·釋草》

梨，甯古塔梨子雖小，味極美，與葡萄作餻，色味俱精，此二種內地所無也。甯古塔紀略又有酸梨，皮黑，《盛京通志》天寒凍結，其堅比石，浸之以水，寒氣內融，冰屑外結，以手振之，裂如脫殼，去其繫而吮之，甘冽無比。

山楂，大而紅，土人呼爲山裏紅，可蜜漬，同上亦可爲餻，甯古塔紀略果子單，山渣煮漿爲之，狀如紙薄勻淨，可卷舒，色紺紅，故名果子單，味甘酸止渴。《扈從東巡附錄》今吉林間有作之者。《採訪冊》

棗，北地所產色青，味甘，可蜜漬。同上

栗，可炊食之，有數種，大者爲板栗，稍小者爲山栗，小如橡子者爲莘栗，小如指頂者爲茅栗。《本草綱目》二十九今北地出者，實小而味佳。《盛京通志》

五加皮，五葉交加，宜漬酒。《盛京通志》

嬰粟，俗呼萵苣蓮，六月始花，高尺許，葉如萵苣，單瓣微紅，中土人攜千層五色種布轍變。又名生菜蓮，花有紅有白，子榨油，殼入藥。盛京通志結子有漿，即鴉片煙，俗名爲煙土。吉林煙土與雲土并稱，植者獲利甚厚。《採訪冊》

王澐《漫遊紀略》（一名《瓠園集》）卷一《越遊》 番薯蔕相傳來自海外，皮赤味甘，可生啖，蒸食如餡，曝而屑之，可作餌。昔我鄉徐文定公著農書，極言其功，可以濟荒，今予嘗之信然，亦蹲鴟之屬也，惜其畏寒，他方難植耳。

郭雲陛《救荒簡易書》卷一《月令·正月菜類解》 罌粟苗菜正月種解。罌粟苗菜王象晉《群芳譜》罌粟花解曰一名米囊花一名御米花一名米殼花艷麗可玩實如蓮房其子囊數千粒大小如葶藶子雲以爲罌粟苗作菜可食，蘇文忠東坡兄弟皆喜食之。東坡食罌粟菜五言詩，予忘之矣，但記其脆美牙頰響一句。子由食罌粟菜四言詩，予猶能記其全。罌小如罌，粟細如粟。與麥偕種，與穄偕熟。苗堪春菜，實比秋穀。研作牛乳，烹爲佛粥。嘆我氣衰，飲食無幾。食肉不消，食菜寡味。柳楩石鉢，煎以密水。便口利喉，調肺養胃。三年杜門，莫適往還。幽人投刺，相對忘言。飲之一杯，失笑欣然。細玩子由詩句，罌粟苗之爲物，不但可生食，並可烹而熟食也。雲今鑿破混沌，唱此生食罌粟之法，熟食罌粟之法，令貧民當葉當飯，隨意食之，使彼種罌粟者，輒嘆饋貧糧，亦即暗斷罌粟之善術也。

馮繩祖《救貧捷法·種樹》 橙味酸，皮厚，香可煮衣，可芼鮮，可和菹醢爲漿，可糖蜜制，可和湯，可解酒速醒。

安石榴，出安石國，故名之。多子物也。其實可御飢渴，釀酒解醒。

柑，以其味、香、色，皆足悅人而名之也。其實可食，皮可入藥，晒乾陳久，調和品味甚佳，以釀酒，曰：洞庭春色。其果腐爛勿棄，以罐封口藏之。有火燒及湯爛者，以清水開塗即愈。

王韜《瀛壖雜志》卷二 鮮荔支來自嶺南，從海舶攜至，極速亦須四五日，故色香味俱變。販者養以火酒，盛之桶中，沿途呼售，肉色已白，味雜酸甜。近來粵人販鬻者，收藏頗有善法，或懸諸當風，有如新摘於樹紅羅玉液，色味香猶冠他果。黃天河咏荔支云：自有雙輪來碧海，不煩一騎走紅塵。其便速可喜也。他如甘蕉波羅之屬，率皆應時而至，其有逾時者，多失真味，不適於口。邇日閩閩間，粵品紛陳，幾無弗備，迥異向時矣。

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷六〇《物產一·永州府》 永以南產百

合，甚甘嫩，以之澄粉，潔白如雪，但市者多僞，近入貢由官署監製者絶佳。《瀟湘聽雨録》

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷六〇《物産一・永州府》 零陵縣有香茅，氣甚芬香，貢之以縮酒。《晉志》、《唐輿記》曰：春秋楚貢，包茅不入，即此。

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷六一《物産二・沅州府》 牛椰木多漿，苗猺歲饑闕食，則先以火窖地，掘根置窖中，壓以石，用火溫熟，搗作餅餌，名溫椰。同上

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷六一《物産二・郴州》 桂陽縣産風葉充茗，飲能愈頭風，故名。亦可浸酒，性微熱，前人志記不載。《范石湖集》：蠻茶出修江，治頭風，南人今無所謂蠻茶者，風葉豈蠻茶之謂邪。《餘冬敘録》

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷六一《物産二・郴州》 山薑，花莖、葉與薑無異，根不堪食。葉開吐花作穗如麥粒，帶紅色。嵇含《草木疏》煎服之，治冷疾，出九真、交阯。案：此物吾郴有之，鄉人醋浸作菜茹。《餘冬敘録》

李鴻章、黄彭年等光緒《畿輔通志》卷七三《輿地六・物産一》 山莊内有梨樹峪，蒙古謂梨爲阿里瑪。建昌縣有阿里瑪圖谷，亦以有梨處得名。一種名罐梨，味甘而小，一種名山梨，亦作酸梨，味酢而多水，汁經鍊成膏，其味鮮美。熱河志

蔣師轍《臺游日記》卷三 〔光緒十八年六月〕二十一日，閱府志卷第十八物産，【略】果則檨，紅毛人從日本移來，樹高多陰，實如豬腎，盛夏大熱，俗稱番蒜。《赤嵌筆談》謂色味似杏，或是番杏，皮緑肉黄，其氣辛熱，其味酸甘，入肝補脾。切片以啖，清芬過蔗漿，鹽漬久更美，名蓬萊醬。【略】梬子，樹高數丈，直起無枝，實大如寒瓜，外有粗皮，皮次有殼，圓而堅，可作瓢及酒器。肉在殼内，色白，味似牛乳，中含漿如酒，性能敗胃。種檳榔必開此樹則實繁。波羅蜜，一名優鉢曇，葉如蘋婆而光潤，實生樹幹，熟以盛夏，大如斗，皮厚有輭刺，磊砢如佛頂旋螺，内含純瓤，關壘如橘柚，囊氣甚芬郁。有乾溼苞之分，乾苞液不濡膩，味尤甜，每實有核數百枚，大如棗仁，如栗黄，爆熟可食。《赤嵌筆談》云：爾舊志云子似橡實，每一子爲一房，熟而食之，味似白合，子不可生食，瓤可生食，味亦不甚佳，土人以子煨肉。余按二説，皆未塙。曩至臺南朱蓉園太守餽此果，其大正類佛頭，剖之瓤黄臭惡不可食，房或數子似蓮實而稍大，熟食味近慈姑。【略】草則仙，高五尺，釀乾可作茶，解暑毒。煮爛絞汁和粉，再煮成凍，用糖泡水，飲之甚涼。【略】

俞樾《茶香室續鈔》卷二三《薯蕷》 國朝周亮工《閩小記》云：薯蕷，萬曆中。閩人得之外國，瘠土砂礫之地皆可種。種。初種於漳郡，漸及泉州，漸及莆，近則長樂、福清，皆種之。蓋閩海而南有吕宋國，其國有朱薯，被野連山，不待種植。中國人截取其蔓思許以來，種之下地，數日即榮，泉人薅之，斤不直一錢，二斤而可飽矣。

按：薯蕷，今所在皆有之。余於《叢鈔》第二十二卷載落花生，爲近代始有之物。此二物者，古無今有，而皆充斥市廛，物産之盈虚，真不可以意測也。

國朝吴震芳《嶺南雜記》云：薯蕷有數種，皆從海舶來，形如山藥而短，皮有紅白二種。又有甜薯，圓如鵝鴨卵，有豬肝薯，形如豬肝，重十餘斤，皮紫，皆出粤地，惟薯蕷種自洋中來也。

按：此知中國亦自有薯，然轉不如番薯之處處皆有也。

俞樾《茶香室三鈔》卷二八《桃花水》 國朝楊賓《柳邊紀略》云：桃花水，草本。狀若楊梅而無核，色紅味甘，質輕脆，過手即敗矣。五六月間，遍地皆是，居人擇最多處，設帳房，或棚子，釀分載酒。男女各爲羣，爭采食。明日又移他處，盡食乃已。

按：桃花水之名甚佳，即其名可想見其美矣，得此真可奴視荔支，惜不能及遠，雖一騎紅塵，不能致也。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《菊羹》 明張萱《疑耀》云：《楚詞》餐落英，菊英也。今人皆生餐之，未聞有烹炮者。温公《晚食菊羹》詩：采擷授厨人，烹瀹調甘酸。毋令薑桂多，失彼真味完。不知其法何似。按：此味余嘗食之，擷菊瓣置沸羹中，須臾可食，香味俱佳，初無他法也。

佚名《西北域記》 雪蓮産積雪中，一莖並蒂，浸酒色碧，性熱，人稱其功同仙茅枸杞，而不知其乃碪石鴿毛也，蝦蟇尤甚。

金武祥《赤溪雜志》卷下 蒲桃。即洋蒲桃，非葡萄，亦非胡桃。

叢鬚花無瓣，似剪絲毬新。甘香乃在殼，好釀蒲桃春。《廣東新語》云：花開叢鬚無瓣，如剪黄緑絲毬，羅浮人取以釀酒，名蒲桃春。

何剛德《撫郡農産攷畧》卷下《草類二》 葧臍，苗一莖直上，無枝葉，青色，高二三尺，與燈芯草相類，較匾較短，實淡紫色，臍有聚毛。肉白多汁，俗或呼爲慈姑，悞也。葧臍，撫屬均有之。

物用：可磨粉。其汁可治眼翳。孩童誤吞銅錢，食久，藏葯臍可以下之。

葯臍一斤值十餘錢，上熟之歲，畝田可售得錢二十餘千。葯臍粉一斤值七八十錢，運售南昌各處。贛屬會昌縣葯臍大如杯，汁多而無渣，磨粉銷售，其利甚大，撫產遠不及也。

百合形如蓮瓣，苗青花白，另有一種野生者，質大如盤，其味更佳。宜黃軍峯山石厓上有之，樂安五十都之山查坳一帶出產亦旺，臨金崇東亦間有之。一云百合有雌雄二種，其雄者磨之爲粉，雪白奪目，星光甚大，比雌者尤貴。

物用：磨漿汁，漂以泉水七次曬乾，是爲百合粉。真者有雪光色，每斤三百餘錢，野生者倍之。雄百合粉可治咳嗽，近有以洋蕷粉冒充者。挑貯碗內，以涼水冲入，其粉沈底爲真，若僞者即浮水麪，可以立辨。

葡萄，一名蒲桃，果有紫白二種，藤蔓極長，花黃而小。葡萄熟時，紫色微青，光潤可愛，然較之北方馬齒葡萄，其味殊遜。臨川崇仁間有之。

物用：可蜜餞，可釀酒。鮮者每斤價百餘錢，製乾者，每斤三百數十錢。

花生，藤梗雜出，蔓延滿地，葉綠花黃，花心有苗如針，倒入地即結實，故又名曰落花生。撫屬皆有之，惟崇東二邑較多。近有種洋花生者，其壳與實較碩大。

物用：臨金畝收四五百斤，東二三百斤，價貴時，每斤四五十錢，賤時二三十錢。可榨油，油留久愈清，三年不變味。燃燈極亮而無烟。枯可肥田。花生百斤，可榨油三十二斤，每斤價七八十錢，貴時百餘錢。

何剛德《撫郡農產攷畧》卷下《草類三》 雪瓜，土人或呼爲西瓜，南昌則呼爲撫州瓜。籐葉皆淡綠色，黃花，實揣圓而大，皮淡藍色，瓤淡黃色，其紋整者其瓤鬆，謂之沙瓤。其紋亂者其瓤黏，謂之肉瓤，肉瓤不及沙瓤之甘。臨邑東路之丁家洲勇橋產者爲最佳，金邑亦有之，崇邑瓜種傳自臨邑，其甘如之，其大不及。

物用：一枚有重至三十斤者，瓜百斤約值錢一千。瓜可消暑止渴，子可取仁薦茶。皮可密漬，醃醬。

西瓜，籐葉與雪瓜同，其皮青綠，其瓤紅，其大如雪瓜，味不如雪瓜之甘，子黑色。臨川嵩湖一帶多種之。

物用：西瓜性較雪瓜尤寒，多服易泄，其價視雪瓜爲賤。

金瓜，表黃而裏白，其質甚脆，其形圓大而不長，有重至五六斤者。子紅者味甜，子白者較淡。臨川、崇仁、樂安均有之，樂安較多。

【略】

物用：可食，可做醬瓜。樂安製者色黑而味佳，臨川醬瓜，其色較黃，味亦稍遜，蓋多以土瓜爲之。金瓜多食能解暑，能醒酒。瓜每斤四五錢，樂邑醬瓜每斤八十錢，臨邑則每斤五十錢。畝田可出錢二十餘千。

土瓜，一名杭頭瓜，又名筒瓜。表青而裏白，其質視金瓜較頑，其形長圓而不大，長二尺餘，重亦六七斤。臨川之西鄉及崇仁均有之。

物用：可爲醬瓜，瓜每斤三四錢，醬瓜每斤五六十錢。

苦瓜，長尺餘，大如酒鐘，遍體有皺紋，麻白色微青，味苦，性涼。撫屬皆有之。

物用：切薄皮，用熱水泡過，復浸之冷水中，炒食之，其味不甚苦，可辟暑氣。取苦瓜霜者去瓤，貫以皮硝，約一月久，皮外有霜毛，□□刮下，即苦瓜霜也。其性涼，可治喉症，并可治口內各病。其藤兜可治痢疾。瓜每斤價十餘錢。

何剛德《撫郡農產攷畧》卷下《草類三》 南瓜，崇邑呼爲飯瓜。藤蔓極長，藤粗而空，葉大而圓，藤與葉俱淡綠色，俱有毛，黃花，花長二三寸，實結花下，形橫圓而豎扁，最大者重二十餘斤，皮深青色，熟則變黃而微紅，瓤亦紅黃色，子白甜者甚佳。撫屬均有之。

物用：花葉均可食，食花宜去其心與鬚，鄉民恒取兩花套爲一捲，其上瓣泡以開水，鹽漬之，暑日以代乾菜，葉則和莧菜煮食之。南瓜味甜而膩，可代飯，可和肉作羹。每斤三四錢，或云可煎糖，可製火藥，秦西人嘗爲之。

冬瓜，藤葉皆淡綠，色微白，俱有毛刺，白花甚小，實生花下，長圓如枕。大者重二十斤，皮厚而色青，熟時則皮上微白如著霜，然肉潔白，子比南瓜子較小較薄，其色白。撫屬均有之。

物用：味平淡，有熱病人宜食之。食時宜切去其皮，每斤值四五錢。

何剛德《撫郡農產攷畧》卷下《木類一》 竹，有茅竹、筆竹、紫竹、斑竹、苦竹、箬竹、淡竹、箭竹、水竹、慈竹、實竹、觀音竹、桃竹、篁竹、白竹各類，諸竹撫郡皆有之。以茅竹爲最多，竹近兜節密者爲雌，疏者爲雄，枝葉下垂者爲雌，上竦者爲雄。

【略】

物用：筆竹幹小穰薄可織器，可爲簫，篛竹葉可造篷，可裹粽。幹可爲筆管，麪箸淡竹可入藥，箭竹可作釣竿，實竹可作杖，觀音竹可供盆玩，桃竹可爲

簟，篁竹可爲笛，白竹可爲紮篾爲筐籃，茅竹幹最大，其用最廣。大者每株植二百餘錢，小者亦值錢數十。竹始生爲筍，冬月生者爲冬筍，立春後生者爲春筍。冬筍每斤值二三十錢，春筍半之。

何剛德《撫郡農產攷畧》卷下《木類三》 櫟有二種，大葉者名板櫟，又名矮櫟，其樹不高。小葉名楮櫟，高三四丈，圍數尋。撫屬均有之。

物用：用研粉，其粉可以爲羹，并可爲膠。櫟粉每斤五六十錢，櫟粉膠每斤五六錢。取櫟粉法：曬乾去壳，浸水中數日，磨研成粉，用布袋澄去渣滓，提中層結白者爲佳。

李，葉緑而密，花白而繁，四瓣。實有内紅、外紅、麥黄、柿餅、茅包錦諸名。撫屬皆有之，臨川之嵩湖出産最多。

物用：可作脯，以蜜煎之極佳，每斤值錢十六七文，運售省城各處。

柚花白而大，葉與柑橘同，實圓大如瓜，有紅瓤白瓤之分，紅瓤者味佳。柚皮青色，熟則變黄，皮厚而多瓤。撫屬皆有之。

物用：一樹結實六七十枚，少或十餘枚，每枚值十餘錢。皮能消食下氣，可爲醬齏，可蜜餞，可糖製，味均香美。

金橘土名金蛋，樹高大不及橘，緑葉白花，實大如鑾蒴，皮甜肉酸，皮青色，熟則變黄。金邑湝灣、十九都、二十九都均有之，臨邑東南路較多。

物用：可生食，可製金錢餅。製餅之法：大鍋燒水，水沸時，投以金蛋，隨即撈起，置木桶中，格以竹篩，壓以石塊。用清水浸二三日，運至河流洗浄。每百斤用白糖七八枚以刀劃四孔，用指一捻，而金蛋匾矣。放鍋内以糖煮之，金蛋百斤用白糖七八十斤。煮好晒乾，名曰清水貨餅。百斤價銀八兩有奇，銷售湖北漢江河口各處。鍋内餘糖加糖四十斤煮之，亦每鍋做金蛋百斤，是濁水貨餅。百斤價銀七兩，銷售近地。又法，先以水浸橘一二日，再入食鹽、白礬濾浄，壓匾，用白糖煎熬成餅。

梨樹高大，青葉，花白如雪。實大者如拳，小者如杯。有數種，皮黄者名秋露白，皮青者名禾花梨，皮麻赤色者名麻梨，肉俱白色。秋露白味甘而質脆，比諸梨爲佳。梨實内有子黑色，其形長圓而微匾，撫屬均有之，以崇邑之九都、沙港爲多。

物用：梨味甘潤，可以解熱止渴。取汁熬膏，可治消渴之症。梨百斤價三千，歉收之年倍之，樂邑價較賤。

柿樹枝繁葉大，花黄白而小。初結實青緑，熟則變黄，其形有正圓、扁圓之別。撫屬俱有之，崇邑尤多。

物用：可製脯，可做柿餅，柿霜，可爲凍柿，可做柿糠，用石羔粉拌白糖，併柿壓之晒乾，是爲柿餅，味清美。取柿餅放瓦缸内，便結成霜，名曰柿霜，其甘如飴。凍柿之法，以芝麻梗插柿肉内，藏以穀壳，肉朽似腐，名曰凍柿，味亦不澀。又或取腐爛之柿，積置大缸内，和以米糠，攪爛作團如梨大，曬乾，藏之十餘年不壞，可以乾食，可以調糊。有未乾者，糊於墻壁，更可久留。生柿每枚五六文，柿餅每斤八十文，販運省城銷售柿糠，山西省人常爲之。光緒戊寅，晉省大饑，黎城縣民賴柿糠全活，無一餓斃者。

石榴有雪榴、飯榴兩種，雪榴汁多而味甜，飯榴汁少而味酸。榴葉狹而長，緑色，花有大紅、粉紅、黄、白四色，撫屬皆有之。

物用：石榴百斤價三千七八百。臨川有運至南昌銷售者。皮可入藥，子可釀酒。

栗俗謂之大栗，以其大於茅栗也。苞生外壳，刺如蝟毛，栗在壳内，色白，開壳墜地，色近朱墨，或三瓣或二瓣，亦有獨股者。

物用：栗樹大者一株可得栗四五十斤，小者十餘斤，或僅數斤。每百斤值錢三十餘，崇邑價較賤，樂邑尤賤。栗粉每斤值錢一百七十文，銷售南昌各處。《客燕雜記》栗生食則動氣，熟食則滯氣，唯曝乾或火煨汗出，食之良。

棗樹高丈許，葉圓而尖，花淡黄色，實初青，漸大漸白至純紅乃熟。有大棗、小蜜棗二種，蜜棗較小，味極甜，故謂之蜜棗，與大棗做成之蜜棗，大小不同。金谿西南二鄉近河洲地多種棗，臨川亦有之。

物用：大棗做成密棗，每斤價約二百錢。蜜棗曬乾是爲紅棗、黑棗，每斤價約八十錢。製蜜棗法：當未剥棗之先，預向産棗處購定。俟棗赤時收取，就草地曬之，用無齒木扒攤開，不使成堆，夜間亦然，使得露氣。間日取回。用刀細劃，以缸分貯，一層棗蓋一層糖，糖棗拌匀，旬日後變成黑色，即爲蜜棗，味甘而實大。臨邑每年計得四五千斤，用木桶裝貯，每桶八九斤或四五斤，由商人販運南昌、饒州各府銷售。

枇杷一名盧橘，花白，葉極長，形如枇杷，背有黄毛，實大如龍眼，味酸。郡城有之，臨川西南鄉亦有之。

物用：可蜜煎，葉可入藥，刷去黄毛可代茶。熬膏爲膏，化痰潤肺，每斤值

錢二十餘。蓬棚子，即涼粉子，一名土木瓜，樹高丈餘，結實如鴨蛋大，末尖而底平。皮青色，內裹數千百子，子與脂麻相似。撫屬皆有之。

物用：可爲涼粉，服之能解暑熱。取蓬棚子剖之，以刀刮其子出晒乾，裹之以布，置清水桶搓洗之，其汁自出，覆以布巾，頃刻即成涼粉。

宋永岳《志異續編》卷二《薯》 薯，廣東土人謂之地瓜，閩海南人多上壽，至有百歲外者，云是食薯所致。每薯熟，則細切如豆大，晒乾藏以備用。蓋窮鄉貧民，終歲以薯爲糧也。余嘗分篆新安縣之官舍，見彼處人壽至八九十者甚多。百歲者亦間有之。其地產穀少，產薯多，薯一年可三熟，彼處全藉此爲糧，人之得壽，大約以此。惟食必伴米，又時雜葷腥，或功力差減，故壽至百歲者少與。

【略】

釋同揆《洱海叢談》 雞足點蒼，僧房以蜜煎供客最佳。如檳榔、香附、橙柑、木瓜、香橼、梅桂，皆蜜漬之。川芎則採嫩芽，點茶清香可口。

陳銘珪《浮山志》卷一《松黃》 松花即松黃，松黃有粉，山中松多聳直，大可十圍。春時天氣晴霽，鋪淨布於地，待其搖曳而下，入糖霜曬之，名松花糖，主潤心肺。玫瑰糖芳烈過之，而一種太和之氣，洋溢齒頰，津液自生，其有益於人，而可以療疾以此。昔游華峯海門寺，僧以松黃餅與紫笋茶相餉，因知此物之佳。余嘗以茶點中逸品目之。又或新種小松，春時松心初生，中有微液一滴，潔白晶瑩，東坡所謂松膏。收之可煉咸飴，味甚清甘，宜乘日未出時采之。

陳銘珪《浮山志》卷二《浮山續記》 《南方草木狀》引陸賈《南越行紀》，羅浮山頂有湖，楊梅山桃繞其際，海人時登採拾，止得於上飽噉，不得持下。今山頂無二物，而酥醪洞中多山桃。《山家清供》有蟠桃飯，云采山桃用米泔煮熟，漉實水中去核，飯湧同煮頃之，如盒飯法。余嘗用山中赤米仿爲之，甘滑可口，與朱靈芝青精飯同一仙饌也。

沈日霖《粵西瑣記·百合粉》 百合粉細潔勻膩，沸水和糖冲調，味勝藕粉十倍。

陳鼎《滇黔紀遊·貴州》 刺梨野生，夏花秋實，幹與果多芒刺，味甘酸，食之消悶，煎汁爲膏，色同楂梨。

吳振臣《寧古塔紀略》 東門外三里，有村名覺羅，即我朝發祥地也。自東而北而西，沿城俱平原曠野，榛林玫瑰一望無際。五月間，玫瑰始開，香聞數里，予家采爲玫瑰糖，土人奇而珍之。有果名衣而哈目克，形似小楊梅而無核，味絕佳，草本。紅藤生雜草中。又有果名烏綠菜，似橄欖，綠皮小核，味甘而鮮。又有果名歐栗子，似櫻桃，味甘而酸，俱木本。小樹梨子雖小，味極美，梨與葡萄做餡，色味俱精，此二種內地所無者也。山查大而紅，亦爲餡，予家常食榛子腐松子餡，不覺其珍也。

紀事

王仁俊《經籍佚文子編·晉張華博物志佚文》 類草也，其根名爲弱頭，大者大如升，其外理白，可以灰汁煮則凝成熟，可以苦酒淹食之。不以灰炙則不成熟，蜀人珍貴之。《御覽》九百九十四。

陸璣《毛詩草木鳥獸蟲魚疏》卷上《北山有萊》 萊，草名，其菜可食。今兗州人蒸以爲茹，謂之萊蒸。

賈思勰《齊民要術》卷四《種棗第三三》 收法：日日撼胡感切。而落之爲上。半赤而收者，肉未充滿，乾則色黃而皮皺，將赤味亦不佳。（美）[全]赤久不收，則皮（破）[硬]，復有烏鳥之患。

曬棗法：先治地令淨。有草（菜）[萊]，令棗臭。布槲於箔下，置棗於箔上，以扒聚而復散之，一日中二十度乃佳。夜仍不聚。得霜露氣，乾速成。陰雨之時，乃聚而苫蓋之。五六日後，別擇取紅軟者，上高厨而暴之。厨上者已乾，雖厚一赤亦不壞。擇去胖爛者，胖者水（下花）[不乾]，留之徒令污棗。其未乾者，曬曝如法。食經曰：作乾棗法，新（收）[菰]，蔣，露於庭，以棗著上，厚（二）[三]寸，復以新蔣覆之。凡三日三夜，撤覆露之，畢日曝，取乾，內屋中。率一石，以酒一升，漱著器中，密泥之。經數年不敗也。

棗油法：鄭玄曰，棗油，搗棗實，和以塗繒上，燥而形似油也，乃成之。

棗脯法：切棗曝之，乾如脯也。

作酸棗麨法：多收紅軟者，箔上日曝令乾。大釜中煑之，水僅自淹。一沸即漉出，盆研之。生布絞取濃汁，塗盤上或盆中。盛暑，日曝（便）[使]乾，漸以手摩挲，（取）[散]爲末。以方寸匕，投一椀水中，酸甜味足，即成好漿。遠行用和米麨，飢渴俱當也。

賈思勰《齊民要術》卷四《種桃柰第三四》 桃酢法：桃爛自零者，收取，內之於瓮中，以物蓋口。七日之後，既爛，漉去皮核，密封閉之。三七日酢成，香美

可食。

摘蒲萄法：逐熟者一一零疊一作摘取，從本至末，悉皆無遺。世人全房折殺者，十不收一。

作乾蒲萄法：極熟者一一零疊摘取，(力)[刀]子切去蒂，勿令汁出。(密)[蜜]兩分，脂一分，和內蒲萄中，煮四五沸，漉出，陰乾便成矣。非直滋味倍勝，又得夏暑不敗壞也。

藏蒲萄法：極熟時，全房折取。於屋下作廢坑，坑內近地鑿壁爲孔，插枝於孔中，選築令堅，屋子置土覆之。經冬不異也。

賈思勰《齊民要術》卷四《種李第三五》　作白李法：用夏李。色黃便摘取，於鹽中挼之。鹽入汁出，然後合鹽曬令萎，手捻之令褊，復曬，更捻，極褊乃止。曝使乾。飲酒時，以湯洗之，漉著蜜中，可下酒矣。

賈思勰《齊民要術》卷四《種梅杏第三六》　作白梅法：梅子酸，核初成時摘取，夜以鹽汁漬之，晝則日曝。凡作十宿、十浸、十曝，便成。調鼎和蜜，所在多入也。

作烏梅法：亦以梅子核初成時摘取，籠盛，於突上熏之，令乾，即成矣。烏梅入藥，不任調食也。

《食經》曰：蜀中藏梅法，取梅極大者，剥皮陰乾，勿令得風。經二宿，去鹽汁，內蜜中。月許更易蜜。經年如新也。

作杏李麨法：杏李熟時，多收爛者，盆中研之，生布絞取濃汁，塗盤中，日曝乾，以手(磨)[摩]刮取之。可和水[爲]漿，及和禾麨，所在入意也。

作烏梅欲令不蠹法：濃燒穰，以湯沃之，取汁以梅投(之)[中]，便澤。乃出蒸之。釋名曰杏可爲油。

杏子(人)[仁]，可以爲粥。多收賣者，可以供紙墨之直也。

賈思勰《齊民要術》卷四《種梅杏第三六》　《爾雅》曰：梅，柟也。時，英梅也。郭璞注曰：實如小瓜，酢可食。廣志曰：木瓜子可藏。枝可爲數号，一赤百二十節。衛詩曰：投我以木瓜。毛公曰：楙也。詩議疏曰：楙，葉似柰葉，實如小瓜，上黃似著粉，香。欲啖者，截著熟灰中，令萎爲，淨洗，以苦酒、豉汁、蜜度之，可案酒食。蜜封藏百日，乃食之，甚益人。木瓜種子及栽皆得壓枝，亦生栽種與李同。

《食經》藏木瓜法：先切去皮，煮令熟，著水中，車輪切，百瓜用三升鹽，蜜一斗漬之。晝曝，夜內汁中。取令乾，以餘汁蜜藏之。亦用濃杭汁也。

賈思勰《齊民要術》卷五《種榆白楊第四六》　崔寔曰：二月，榆莢成，及青收，乾以爲旨蓄。旨，美也。蓄，積也。司部收青莢，小蒸曝之，至冬以釀酒，滑香，宜養老。《詩》云：我有旨蓄，亦以御冬也。色變白，將落，可作醬酴。隨節早晏，勿失其適。

賈思勰《齊民要術》卷九《作菹藏生菜法第八八》　梨菹法：

先作漬，盧感反用小梨，瓶中水漬，泥頭，自秋至春。至冬中，須亦可用。又云，一月日可用。將用，去皮，通體薄切，奠之，以梨漬汁，合和之，温令少熱，下，封之。若卒作，切梨如上，五梨半用苦酒二升，湯二升，合和之，温令少熱，下，盛。一奠五六片，汁沃上，至半。以簟置杯旁。夏停不過五日。又云卒作，煮棗經夏也。於屋下掘作深廢坑，底無令潤濕，收梨置中，不須覆蓋，便得經夏。接時必令好攙，勿令損傷。

凡醋梨，易水熟煮，則甜美而不損人也。

賈思勰《齊民要術》卷四《種栗第三八》　《食經》藏乾栗法：取穬灰，淋取汁漬栗。出，日中曬，令栗肉焦燥，可不畏蟲，得至後年春夏。

藏生栗法：著器中，噀細沙可(爆)[燥]，以盆覆之。至後年二月，皆生茅而不蟲者也。

賈思勰《齊民要術》卷四《柰林檎第三九》　作柰麨法：拾爛柰，內瓮中，盆合口，勿令蠅入。六七日許，當大爛，以酒淹，痾捽之，令如粥狀。下水，更捽，以羅漉去(受)[皮]子。良久，清澄，瀉去汁，更下水，復捽如初，(臭)[嗅]看無[臭]氣乃止。瀉去汁，置布於上，以灰飲汁，如作米粉法。汗盡(力)[刀]再劃大如梳掌，於日中曝乾，研作末，便成。甜酸得所，芳香非常也。

作林檎麨法：林檎赤熟時，擘破，去子心蔕，日曬令乾。或磨或擣，下細絹節，麤者更磨擣，以細盡爲限。以方寸七投於椀[水]中，即成美漿。不去蔕則大苦，合子(得)[則]不度夏，留心則大酸。若乾噉者，以林檎麨一升，和米(麵)[麨]二升，味正調適。

作柰脯法：柰熟時，中破，爆乾，即成矣。

賈思勰《齊民要術》卷四《[種]木瓜第四二》　《爾雅》曰：楙，木瓜。郭璞注曰：實如小瓜，酢可食。廣志曰：木瓜子可藏。枝可爲數号，一赤百二十節。衛詩曰：投我以木瓜。毛公曰：楙也。詩議疏曰：楙，葉似柰葉，實如小瓜，上黃似著粉，香。欲啖者，截著熟灰中，令萎爲，淨洗，以苦酒、豉汁、蜜度之，可案酒食。蜜封藏百日，乃食之，甚益人。木瓜種子及栽皆得壓枝，亦生栽種與李同。

《食經》藏木瓜法：先切去皮，煮令熟，著水中，車輪切，百瓜用三升鹽，蜜一斗漬之。晝曝，夜內汁中。取令乾，以餘汁蜜藏之。亦用濃杭汁也。

賈思勰《齊民要術》卷五《種榆白楊第四六》　崔寔曰：二月，榆莢成，及青收，乾以爲旨蓄。旨，美也。蓄，積也。司部收青莢，小蒸曝之，至冬以釀酒，滑香，宜養老。《詩》云：我有旨蓄，亦以御冬也。色變白，將落，可作醬酴。隨節早晏，勿失其適。

賈思勰《齊民要術》卷九《作菹藏生菜法第八八》　梨菹法：

先作漬，盧感反用小梨，瓶中水漬，泥頭，自秋至春。至冬中，須亦可用。又云，一月日可用。將用，去皮，通體薄切，奠之，以梨漬汁，合和之，温令少熱，下，封之。若卒作，切梨如上，五梨半用苦酒二升，湯二升，合和之，温令少熱，下，盛。一奠五六片，汁沃上，至半。以簟置杯旁。夏停不過五日。又云卒作，煮棗

亦可用之。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《廉薑》 《廣雅》曰：蔟葧，相維（反）［切］。廉薑也。《吳録》曰：始安多廉薑。

《食經》曰：藏薑法，蜜煮烏梅，去滓，以漬廉薑，再三宿，色黄赤如琥珀，多年不壞。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《蔣》 《廣雅》云蔣，［菰］也。其米謂之雕胡。

《廣志》曰：菰可食。以作席，温於蒲。生南方。

《食經》云：藏菰法，好擇之，以蟹眼湯爇之，鹽薄灑，（抑）［抑］著燥器中，密塗稍用。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《羅而兗反》 木耳也。案：木耳，爇而細切之，和以薑橘，可爲菹，滑美。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《木威》 《廣州記》曰：木威，樹高（丈）［大］。子如橄欖而堅，削去皮，以爲粽。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《夫編一本作徧》 《南方草物狀》云：夫編樹，野生。三月花色，仍連著實。五六月成子，及握。爇投下魚雞、鴨羹中，好。亦中鹽藏。出交阯、武平。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《乙樹》 《南方記》曰：乙樹，生山中。取葉，擣之訖，和繅葉汁煑之，再沸，止。味辛。曝乾，投魚肉羹中。出武平、興古。

賈思勰《齊民要術》卷一〇《石南》 《南方記》曰：石南樹，野生。二月花色，仍連著實。實如鷰卵，七八月熟。人採之，取核，乾其皮，中作肥魚羹，和之尤美。出九真。

韓鄂《四時纂要》卷二《春令・二月》 造署藥粉法：二三月内，天晴日，取署預洗去土，小刀子刮去外黑皮後，又削去第二重白皮，約厚一分已來。於浄紙上著，安竹箔上曝，至夜收，於焙籠内以微火養之。至來日又曝，如陰即以微火焙乾，便成乾署藥。入丸散，便用其第二重白皮，依前别曝乾，取爲麵，甚補益。又《方山厨録》云：去皮於箬籬中磨涎，投百沸湯中，當成一塊，取出批爲炙臠，雜乳腐爲罨炙，素食尤珍，入膩用亦得。

韓鄂《四時纂要》卷二《春令・二月》 百合麵。取根曝乾，擣作麵，細篩，甚益人。

韓鄂《四時纂要》卷三《夏令・五月》 作杏酪。五六月杏熟時收核，至冬中取仁一斗，揀去山杏仁及雙仁有毒者，去尖皮擣研，濾於浄釜中煎，令苦味盡。接沸數數，揚勿住手。即入好白粳米二升，候汁濃出貯之，更入少蘇蜜。若有氣疾，入加蘇子、薏苡汁二升同煎，一切風及百病、咳嗽、上氣、金瘡、奔肫、氣驚悸、心中煩熱、風頭痛，悉宜服之，下氣不可言。不死。宜以籠盛狍子，置甑中微火蒸之，汗出則止。

陶穀《清異録》卷上《九天材料》 一時之果，品類幾何，惟假蜂、蔗、川糖、白鹽、藥物煎釀曝糝，各隨所宜。郭崇韜家最善乎此，知味者稱爲九天材料。

陶穀《清異録》卷上《雲英麨》 鄭文寶雲英麨，予得食，酷嗜之。寶贈方：藕蓮、菱芋、雞頭、荸薺、慈姑、百合，並擇浄肉，爛蒸之。風前吹眼少時，石臼中搗極細，入川糖蜜，熟再搗，令相得。取出作一團，停泠性硬，浄刀隨意切食。糖多爲佳，蜜須合宜，過則大稀。

陶穀《清異録》卷上《爽團》 馮瀛玉爽團法：弄色金杏，新水浸没。生薑、甘草、艸丁香、蜀椒、縮砂、白荳蔻、鹽花、沈檀、龍麝，皆取末，如麪攪拌，日曬乾。候水盡味透，更以香藥鋪糝，其功成矣。宿醒未解，一枚可以蕭然。

樂史《太平寰宇記》卷一〇六《江南西道四・洪州》 土産：蠟、甘橘、葛布、絲布、梅煎。唐開元二十五年，都督韓朝宗以梅煎難得，取乳柑代，今並停。

蔡襄《荔枝譜・第六》 紅鹽去聲。之法，民間以鹽梅釅浸佛桑花爲紅漿，投荔枝漬之，曝乾色紅而甘酸，可三四年不蟲。去聲。脩貢與商人皆便之，然絶無正味。白曬者正爾，烈日乾之，以核堅爲止，畜之甕中，密封百日，謂之出汗。去聲汗耐久，不然踰歲壞矣。福州舊貢紅鹽、蜜煎二種，慶曆初，太官問歲進之數，而增白曬者，兼令漳泉二郡亦均貢焉。蜜煎，剥生荔枝，笮去其漿，然後蜜煑之。予前知福州，用曬及半乾者爲煎，色黄白而味美可愛。其費荔枝，減常歲十之六七，然修貢者皆取於民，後之主吏，利其多取以貴賂，曬煎之法不行矣。

歐陽修《歸田録》卷二 凡物有相感者，出於自然，非人智慮所及，皆因其舊俗而習知之。今唐、鄧間多大柿，其初生澀，堅實如石。凡百十柿以一榠楂置其中，榠楂亦可則紅熟爛如泥而可食。土人謂之烘柿者，非用火，乃用此爾。淮南人藏鹽酒蟹，凡一器數十蟹，以皁莢半挺置其中，則可藏經歲不沙。

張師正《倦游雜録・蓬萊茂》 嶺南青薑，根下如合捧，其旁附而生者狀如

盡，往往大於手，南人取其中者乾之，名蓬莪术，北人乃呼爲蓬莪茂。字書亦無茂字。名之爲术，乃是土人病洩痢者，取青薑磨酒煮服之多愈，蓋蓬莪术和氣耳。《類苑》卷六十一

龐元英《談藪補》 浦城雕花蜜煎爲天下最，冬瓜柳穿，魚引之，長三尺，壽架子、臺坐、假山、龜鶴壽星、仙女皆冬瓜也。三台梅者，三顆共蒂，四輔梅亦然，雕刻精妙，天慶觀所售尤佳，皆道童爲之。

龐元英《文昌襍録》卷一 余奉使北遼，至松子嶺，舊例互置酒，行三時方窮臘。坐上有北京壓沙梨，冰凍不可食。接伴使耶律筠取冷水浸，良久，冰皆外結，已而敲去，梨已融釋。自爾凡所攜柑橘之類皆用此法，味即如故也。

蘇軾《物類相感志・果子》 收棗子蛀，以一層粟草一層棗，相間安之。收栗不蛀，以栗蒲燒灰淋汁澆二宿，出之候乾，置盆中，用沙覆之令厚，一二尺一方，用熀炭拌匀，入缸藏之，要得地氣，半月一拌爲妙。

生紅柿欲易熟者，用水梨子禽之，置盆内密護之，不可通氣。一云收桶内，用草拌不嫗，可置三四月，橘葉尤妙。

藏金橘於菉豆中，則經時不變。

藏柑子以盆盛，用乾潮沙蓋之。土瓜同法。

藏西瓜不可見日影，見之則芽。

甜瓜生者，用石首鰲魚骨插蒂上，一宿便熟，勒鰲亦可。

收雞頭曬乾入瓶，紙蒙了，復埋之地中。

收湘橘用煮湯錫瓶收之，經年不壞。

藏胡桃不可焙，焙則油了。

藏梨子用蘿蔔間之，勿令相着，經年不爛。或削梨蒂插蘿蔔上，亦不得爛。

藏香圓同此法。

松子仁帶皮則不油。

橄欖樹高難採，以鹽塗樹則實自落。

青梅小滿前嫩脆，過後則易黃。

新榧子以猪脂炒過，則黑皮不着肉。

栗子與橄欖同食作梅花香。

橄欖與鹽同食，則無苦味。

梅子與韶粉同食，不酸不軟，梅葉尤佳。

鉛白霜與木瓜同食不酸澀，且無柤，胡粉亦可。

以針刺破荔枝圓眼殼，沸湯綽之，肉白如新。

炒銀杏在十個以上則不爆。

西瓜要冷，以指甲摺破打開曬日中少時，安在陰處，則冷如冰。

收水楊梅，鹽礬澀之如便喫少用鹽，留久鹽要多。

石蓮試之久者以十枚俱沈，造醬亦然。

乾果子蒸了者，露之味如新。

梅仁以酸漿浸三日炒之，如杏仁。

菱煮過以礬湯綽之紅緑如生。

爆栗子銀杏，拳一箇在手則不爆，勿令人知。

熏橘皮及烏梅荔枝，必先綽過方熏焙則乾。

收橘子用葉同收，層層相間入，土壅之不壞。

香員蒂上安芋片則不病。

水楊梅入熀炭則不爛。

西瓜宜懸高處，如惹苕帚風即爛，并貓踏之即沙。

陳師道《後山叢談》卷六 近年華山毛女峰，有隸字曰「茯苓」，下云：「諸山皆假，惟此者真。一日一丸，三斗三斤。」疑爲服茯苓法也。今山下人用三斗水煮藥三斤，水盡爲度，蜜和而蒸，服而不丸。道者趙翁云：「蓋茯苓不蒸煮，不能去陰氣也。」余謂不煮不能去皮梗也。

黃庭堅《山谷簡尺》卷下 許作白曬荔子惠寄，不獨老饕，引領小子輩皆垂涎也。向蒙惠餘甘，皆以濕損耳，可用乾竹筒極燥者乃佳。曬乾黃土不用沙，餘甘略暴令無濕氣。大栗十分黃土，居六分可也，暴餘甘曬黃土，皆須冷乃入筒，亦戒道中縣挂風凉處，勿令中濕。餘甘得黃土，行千里亦不皺也。庭堅再拜。

李石《博物志》卷七 薏苡一名薏珠，收子蒸，令氣餾，曝乾，挼取之，作飯麪，主不饑。

李石《續博物志》卷七 新生艾作乾菜，妙作餛飩，吞三五枚，以飯壓之良，療一切鬼氣。

李石《續博物志》卷一〇 淮口揚州出身梨，蘇合香一兩，酒一斗同煮，極能調合五臟。

寇宗奭《本草衍義》卷一八 栗欲乾，莫如曝，欲生收，莫如潤沙中藏，至春

未夏初，尚如初收摘。小兒不可多食，生者難化，熟即滯氣隔食生虫，往往致小兒病。

莊綽《雞肋編》卷上　蕨有青紫二種，生山間，以紫者爲勝。春時，嫩芽如小兒拳，人以爲蔬。味小苦，性寒。生山陰者，可煅金石。葉大則與貫衆、狗脊相類。取置田中，或燒灰用之，皆能肥田。又有狼衣艸，小者亦相似，但枝葉瘦硬。人取以覆墻，又雜泥中，以砌階甃，瀝而難壞。蕨根如枸杞，皮下亦有白粉。暴乾擣碎，以水淘澄取粉，蒸食如饊，俗名烏糕，亦名蕨衣。每二十斤可代米六升。紹興二年，浙東艱食，取蕨根爲糧者，幾徧山谷。而《本艸》亦不載也。

孟六老《東京夢華録》卷八《七夕》　又以瓜雕刻成花樣，謂之花瓜。

林洪《山家清供》卷上《百合麪》　春秋仲月，採百合根曝乾搗簁，和麵作湯餅，寔益血氣，又蒸熟可以佐酒。

林洪《山家清供》卷上《括蔞粉》　孫思邈法：採掘大根厚削至白，寸切，水浸一日一易，五日取出搗之以辦，貯以絹囊，濾爲玉液，候其乾矣。可爲粉食，雜粳爲糜，飜匙雪色，加以乳酪，食之補益。又方：取實酒炒微赤，腸風血下可以愈疾。

林洪《山家清供》卷上《黄精果　餅茹》　仲春深採根，九蒸九曝，搗如飴可作果食。又細一石水二石五升，煮去苦味，漉入絹袋，壓汁澄之，再煮如膏，以炒黑豆黄爲末，作餅約二寸大，客至可供二枚。又採苗可爲菜茹，隨公羊服法。芝草之精也，一名仙人餘糧，其補益可知矣。

林洪《山家清供》卷上《雕胡飯》　雕菰葉似蘆其米黑，杜甫故有波飜菰米沉雲黑之句。今胡穄是也，曝乾礦洗，造飯既香而滑。杜詩又云：滑憶雕菰飯。又會稽人顧翱事母孝者，母嗜雕菰飯，翱常自採摘。家住太湖後，湖中皆生雕菰，無復餘草，此孝感也。世有厚於已薄於奉親者，視此寧無愧乎。嗚呼，孟筍王魚豈有偶然哉。

林洪《山家清供》卷上《錦帶羹》　錦帶者又名文官花也，條生如錦，葉始生柔脆可羹。杜甫詩有香聞錦帶羹之句，或謂蓴之紫紆如帶，況蓴與菰同生水濱。昔張翰臨風必思蓴鱸以下氣。按：《本草》蓴鱸同羹，可以下氣止嘔。以是知張翰在當時意氣抑鬱，隨事嘔逆，故有此思耳，非蓴鱸而何。杜甫卧病江閣，恐同此意也，謂錦帶爲花或未必然。僕居山時，因見有羹此花者，其味亦不惡，注謂吐錦雞則遠矣。

林洪《山家清供》卷上《土芝丹》　芋名土芝，大者裹以濕紙，用煮酒和糟塗其外，以糠皮火煨之，候香熟取出，安拗地内，去皮温食，冷則破血，用鹽則洩精，取其温補，其名土芝丹。昔懶殘師正煨此牛糞火中，有召者，郤之曰：尚無情緒收寒涕，那得工夫伴俗人。又山人詩云：深夜一爐火，渾家圍欒坐。煨得芋頭熟，天子不如我。其嗜好可知矣。小者曝乾入瓮，候寒月用稻草盒熟，色香如栗，名土栗。雅宜山舍擁爐之夜供，趙兩山汝愚詩云：煮芋雲生鉢，燒茅雪上眉。蓋得於所見，非苟作也。

林洪《山家清供》卷上《松黄餅》　暇日過大理寺，訪秋岩陳評事介留飲，出二童歌濯明歸去來辭，以松黄餅供酒。陳角巾美髯，有超俗之標，飲邊味此，使人洒然起山林之興，覺駝峯熊掌皆下風矣。春末，取松花黄和煉熟蜜，勻作如古龍涎餅狀，不惟香味清甘，亦能壯顔益志，延永紀筭。

林洪《山家清供》卷上《紫英菊》　菊名治鬻，《本草》名節花。陶注云：菊有二種，莖紫氣香而味甘，其葉乃可羹。莖青而大，氣似蒿而苦若薏苡，非也。今法，春採苗葉，略炒煠熟，下鹽益羹之，可清心明目，加枸杞葉尤妙。天隨子《杞菊賦》云：爾杞未棘，爾菊未莎，其如予何。《本草》其杞葉似榴而軟者，能輕身益氣，其子圓而有刺者，名枸棘，不可用。杞菊徵物也，有少差尤不可用，然則君子小人豈容不辨哉。

林洪《山家清供》卷上《鳧茨粉》　鳧茨，爾雅一名芍。郭云：生下田、似曲龍而細，根如指頭而黑，即荸薺也。採以曝乾，磨而澄濾之如菉豆粉法。後請劉一正《非有類稿》有詩云：南山有蹲鴟，春田多鳧茨。何必泌之水，可以療我饑。信乎，可以食矣。

林洪《山家清供》卷上《簷蔔煎　又名端木煎》　舊訪劉漫塘宰留午酌，出此供清芳極可愛。詢之乃梔子花也，採大瓣者以湯焯過少乾，用甘草水稀稀麵，拖油煎之，名簷蔔煎。杜詩云：於身色有用，與道氣相和。今既製之，清和之風備矣。

林洪《山家清供》卷上《玉灌肺》　真粉油餅，芝蘇、松子、核桃去皮，加蒔蘿少許，白糖紅曲少許，爲末，拌和入甑，蒸熟切作肺樣塊子，用辣汁供，今後苑名曰御愛玉灌肺。要之不過一素供耳，然以此見九重崇儉，不嗜殺之意，居山者豈宜侈乎。

林洪《山家清供》卷上《進賢菜　蒼耳飯》 蒼耳，枲耳也，江東名上枲，幽州名爵耳，形如鼠耳。陸機疏云：葉青白色似胡荽，白華細莖蔓生。採嫩葉洗焯，以薑鹽苦酒拌爲茹，可療風。杜詩云：嗟我懷人，寘彼周行。酒醴婦人之職，臣下勤勞，君必勞之，因採此而有所感念。又酒醴之用，以此見古者后妃欲以進賢之道諷其上，因名進賢菜。張氏詩曰：閨閫誠難與國防，默嗟徒御困高岡。觥壘欲解痛猪恨，充耳元因避酒漿。其子可雜米粉爲糗，故古詩有碧澗水淘蒼耳飯之句云。

林洪《山家清供》卷上《神仙富貴餅》 白朮用切片子，同石菖蒲煮一沸，曝乾爲末，各四兩，乾山藥爲末三觔，白麵三觔，白蜜煉過三觔，和作餅曝乾收。候客至蒸食條切，亦可羹。章簡公詩云：朮薦神仙餅，菖蒲富貴花。

林洪《山家清供》卷下《蜜漬梅花》 楊誠齋詩云：瓮澄雪水釀春寒，蜜點梅花帶露飡。句裏略無烟火氣。更教誰上少陵壇。剥白梅肉少許浸雪水，以梅花釀醞之，露一宿取出，蜜漬之，可廳酒，較之掃雪烹茶，風味不殊也。

林洪《山家清供》卷下《湯綻梅》 十月後，用竹刀取欲開梅蕊，上下蘸以蠟投蜜缶中。夏月以熱湯就盞泡之，花即綻香可愛也。

林洪《山家清供》卷下《蓬糕》 採白蓬嫩者，熟煮細搗，和米粉，加以白糖蒸熟，以香爲度。世之貴介但知鹿茸鍾乳爲重。而不知食此，實大有補益，詎可以山食而鄙之哉。閩中有草稗，又飯法，候飯沸，以蓬拌麵煮，名蓬飯。

林洪《山家清供》卷下《金飯》 危巽齋詩云：梅以白爲正，菊以黃爲正，過此恐淵明和靖二公不取也。今世有七十二種菊，正如本草所謂今無貢牡丹不可煎者。法採紫莖黃色正菊英，以甘草湯和鹽少許焯過，候飯少熟，投之同煮，久食可以明目延年。苟得南陽甘谷水煎之，尤佳也。昔之愛菊者，莫如楚屈平，晉陶潛，然孰知愛之者，有石澗元茂焉。雖一行一坐，未嘗不在於菊。繙帙得菊英，詩云：何年霜後黃花葉，色蠹猶存舊卷詩。曾是往來籬下讀，一枝開弄被風吹，觀此詩不惟知其愛菊，其爲人清介可知矣。

林洪《山家清供》卷下《洞庭饋》 舊遊東嘉時，在水心先生席上，適淨居僧送饋，至如小錢大谷，合以橘葉，清香藹然，如在洞庭左右。先生詩曰：不待歸來霜後熟，蒸來便作洞庭香。因謁寺僧曰：採蓬與橘葉，搗汁如蜜，和米粉作饋，各合以饋蒸之，市亦有賣，特差多耳。

林洪《山家清供》卷下《荼蘼粥附木香菜》 舊辱趙東巖子巖雲瑭夫寄客詩中，款有一詩云：好春虛度三之一，滿架荼蘼取次開。有客相看無可設，數枝帶雨剪將來。始謂非可食者。一日過靈鷲訪僧蘋洲德修，午留粥甚香美，詢之廼荼蘼花也。其法，採花片用甘草湯焯，候粥熟同煮，又採木香嫩葉就元焯，以鹽油拌爲菜茹，僧苦嗜，吟宜乎知此味之清，切知巖雲之詩不誣也。

林洪《山家清供》卷下《麥門冬煎》 春秋採根去心，搗汁和蜜，以銀器重湯煮熬如飴爲度，貯之磁器內，温酒化温服，滋益多矣。

林洪《山家清供》卷下《橙玉生》 雪梨大者去皮核，切如骰子大，後用大黃熟香橙去核搗爛，加鹽少許，同醋醬拌勻，供可佐酒興。葛天民營北梨詩云：每到年頭感物華，新嘗梨到野人家。甘酸尚帶中原味，腸斷春風不見花。雖非味梨，然每愛其寓物，有黍離之嘆，故及之。如咏雪梨則無如張斗墜蘊蔽身三寸褐，貯腹一團冰之句。被褐懷玉者蓋有取焉。

林洪《山家清供》卷下《玉延索餅》 山藥名薯蕷，秦楚之間名玉延，花白細如棗，葉青銳於牽牛，夏月溉以黃土壤則蕃。春秋採根，白者爲上，以水浸入礬少許，經宿，洗淨去延，焙乾，磨篩爲麪，宜作湯餅用。如作索餅則熟研濾爲粉，入竹筒微溜於淺酸盆內，出之於水浸去酸味，如煮湯餅法。如煮食惟刮去皮，蘸鹽蜜皆可，其味温無毒且有補益，故陳簡齋有延玉賦，取香色味以爲三絶。陸放翁亦有詩云：久緣多病疎雲液，近爲長齋煮玉延。比於杭都多見如掌者，名佛手藥，其味尤佳也。

林洪《山家清供》卷下《雪霞羹》 採芙蓉花去心蒂，湯焯之，同荳腐煮，紅白交錯，恍如雪霽之霞，名雪霞羹，加胡椒薑亦可也。

林洪《山家清供》卷下《酥黃獨》 雪夜芋正熟，有仇芋曰從簡，載酒來扣門，就供之。乃曰煮芋有數法，獨酥黃獨世罕，得之熟芋截片，研榧子杏仁，和醬拖麵，煎之且白，侈爲甚妙。詩云：雪飄夜鉢裁成玉，春化寒酥剪作金。

林洪《山家清供》卷下《牡丹生菜》 憲聖喜清儉不嗜殺，每令後苑進生菜，必採牡丹瓣和之，或用微麵裹煠之以酥。又時收楊花爲鞾韈褥之屬。姓恭儉，每至治生菜，必於梅下取落花以雜之，其香猶可知也。

林洪《山家清供》卷下《櫻桃煎》 櫻桃經雨則蟲自內生，人莫之見。用水一碗浸之良久，其蟲皆蛰，蛰而出，乃可食也。楊誠齋詩云：何人弄好手，萬顆搗塵脆。印成花鈿薄染作冰澌紫。北菓非不多，此味良獨美。要之其法，不過煮以梅水，去核，搗印爲餅而加以白糖耳。

林洪《山家清供》卷下《雷公栗》 夜讀書勸，每欲煨栗，心慮其燒鼈之患。一日馬北郭逢辰曰，只用一栗蘸油，一栗蘸水，實鐵銚內，以四十七栗密覆其上，用炭火燃之，候雷聲爲度。偶一日同飲試之，果然且勝於沙炒者，雖不及數亦可矣。

林洪《山家清供》卷下《罌乳魚》 罌中栗淨洗磨乳，先以小粉實缸底，用絹囊濾乳下之，去清入釜稍沸，函洒淡醋收聚，仍入囊壓成塊，仍小粉皮鋪甑內，下乳蒸熟，略以紅麵水洒少蒸，取出起作魚片，名罌乳魚。

林洪《山家清供》卷下《木魚子》 坡云：贈君木魚三百尾，中有黃黃子魚子。春時剥櫻魚蒸熟與筍同法，蜜煮酢浸可致千里，蜀人供物多用之。

林洪《山家清供》卷下《忘憂藋》 嵇康云：合歡蠲忿，萱草忘憂。崔豹《古今注》曰：丹棘又名鹿葱，春採苗，湯焯過，以醬油滴醋作爲菜，或燥以肉。何處紙籠內，着微火養之，至來日噉，以乾爲度。如未乾，天色陰，即火焙便爲乾薹，順宰相六合時多食此，毋乃以邊事未寧而憂未忘耶。因贊之曰：春日載陽採萱於堂，天下樂兮憂乃忘。

林洪《山家清供》卷下《梅花脯》 山栗、橄欖薄切同拌，加鹽少許同食，有梅花風韻，名梅花脯。

林洪《山家清供》卷下《金玉羹》 山藥與栗各片截，以羊汁加料煮，名金玉羹。

韓彥直《橘録》卷上《朱柑》 朱柑類洞庭而大過之，色絶嫣紅，味多酸。以刀破之，漬以鹽，始可食。

陶宗儀《説郛》卷七五韓彥直《橘録・採摘》 歲當重陽，色未黃有採之者，名曰摘青。舟載之江浙間，青柑固人所樂得，然採之不待其熟，巧于商者，間或然爾及經霜之二三夕，纔盡剪。遇天氣晴霽，數十輩爲羣，以小剪就枝間平蒂斷之，輕置筐篋中。護之必甚謹，懼其香霧之裂則易壞。霧之所漸者亦然，尤不便酒香。凡採者，竟日不敢飲酒。

陶宗儀《説郛》卷七五韓彥直《橘録・收藏》 採藏之日，先淨掃一室，密糊之，勿使風入。布稻藁其間，堆柑橘于地上，屏遠酒氣。旬日一翻，揀之，遇有微損，謂之點柑，即揀出，否則侵損附近者。屢汰去之，存而待價者十之五六。人有掘地作坎，攀枝條之垂者，覆之以土，至明年盛夏時開取之，色味猶新，但傷動枝苗，次年不生耳。

陶宗儀《説郛》卷七五韓彥直《橘録・製治》 朱欒作花比柑橘絶大而香，就樹採之，用箋香細作片，以錫爲小甕，每入花一重，則實香一重，使花多于香，窽花甕之旁，以溜汁液，用器盛之。炊畢，撤甕去花，以液浸香。明日再蒸，凡三換花，始曝乾，入甆器密藏之。他時焚之，如在柑林中。柑橘并金柑，皆可切瓣，勿離之，壓去核，漬之以蜜，金柑著蜜尤勝他品。鄉人有用糖煮橘者，謂之藥橘，入窈之灰于鼎間，色乃黑，可以將遠。又橘微損，則去皮，以肉瓣安甕間，用火薰之，曰薰柑置之糖蜜中，味尤佳。

周守忠《養生月覽》卷上《二月》 二三月內天晴日，取薯蕷洗去土，小刀子刮去黑皮後，又削去第二重白皮約厚一分。已東於淨紙上者篩中瞭，至夜收於紙籠內，着微火養之，至來日噉，以乾爲度。如未乾，天色陰，即火焙便爲乾薹，藥入丸，散用。其第二重白皮依前別瞭，焙取爲麵，絶補益。《四時纂要》

周守忠《養生月覽》卷上《二月》 二月，取百合根曝乾，搗作麵，細篩，絶益人。《四時纂要》

趙汝適《諸蕃志》卷上《蘇吉丹》 國多老樹，內産沙糊，狀如麥麵，土人用水爲圓，大如緑豆，曬乾入包，儲蓄爲粮，或用魚及肉，雜以爲羹。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二六《菓實部・好梨不蒸》 桓南郡每見人不快，輒嗔曰：君得哀家梨，當復不蒸食不。舊時秣陵有哀仲家，梨甚美，大如升，入口即消。釋言愚人不別味，得好梨蒸食之也。《世説》

祝穆《古今事文類聚》後集卷二六《菓實部》 帝爲燒梨。

趙汝適《諸蕃志》卷上《蘇吉丹》 唐肅宗嘗夜坐召潁王等三弟，同於地爐毯上坐。時李泌絶粒，上每自燒梨以賜之。潁王恃恩固求，上不與，曰：汝常飽肉食，先生絶粒，何乃争之。潁王曰：臣等試大家心，何乃偏耶。不然三弟共乞一顆可乎。上亦不許，賜以他果。潁王等又曰：臣等以大家自燒，故乞他果何用，因曰：先生恩渥如此，臣等請聯句以爲他年故事。潁王曰：先生年幾許，顔色似童兒。信王曰：夜抱九仙骨，朝披一品衣。陳王曰：不食千鍾粟，唯飡兩顆梨。既而三王請上成之，上曰：天生此間氣，助我化無爲。

趙與泌黃巖孫《仙溪志》卷一《草》 鼠麴，藍色，生山園中，土人多以米粉并糖和作餅，其味香美。《艾軒集》謂之茏菊。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷三《果部・橘》 枸櫞子形如瓜，皮如橙而金色，故人重之，愛其香氣。南中女工競取其肉，雕刻花鳥，以蜜浸之，點以燕支，亦不讓于鏤木瓜、冬瓜也。《嶺表録》

司農司《農桑輯要》卷五《果實》

藏梨法

《齊民要術》：初霜後即收，霜多則不得經夏也。於屋下掘作深窖。阬底無令潤濕，收梨置中，不須覆蓋，便得經夏。摘時必令好接，勿令損傷。凡醋梨易水熟煮，則甜美而損人也。案：此條首行，原本脱去《齊民要術》書名，今校增。

司農司《農桑輯要》卷五《果實》 作酸棗麨法：多收紅軟者，箔上日曝令乾。大釜煮之，水僅足淹，一沸即漉出。盆研之，生布絞取濃汁，塗盤上或盆中，盛暑日曝使乾，漸以手摩挲，取爲末。以方寸七投於一椀水中，酸甜味足，即成好漿。遠行用和米麨，饑渴得當也。

司農司《農桑輯要》卷六《竹木》

榆【略】

崔寔曰：二月榆莢成，及青收乾，以爲旨蓄。旨，美也。蓄，積也。收青莢小蒸曝之，至冬以釀酒，滑香宜養老。詩云：我有旨蓄，亦以御冬。色變白將落，可作齏醬。齏音牋。醬音牽。醬頭，榆醬。隨節早晏，勿損其適。《務本新書》：榆葉曝乾，擣羅爲末，鹽水調匀，日中炙曝，天寒于火上熬過，拌菜食之，味頗辛美。

司農司《農桑輯要》卷六《藥草》

紅花【略】

曬紅花法：摘取即碓擣使熟，以水淘，布袋絞與黄汁，更擣。以粟飯漿清而酸者淘之，又以布袋絞去汁，即收取，染紅勿棄也。絞訖，著甕器中，以布蓋上。雞鳴更擣令均，于席上攤而曝乾。勝作餅，花作餅者，不得乾，令花浥鬱也。

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録・製蔬》

蒜梅

青硬梅子二斤，大蒜一斤，或囊剥净，炒鹽三兩，酌量水煎湯，停冷浸之。候五十日後，滷水將變色傾出，再煎其水，停冷浸之，入瓶。至七月後食，梅無酸味，蒜無葷氣也。

佚名《五色線集》卷下《酥煎牡丹》 蜀時，兵部戴卿李昊蘊藉，每將花數枝遺親友，以金鳳牋成韻詩，以致之得者莫不宝愛。又以興平酥同贈，且云：俟花雕謝，以酥煎食之，無棄穠華也。其風流貴重如此。《洛陽貴重録》

潘自牧《記纂淵海》卷九二《果實部・荔支》 又有焦核者，性熱液甘，食之過度，即蜜漿制之。《嶺表録》

陳達叟《疏食譜》 瓊珠圓眼，乾荔也。擘開取實，煮以清泉。汲金井水，煮瓊珠奠。蚌胎的皪，龍目晶熒。

陳達叟《疏食譜》 炊栗烝開，蜜漬。

周人以栗，亦可以贄。紫殼吹開，黄中通理。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人瀉痢諸方》 食治老人冷熱不調，下痢赤白，腹痛不止，甘草湯方。

甘草一兩，切熬。生薑一兩，刮去皮切。烏豆一合。

右以水一升，煎取七合去滓，空心服之，不過三日服愈。

食治老人赤白痢日夜無度，煩熱不止，車前子飲。

車前子五合，綿裹。用水二升，煎取一升半汁。青粱米三合。

右取煎汁煮作飲，空心食之，日三服，最除熱毒。

食治老人下痢赤白，及水穀不度腹痛，馬齒菜方。

馬齒菜一斤，净淘洗。

右煮令熟及熱，以五味或薑醋漸食之，其功無比。

食治老人煩渴口乾，骨節煩熱，枸杞飲方。

枸杞根白皮一升。小麥一升，净淘。粳米三合研。

右以水一斗煮二味，取七升汁，下米作飲，渴即漸服之。

食治老人消渴中，飲水不足，五臟乾枯，蔗根飲子。

蔗根切一升，水一斗，煎取七升半。青粱米五合。

右以煎煮飲，空心食之，漸進爲度，益效。忌鹹食、炙肉、熟麵等。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治老人水氣諸方》 食治老人水氣，面腫腹脹，喘乏不安，轉動不得，手足不仁，身體重困，或疼痛，郁李仁粥方。

郁李仁二兩，研以水，濾取汁。薏苡仁五合，淘。

右以煎汁作粥，空心食之，日二服，常立效。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治喘嗽諸方》 食治老人上喘咳嗽氣急，面目浮腫，坐卧不得，蘇煎方。

土蘇四兩。鹿髓三合。生地黃汁一升。

右相和，微火煎之，如餳即止，空心及食後常含半匙細咽汁，三兩日即差。

食治老人氣急胸脅，逆滿食飲不下，棗煎方。

青州棗三十枚，大者去核。土蘇三兩。餳二合。

右相和，微火温令消，即下棗攪之相和，以微火煎，令蘇餳泣盡即止，每食止即嚥一二枚，漸漸咽汁爲佳。忌鹹熱、炙肉。

食治老人咳嗽，胸脇引痛，即多見唾涕，燠梨方。

黃梨一大顆，刺作五十孔。蜀椒五十粒。麵二兩。

右以蜀椒每孔內一顆，軟麵軟裹，放於塘灰火中，候煨令熟去麵，冷，空心切食用，三二服尤佳，不當及熱食之益甚，須羊肚肝羹治之。

食治老人咳嗽煩熱，或唾血，氣急不能食，地黃飲方。

生地黃半斤，研如水，取汁。

右以地黃汁煎作膏，空心漸食之，日一服極效。

食治老人上氣熱咳嗽，引心腹痛滿悶，桃仁煎方。

桃仁二兩，去皮尖，熬末。赤餳四合。

右相和，微煎三五沸即止，空心，每度含少許，漸漸咽汁尤益。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治脚氣諸方》 食治老人脚氣毒悶，身體不任，行履不能，紫蘇粥方。

紫蘇子五合，熬研細，以水投取汁。粳米四合，淨淘。

右煮作粥，臨熟下蘇汁調之，空心而食之，日一服，亦温中。

食治老人脚氣衝逆，身腫脚腫，大小便秘澀不通，氣息喘急，食飲不下，郁李仁飲方。

郁李仁二兩細研，以水濾取汁。薏苡仁四合淘，研破。

右以相和煮飲，空心食之，一二服極驗。

食治老人脚氣，賢虛氣損，脚膝無力困乏，生栗方。

生栗一斤，以蒸熟，透風處懸令乾。

右以每日空心常食十顆，極治脚氣不測，有功。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸淋方》 食治老人淋病，小便下血，身體熱盛，車前子飲。

車前子五合，綿裹，水煮取汁。青粱米四合，淘研。

右煮煎汁作飲，空心食之，常服亦明目去熱毒。

食治老人五淋秘澀，小便禁痛，腸悶不利，蒲桃漿方。

蒲桃汁一升。白蜜三合。藕汁一升。

右相和，微火温三沸即止，空心服五合，食後服五合，常以服之殊效。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治噎塞諸方》 食治老人噎病，胸滿塞悶，飲食不下，薑橘湯方。

生薑二兩，切。陳橘皮一兩。

右以水二升煎取一升，去滓，空心漸服之，常益。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治冷氣諸方》 食治老人冷氣心痛，薑橘皮湯方。

生薑一兩，切。陳橘皮一兩，炙爲末。

右以水一升煎取七合，去滓，空心食之，日三兩服尤益。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸痔方》 食治老人痔常下血，身體壯熱，不多食，蒼耳粥方。

蒼耳子五合，熱，拌水二升，煎取一升半汁。粳米四合，淘。

右以前件煮作粥，空心食之，日常服，亦可煎湯服之極效，破氣明目。

陳直《壽親養老新書》卷一《食治諸風方》 食治老人中風，言語蹇澀，精神昏憒，手足不仁，緩弱不遂方。

葛粉五兩。荆芥一握。豉五合。

右以搜葛粉如常作之，煎二味取汁煮之，下葱椒五味臛頭，空心食之，一二服將息爲效，忌猪肉麪麵。

食治老人中風，口目瞤動，煩悶不安，牛蒡餺飥方。

牛蒡根切一升，去皮曝乾，杵爲麵。白米四合淨淘，研之。

右以牛蒡粉和麵作之，向豉汁中煮，加葱椒五味臛頭，空心食之，恒服極效。

食治老人中風，四肢不仁，筋骨頑强，蒼耳葉羹方。

蒼耳葉五兩，切好嫩者。豉心二兩，別煎。

右和煮作羹，下五味椒薑調和，空心食之尤佳。

食治老人中風，熱毒心悶，氣壅憒倒，甘草豆方。

甘草一兩。烏豆三合。生薑半兩，切。

右以水二升煎取一升，去滓，冷漸食，服之極治熱毒。

食治老人久風濕痹筋攣骨痛，潤皮毛，益氣力補虛止毒，除面皯，宜服補腎

地黃酒。

生地黃一升，切。大豆二升，熬之。生牛蒡根一升，切。

右以絹袋盛之，以酒一斗浸之五六日，任性空心温服三二盞，恒作之尤佳。

食治老人風冷痹，筋脉緩急，蒼耳茶方。

蒼耳子二升熟，杵爲末。

右每日煎服之代茶，常服治風熱明目。

食治老人熱風，下血明目，益氣除邪，治齒疼，利臟腑順氣，槐茶方。

槐葉嫩者五斤，蒸令熟爲片，曝乾作茶，擣羅爲末。

右每日煎如茶法，服之恒，益除風尤佳。

陳直《壽親養老新書》卷一《簡妙老人備急方第十五》 治一切傷損血出消腫毒，秦王背指散。

宣連、檳榔各等分。

右爲末，傷撲乾貼消腫，冷水調雞翎掃妙。

治失音迴聲飲子。

皂角一挺，刮去黑皮並子。蘿蔔二個，切作片。

右以水二椀同煎至半椀以下服之，不過三服，便語，喫却蘿蔔更妙。

治鼻齁醍醐酒。

右以蘿蔔自然汁半盞，熱酒半盞，相和令匀，再用湯温過，服之立驗。

補下元，烏髭鬚，壯脚膝，進食悦顔色，治腰疼，杜仲丸。

杜仲一兩，炙令黃爲度。補骨脂一兩，炒令香熟爲末。胡桃仁一兩，湯浸去皮細研。

右件三味研令匀，煉蜜爲丸如梧桐子大，空心温酒下三十丸。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷三

栢湯方

採嫩栢葉線繫垂桂一大甕中，紙糊其口，經月取。如未甚乾，更閉之，至乾取爲末如嫩草色。不用甕，只密室中亦可，但不及甕中者青翠，若見風則黃矣。此湯可以代茶，夜話飲之尤醒睡。飲茶多則傷人氣，耗精害脾胃，栢湯甚有益。如太苦則加少山芋尤佳。《外臺秘要》有代茶新飲，然作藥味不若栢湯，隱居道話，尤助幽尚。

三妙湯

地黃、枸杞實各取汁一升，蜜半升，銀器中同煎如稀餳，每服一大匙，湯調酒調皆可，實氣養血，久服彌益人。

乾荔枝湯

蔗糖一斤，毬糖亦好。大烏梅浥者二兩，湯浸，時復換水，澄去酸汁，不去核，焙乾。川桂去皮爲末。生薑二兩薄切作片，焙乾。

右先將烏梅生薑爲細末，入在沙糖內，與桂末拌和匀，再取籬隔過如茶點喫。欲作膏子喫，烏梅用去核，修事如上法不焙。桂作小片爲末，薑切片不焙，用水三盌煎至二碗，湯調服。暑熱心煩，井水調服。葉龍圖傳暑月可常合服之。

清韻湯

縮砂仁二兩。石菖蒲一兩。甘草半兩。

右末，入鹽點服。

橙湯

橙子十個。乾山藥一兩。甘草二兩。鹽四兩，炒。白梅四兩，槌碎，去仁核。

右先用橙子、山藥、甘草、白梅一處研細，捏作餅子，焙乾爲末，入檀香半兩尤佳。

桂花湯

黃桂花三斤，揀净去青柄，研細，以磁器盛貯覆合，略蒸花。乾薑一兩。甘草一兩，略炒。

右末和匀，量入炒鹽，盛貯莫令漏氣，如常點服。

醍醐湯

神曲二兩。鹽十兩，炒。官桂二兩。甘草七兩。烏梅八兩，洗拍碎。乾薑二兩，煨。

右先將五味焙乾爲末，後入炒鹽和匀，作一處，新甕罐收。

洞庭湯

真橘皮四兩，不去白去蒂，擘作小錢大，冷水浸一宿，曬乾。生薑四兩，浄洗擦。

右將薑與橘皮同淹一宿，曬乾焙乾，入甘草一兩三錢炙，黃好白鹽梅二十個去核，以白麵拍作片子，無油銚內炒乾，入炒白鹽一兩半，同一處爲末，沸湯點用。

木瓜湯

生薑四兩，取汁。木瓜十兩。白鹽五兩。甘草五兩。紫蘇十兩。

右炒薑鹽，拌和蘇瓜甘草，三日取出，曬乾爲末，沸湯點服，手足酸服之妙。

又一方加縮砂山藥，炒爲末，消食化氣壯脾。

韻梅湯

半黃梅百個，槌去仁。青椒四兩，揀淨秤。薑一斤，去皮研。甘草四兩，炙爲末。鹽半斤。右件安淨鉢內，一處拌勻，烈日曬半月，以色變稍紫爲度，更約度稀稠得所爲佳，須用曬半月日，安淨瓶內點用。已上諸方皆得之秘傳，宜供湯藥之用。

熟水

稻葉、穀葉、楮葉、橘葉、樟葉，皆可採，陰乾，紙囊懸之，用時火炙，使香湯沃幂其口良久。

前朝太醫院定熟水，以紫蘇爲上，沉香次之，麥門冬又次之。蘇能下胷膈滯氣，功效至大。炙蘇須隔竹紙不得醮，候香以湯先泡一次，傾却再泡用，大能利氣極佳。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷三

造乾地黃法

九月末，掘取肥大者去鬚，熟蒸微暴乾，又蒸暴乾，食之如蜜可停。

芭蕉脯

蕉根有兩種，一種黏者爲糯蕉，可食，取作手大片，灰汁煮令熟，去灰汁又以清水煮，易水令灰味盡。取壓乾，乃以鹽醬、蕪荑、椒、乾薑、熟油、胡椒等雜物研，浥一兩宿出焙乾，略搥令軟，食之全類肥肉之味。

牛蒡脯

十月以後，取根洗乾，去皮闕少煮勿太爛，硬者即熟煮，並搥令軟，下雜料物如芭蕉脯法，浥焙取乾。

筍脯一如牛蒡脯法。

蓮房脯

取嫩蓮房去蒂又去皮，闕入灰煮，浥一如芭蕉脯法。焙乾，以石壓令匾，作片收之。

薔薁鮓

詹葡花即梔子也，採嫩花釀作鮓，極香美。

取嫩蓮房去蒂又去皮，闕入灰煮，浥一如芭蕉脯法。焙乾，以石壓令匾，作片收之。

薔薁鮓

詹葡花即梔子也，採嫩花釀作鮓，極香美。

白樂天方劑，劉禹錫饋以菊苗虀蘆菔鮓，換取樂天六班茶二囊以自醒酒。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《諸煎》

地黃煎

每年十月，用生地黃十斤，浮洗漉出一宿後，擣壓取汁，鹿角膠一大斤半，生蜜半斤，絞取汁。蜜二大升，酒四升，以文武火煎地黃汁數沸，即以酒研紫蘇子，濾取汁下之，又煎二十沸，已來下膠，膠盡下酥蜜，同汁煎良久，候稠如餳，貯潔器中。凌晨取一匙，以溫酒調服之。

東坡《答滕達道書蒙惠地黃煎》：扶衰之要，藥若續寄爲幸。又《與翟東玉書》云：藥之膏油者，莫如地黃，啖老馬皆復爲駒，吾晚學道，血氣衰耗如老馬矣，欲多食生地黃，而不可得也。此藥以二八月採者良。

金櫻子煎

經霜後，以竹夾子摘取，於木臼中轉杵，却刺勿損之，擘爲兩片，去其子，以水淘洗過，爛擣入大鍋，以水煎，不得絶火。煎約水耗半，取出澄濾過，仍重煎似稀餳。每服取一匙，用煖酒一盞調服，其功不可具載。

沈存中云：金櫻子止遺泄，取其溫且澀世之用者，待紅熟取汁熬膏，大誤也。紅熟則却失本性，今取半黃時採爲妙，十一月、十二月採佳。

《本草》云：療脾洩下痢，止小便利，澀精氣，久服令人耐寒輕身，方術多用之。

金髓煎

枸杞子不拘多少，逐日旋採摘紅熟者，去嫩蔕子，揀令潔淨，便以無灰酒於淨器浸之，須是甕用酒浸，以兩月爲限。用蠟紙封閉緊密，無令透氣。候日數足漉出，於新竹器內盛貯。旋於沙盆中研令爛細，然後以細布濾過。候研濾皆畢，去滓不用，即并前漬藥酒及濾過藥汁攪勻，量銀鍋內多少升斗作，番次慢火熬成膏，切須不住手用物攪，恐粘底不勻。候稀稠得所，然後用淨瓶器盛之，勿令泄氣。每早晨溫酒下二大匙，夜卧服之，百日中身輕氣壯，積年不廢，可以延壽。

茯苓煎

白茯苓五斤，去黑皮擣篩，以熟絹囊盛於三斗米下蒸之。米熟即止，曝乾又蒸，如此三過，乃取牛乳二斗和合，煮銅器中，微火煮如膏收之。每食以竹刀割取，隨性任飽服之則不饑。如欲食，先煮葵菜汁飲之，任食無礙。

又方

養老延年服茯苓方，華山鋌子茯苓，研削如棗許大，令四方有角，安於新甕瓶內，以好酒浸，以三重紙封其頭。候百日開，其色當如餳糖，可日食二塊。百日後，肌體潤澤，服一年後，可夜視物。久久服之，腸化爲筋，可延年耐老，面若童顏。

《本草》：茯苓補五勞七傷，安胎暖腰膝，開心益智，止健忘。忌醋及酸物。

補骨脂煎

唐鄭相公爲南海節度，七十有五，越地卑濕，傷於內外，衆疾俱作，陽氣衰絶，乳石補益之藥，百端不應。有訶陵國舶主李摩訶獻此方，經七八日，覺其功神驗，自爾常服之。其方：用破故紙十兩，揀洗爲末，用胡桃肉去皮二十兩，研如泥，即入前末。更以好煉蜜和勻如飴，盛甕器中。旦日以温酒化藥一匙服之，不飲酒者温熟水化下。彌久則延年益氣，悦心明目，補添筋骨，但禁食芸薹羊血。

五味子煎

五味子紅熟時，採得蒸爛，研取汁去子，熬成稀膏，量酸甘入蜜再火上，待蜜熟俟冷，器中貯作湯。肺虚寒人可化爲湯時時服，作果可以寄遠。

五味皮肉甘酸，核中辛苦有鹹味，此則五味具也。移門子服之，十六年色如玉女，入水不霑，入火不灼。

《本草》云：主益氣欬逆上氣，勞傷羸瘦補不足，强陰益精，養五臟，除熱生陰中肌。入藥生曝不去子。

薄荷煎

消風熱，化痰涎，利咽膈，清頭目。

龍腦薄荷葉一斤，川芎三兩，桔梗五兩去蘆，甘草四兩，防風三兩，縮砂仁一兩。

右爲末，煉蜜爲劑。此藥看之甚可，忽用之大有功，倉卒之中，亦可應手解利。

治遍身麻痺，百節酸疼，頭昏目眩，鼻塞腦痛，語言聲重，項背拘急，皮膚瘙痒，或生癮瘕及治肺熱喉腥，脾熱口甜，膽熱口苦，又治鼻衄唾血，大小便出血，及脱着傷風并沐浴後風，并可服之。

兩眼暴赤腫痛，可以生薄荷取汁，更調此藥令稀，貼兩太陽，臨睡更貼上下兩眼瞼，次日即散。

治腸風下血，可用此藥二貼，和雪糕圓如梧桐子大，作二服，空心熟水下即止。

麥門冬飲

東坡詩云：一枕清風直萬錢，無人肯買北窻眠。開心暖胃門冬飲，知是東坡手自煎。

《本草》云：麥門冬根上子也，安魂定魄，止渴肥人，治心肺虚熱，并虚勞客熱頭痛，亦可取苗作熟水飲之。陶隱居云：以四月採，冬月作，實如青珠，根似穬麥，故謂麥門冬。以肥大者爲好，用之湯澤抽去心，不爾令人煩。

甘露飲

常服快利胸膈，調養脾胃，恢進飲食。

乾鰑糟頭酢者六分，生薑四分，洗淨和皮。

右相拌擣爛，捏作餅子，或焙或曬令乾。每十兩用甘草二兩炙，同碾羅爲末。每服二錢，入少鹽沸湯點，不拘時候。

此方專治翻胃嘔吐不止，飲食減少。常州一富人病翻胃，往京口甘露寺，設水陸泊舟岸下，夢一僧持湯一杯與之飲罷，猶記其香味，便覺胸膈少快。早入寺知客供湯，乃是夢中所飲者，胸膈尤快，遂求其方，修製數十服，後疾遂瘥，名曰觀音應夢散。予得之，常以待賓，易名曰甘露飲。在臨汀治一書吏旋愈，切勿忽之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《食治方》 百合，治肺藏壅熱煩悶。

新百合四兩。

右用蜜半盞和蒸令軟，時時含一棗大，嚥津服之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《服椒法》 書林陳煜括爲之歌

青城山老人服椒得妙訣，年過九十餘，貌不類期耋，再拜而請之，忻然爲我説。蜀椒二斤淨，揀去梗核及閉口者淨秤。糝鹽慢火煮，煮透滾菊末。糝鹽在椒上，用滾湯炮過椒五寸許，經宿，以銀石器慢火煮，止留椒汁半盞。掃乾地鋪淨紙，傾椒在紙上，覆以新盆，封以黄土，經宿取置盆内。將乾菊花末六兩拌滾令勻，更洒所餘椒汁，然後攤於篩子内暎乾。菊須花小、色黄、葉厚、莖紫，氣香味甘，名曰甘菊，蘆可作羹者爲真，陰乾爲末。初服十五圓，早晚不可輟。每月漸漸增，累之至二百。初服之月，早十五粒，晚如之。次月早晚各二十粒，第三月增十粒，至二百粒止。鹽酒或鹽湯，任君意所歡。服及半年間，胸膈微覺塞，每日退十圓，還至十五粒。俟其無礙時，數服如前日。服半年後，覺胸膈間横塞如有物礙，即每日退十粒，退至十五粒止，俟其無礙，所服仍如前。常令氣熏蒸，否則前功失。須終始服之，令椒氣早晚熏蒸，如一日不服，則前功俱廢矣。飲食蔬果等，并無所忌節，一年効即見，容顔頓悦澤，目明而耳聰，鬚烏而髮黑，補腎輕腰身，固氣益精血。椒温鹽亦温，菊性

去煩熱，四句方可服，服之幸毋忽。逮至數十年，功與造化埒。耐老更延年，不知幾歲月。四十歲方可服，若四十歲服，至老只如四十歲人顏容。此其驗也。嗜慾若能忘，其効尤卓絶。我欲世人安，作歌故怛切。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《服狶薟法》 狶薟俗名火忺草，春生苗葉，秋初有花，秋末結實。近世多有單服者，云甚益元氣。蜀人服之法，五月五日，六月六日，九月九日，採其葉，去根莖花實，淨洗曝乾入甑中，層層灑酒，與蜜蒸之。如此九過，則已氣味極香美，熬擣篩蜜元服之，云治肝腎風氣，四肢麻痺，骨間疼，腰、膝無力，亦能行大腸氣。張乖崖詠進表云：誰知至賤之中，乃有殊常之効。臣喫至百服，眼目輕明，至千服髭鬢烏黑，筋力較健，効驗多端。陳書林經驗方敘述甚詳，療諸疾患各有湯。使令人採服，一就秋花成實後，和枝取用，洒酒蒸曝，杵臼中舂爲細末，煉蜜爲丸以服之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 妊娠諸病

山芋麪，治妊娠惡阻嘔逆及頭痛，食物不下。

生山芋一尺，於沙盆內研令盡，以葛布絞濾過。苧麻根一握，去皮爛搗碎。右研勻，入大麥麪三兩和搜，細切如碁子大，於葱薤羹汁內煮熟，旋食之。

又方：

木瓜一枚大者，切。蜜二兩。

右二味於水中同煮，令木瓜爛，於沙盆內細研，入小麥麪三兩，搜令相入，薄捍切爲碁子。每日空心，用白沸湯煮强半盞，和汁淡食之。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 產後諸病

蘇麻粥，

治婦人產後有三種疾，鬱冒則多汗，汗則大便秘，故難於用藥，惟此粥最佳且穩。

紫蘇子、大麻子二味各半合，淨洗研極細，用水再研，濾汁二盞，分二次粥啜。

右此粥不獨產後可服，大抵老人諸虛久風祕，皆得力。嘗有一貴人母年八十四，忽腹滿頭疼，惡心不能食。醫家供補脾進食，治風清頭目藥，數日疾益甚，懇予辨之。予曰：誤矣。此老人風祕藏府，壅滯聚膈中，則腹脹惡心不喜食，至巔頭痛神昏，如得藏府流暢，諸證悉去。予進此而氣洩，下結糞如胡椒十餘，少間通利，諸證悉去。許學士方

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷四《婦人小兒食治方》 小兒諸病

牡丹粥，治小兒癖痕病。

牡丹葉，漏蘆去蘆頭。決明子各一兩半。雄豬肝去筋膜，切研二兩。

右以水三升煎前三味，去滓，取一升半，入豬肝及入粳米二合，煮粥如常法，空腹食之。隨兒大小加減。

甘草豆方，冬月小兒解諸熱毒，老人亦宜服之。

甘草豆二升淨洗。甘草三兩，細剉。

右用水六升煮令爛熟，時時以三五十顆與小兒食之，汁亦可服。又可用已煮過黑豆，入香藥末和勻，甑上蒸令香軟，尤佳。

韓奕《易牙遺意》卷下《食藥類》

透頂香

孩兒茶、芽茶各四錢，白荳蔻、射香各一錢五分，檀香一錢，片腦一錢四分，甘草膏子丸。

硼砂丸

片腦五分，射香六分，硼砂五分，寒水石六兩，甘草膏丸、硃砂一錢五分，爲衣。

丁香煎丸

丁香、白荳蔻、砂仁、香附各二錢半，沉香、檀香、藿澄茄各六分，片腦二分半，甘松一錢二分，用甘草膏丸。

甘露丸

百藥煎一兩，甘松、訶子各一錢二分半，射香半分，薄荷二兩，檀香一錢六分，甘草末一兩二錢五分，水撥丸曬乾，用甘草膏子丸入射香爲衣。

荳蔻丸

术香、三賴、檀香、蓬术各一錢二分，丁皮七錢，姜黃、甘松、藿香、香附各三錢，唐求八錢，陳皮半兩，十夏、甘草各一兩五錢，白荳蔻二兩，淨取一兩五錢爲母水發丸。

橄欖丸

百藥煎五錢，烏梅八錢，木瓜、乾葛各一錢，檀香五分，甘草末五錢，水發丸曬乾，甘草膏爲衣。

法製荳蔻

白荳蔻一兩六錢，腦子一分，射香半分，檀香七分五厘，甘草膏、荳蔻作母，

腦射爲衣。

薑澄茄丸

木香、三賴、蓬朮、檀香各一錢，丁皮六錢，姜黃、香附、藿香各三錢二分半，甘松、陳皮五錢二分半，唐求八錢，薑澄茄四兩爲母，甘草末八兩，水發丸。

法製杏仁

杏仁二兩四錢炒，射香半分，檀香七分，甘草膏作纏。又以杏仁板麩皮和，炒熟去麩皮，乘熱以甘草膏少許，磁器內拌勻，火上焙乾，與桃仁同。

法製橘紅

橘紅四兩作母，射香二分半，檀香三錢，甘草膏爲衣。

醉鄉寶屑

茯苓半兩，甘草一兩二錢半，香附七錢半，陳皮一兩，鹽煑甘松、藿香、檀香各一錢二分半，丁皮二錢半，砂仁七錢半，白荳蔻半兩，煎作咀，同和一處。

又方

塘南橘皮一兩鹽煑過，茯苓四錢，丁皮四錢，甘草末七錢，砂仁三錢，右件同搗勻爲咀片子。

煎甘草膏子法

粉草一斤剉細，沸湯浸一宿，盡入鍋內滿，用水煎至半，濾去查紐乾取汁，再入鍋，慢火熬至二碗，換入砂鍋，炭火慢熬至一碗，以成膏子爲度。其查減水再煎三兩次，取入頭汁內併煎。

韓奕《易牙遺意》卷下《果實類》

糖橘

洞庭塘南橘一百個，寬湯煑過，令酸味十去六七。皮上劃開四五刀，捻去核壓乾。留下所壓汁，和糖二斤，鹽少許，沒其橘，重湯頓之。日曬，直至滷乾乃收。

又法

只用鹽少許，以甘草末罨以湯浸其橘，取起晾乾，以火燻之。

糖林檎

林檎每箇橫切四片，去心壓乾，糖少許拌勻，蒸過，曬乾收。

又法

擗去皮，用甘草、花椒、茴香末拌勻，蒸過曬乾。

糖脆梅

官成梅一斤，此梅肉多核小圓者佳。飛鹽一兩。白礬半兩，量水調勻，下缸浸梅子，沒至背。五六日後梅黃，量數漉出，以水淋鹽礬，去氣味盡。每箇切去核，再下白水浸一宿令味淡。若嘗得味酸，再換水浸至淡。滾湯焯過，瀝乾，滾糖漿。候温浸一宿漉出，再將糖漿滾熱，焯過瀝乾。待梅并糖漿温，并浸梅在糖漿內。如漿濃則可久留，温則梅不皺。煑須如此，再漉再浸，三五次則佳矣。

糖楊梅

楊梅新摘者三斤，滾湯焯過三次，瀝乾。沙糖二斤，盪羅內排楊梅一層，次排頭刀薄荷一層，如此排盡蒸透，曬之後，出在磁器。曬到七八分乾爲度。如遇雨天則焙之。其洋下糖汁再入楊梅，以乾收之。

蜜梅

極脆青梅一斤，鹽一兩，礬半兩，浸梅，如前糖脆梅法。去其酸味，投蜜中三五次，換蜜。其梅下蜜還可作湯用。

薄藕

大莖生藕取中段，用瓔芝煎湯，調沙糖薄入其孔內。頂上半寸許，油紙扎定，放水缸內。魚鱗煎湯尤佳，可入香頭、熟藕。用菜豆粉濃煎糖湯，生薄藕孔中，依前扎定蒸熟。

甘豆糖

大黑豆半升，浸一宿，烘乾，白水煑熟，留下豆汁，再以稻草灰淋一兩杓，入些許鹼，再煑至十分酥美，冷水拔淨三四次，元汁和濃糖澆供。

涼豆

馬豆一升二合，揀去小者，水淘淨烘乾，剥頭灰汁，砂鍋內入生姜二小塊切片，淡竹葉一把不解把，茭白二塊搥碎，炭火煑，逐旋入灰汁，煑酥爛爲度。漉起，以水淋淨，入鍋寬着水煑三五次，沸又再換水。白芷三塊煑，以豆無灰氣爲度，漉乾。別以好糖一斤足秤，水一小碗，熬糖三四沸濾柤。先以糖三分之一和湯一半，砂鍋內熬濃。待温，入豆微以火温之，不令至熱。如此三兩時，却漉豆令乾。別温所留二分糖，令熱入豆。

入香法：射香少許，入生姜汁三兩滴，磨於盛豆之器底即熱糖，并豆投之，密覆，勿令泄氣。報法，如過一二日，漉豆起令乾，却入以元糖汁，隨意多少加糖，再熬數次。候糖温入豆復浸，移時再漉出，熬如前，候糖温入豆。若有餘，每

用前法熬之，日一次。

鹽豆

大新黃豆一升淘淨，先以白鹽三錢，甘草三錢，烏梅一錢，煎濃汁去柤，停冷再溫。量分多少許浸豆，至半生半熟。餘湯下鍋子齊平，猛火燒至湯乾，更于火上焙之。

麻糖

芝麻一升，沙糖六兩，餳糖二兩，炒麪四兩，更和薄荷末少許，搜摶成劑切片。凡熬糖，手中試其糊粘，有牽絲方好。

炒糊

大黃豆淘淨，炒過勿令焦，去殼磨末如粉細，入乾沙糖拌勻，重篩過，入香頭少許。候糖性來，木脫如銀杏者脫之。糖用白沙糖尤好，脫子用角雕者則脫滑。

瑪瑙圈

沙糖三斤半，白麪二斤，胡桃肉十兩。先用糖一斤半，水半盞和麪炒熟。次用糖二斤，水一盞溶開，入前麪在內，再炒。候糖與麪做得丸子，拌胡桃肉，搜勻作劑，切片。

糖姜

嫩姜一斤，湯煠去其辣味六七分。沙糖四兩，煠六七分乾，再換糖四兩煠乾。如嫌味辣，再依前煠一次，其煠剩糖汁，留下調湯。

荆芥糖

荆芥連細枝梗扎如花朵樣，膏子糖一層，炒芝麻一層焙乾。薄荷同法。

松花餅

新松花細末，白沙糖和勻篩過，搜其性潤來，隨意作脫脫之，或入香頭少許尤妙。

糖煎冬瓜

冬瓜一斤老者，切如刀股段，去皮穰。用水一桶，將瓜在內，以石灰一捻浸少時。漉出瀝水盡，却入沙糖一斤半，同冬瓜入鍋內熬，令水盡將出，曬乾，帶琥珀色收之。

薰楊梅

大楊梅置竹篩放缸內下，用糠火薰缸，上用蓋，以核內仁熟爲度。入瓮時，每一百箇用鹽四兩，層層摻上，則潤而不枯。橘子同法。

桃杏乾

桃杏，用湯入鹽少許，畧焯過，眼乾水，蒸而曬之。一枚切作三四片。

蜜橙

脆橙每箇劃作四稜，煠去七八分酸水，壓匾浸蜜中，重湯頓令乾，曬收貯。仍先捻去核方煠，曬時居滷乾。

韓奕《易牙遺意》卷下《諸湯類》

青脆梅湯

用青消梅三斤十二兩，生甘草末四兩，炒鹽一斤，生姜一斤四兩，青椒三兩，紅椒半兩，去核擘開兩片大。率青梅湯家家有方，其分兩亦大同小異。初造之時，香味亦同，藏至經月，便爛熟如黃梅湯耳。蓋有說焉，一者青消梅，須用在小滿前採，搥碎核去仁，不得犯手，用乾木匙撥去打拌亦然。搥碎之後，攤在篩上，令水畧乾。二用生甘草，三用炒鹽須待冷，四用生姜不經水，浸擂碎，五用青椒旋摘眼乾。前件一齊炒拌，仍用匙抄入新瓶內，止可藏十餘盞湯料者，乃留些鹽摻面上，用雙重油紙，再紙緊扎餅口。如此，方得一脆字也。梅與姜或畧犯手，切作絲亦可。

黃梅湯

肥大黃梅蒸熟去核淨肉一斤，炒鹽四兩，乾姜、水姜末一錢半，甘草末一兩半，花椒、茴香末隨意拌勻，置磁器中曬。

鳳池湯

烏梅去仁留核一斤，甘草四兩，炒鹽二兩，水煎成膏。一法，各等分三味杵爲末，拌勻，實按入瓶。臘月或伏中合，半年後焙乾爲末，點湯服之，或用水煎成膏。

荔枝湯

烏梅肉四兩焙乾，姜一兩，甘草、官桂半兩，沙糖二斤，除糖外爲末拌勻。每盞湯內着荔枝肉三四箇。

橘湯

橘一斤去皮與穰膜，以皮細切同搗碎，炒鹽四兩，甘草二兩，生姜四兩，搗汁和勻。橙子同法。

杏湯

杏仁不拘多少，煠去皮尖，浸水中一宿，如磨菉豆粉法。掛去水，或加姜汁，

或酥蜜點。又杏仁三兩，生姜四兩，炒鹽二兩，甘草爲末一兩，同搗。

茴香湯

茴香、椒皮六錢，炒鹽二錢，熟芝麻半升，炒麪一斤，同爲末。

梅蘇湯

烏梅一斤半，炒鹽一斤，甘草十兩，紫蘇葉十兩，檀香半兩，炒麪十二兩。

縮砂湯

砂仁、甘草各一兩，香附四兩，炒鹽二兩。

木樨湯

木樨花半斤，炒鹽二兩，甘草四兩，檀香三錢，炒麪半斤。

棗湯

乾棗一斤去核，生姜半斤，炒鹽二兩，甘草、陳皮各一兩，同搗成膏。

瑞香湯

山藥四兩，烏梅一兩，甘草一兩，丁皮、木香各一錢，爲末。

桂仙湯

木樨花不犯手，篩去梗葉半斤，炒鹽一兩二錢半，和花捺實罐中，封數日，取出擂細。甘草末四兩，滾湯一茶鍾泡，以手和如麪，放磁器中，蒸百沸。炒鹽一斤。右三味，先將膏與鹽和了，次入木樨末，放罐中和之，作末或加湯。作膏子香橙湯同法。

紫雲湯

甘草、良姜、桂皮各二兩，砂仁、乾姜、甘松各一兩，檀香半兩，以水濃煎，去查和鹽，調和其味得所。一方，良姜半斤切碎，香油炒焦黃，茴香半斤炒黃，甘草四兩，炒鹽十二兩。

忽思慧《飲膳正要》卷二《諸般湯煎》 桂漿

生津止渴，益氣和中，去濕逐飲。

生薑三斤，取汁。熟水二斗。赤茯苓三兩，去皮爲末。桂三兩，去皮爲末。麴末半斤。杏仁一百箇，湯洗去皮尖，生研爲泥。大麥蘗半兩，爲末。白沙蜜三斤，煉淨。

右用前藥蜜水拌和勻，入淨磁罐內，油紙封口數重，泥固，濟水窖內放三日方熟。綿濾水浸，暑月飲之。

桂沉漿

去濕，逐飲生津止渴順氣。

紫蘇葉一兩，剉。沉香三錢，剉。烏梅一兩，取肉。沙糖六兩。

右件四味用水五六椀，煮至三椀，濾去滓，入桂漿一升，合和作漿飲之。

荔枝膏

生津止渴去煩。

烏梅半斤，取肉。桂一十兩，去皮剉。沙糖二十六兩。麝香半錢，研。生薑汁五兩。熟蜜一十四兩。

右用水一斗五升，煮至一半，濾去滓，下沙糖生薑汁再煮。去相澄定少時，入麝香擾勻澄清，如常任意服。

梅子丸

生津止渴，解化酒毒，去濕。

烏梅一兩半，取肉。白梅一兩半，取肉。乾木瓜一兩半。紫蘇葉一兩半。甘草一兩，炙。檀香二錢。麝香一錢，研。

右爲末，入麝香和勻沙糖，爲丸如彈大。每服一丸噙化。

五味子湯代葡萄酒飲。

生津止渴，暖精益氣。

北五味一斤淨肉。紫蘇葉六兩。人參四兩，去蘆剉。沙糖二斤。

右件用水二斗煮至一斗，濾去滓澄清，任意服之。

人參湯代酒飲。

順氣開胃膈，止渴生津。

新羅參四兩，去蘆剉。橘皮一兩，去白。紫蘇葉二兩。沙糖一斤。

右件用水二斗，煮至一斗，去滓澄清，任意飲之。

仙术湯

去一切不正之氣，温脾胃，進飲食，辟瘟疫，除寒濕。

蒼术一斤，米泔浸三日，竹刀子切片，焙乾爲末。陳皮二兩，去白。紫蘇葉二兩。甘草二兩，炒爲末。

白麵一斤，炒。乾棗二升，焙乾爲末。鹽四兩，炒。

右件一同和勻，每日空心白湯點服。

杏霜湯

調順肺氣，利胃膈，治咳嗽。

粟米五升，炒爲麵。杏仁二升，去皮尖麩炒研。鹽三兩，炒。

右件拌勻，每日空心白湯調一錢，入酥少許尤佳。

山藥湯

補虛益氣，温中潤肺。

山藥一斤，炙熟。粟米半升，炒爲麵。杏仁二斤，炒令過熟。去皮尖，切如米。

右件每日空心白湯調二錢，入酥油少許，山藥任意。

四和湯

治腹内冷痛，脾胃不和。

白麵一斤，炒。芝蘇一斤，炒。茴香二兩，炒。鹽一兩，炒。

右件並爲末，每日空心白湯點服。

棗薑湯

和脾胃，進飲食。

生薑一斤，切作片，棗三升，去核炒。甘草二兩，炒。鹽二兩，炒。

右件爲末，一處拌勻，每日空心白湯點服。

茴香湯

治元藏虛弱，臍腹冷痛。

茴香一斤，炒。川練子半斤。陳皮半斤，去白。甘草四兩，炒。鹽半斤，炒。

右件爲細末，相和勻，每日空心白湯點服。

破氣湯

治元藏虛弱，腹痛，胃膈閉悶。

杏仁一斤，去皮尖，麩炒別研。茴香四兩，炒。良薑一兩。蓽澄茄二兩。陳皮二兩，去白。桂花半斤。薑黄一兩。木香一兩。丁香一兩。甘草半斤。鹽半斤。

右件爲細末，空心白湯點服。

白梅湯

治中熱，五心煩燥，霍亂嘔吐，乾渴，津液不通。

白梅肉一斤。白檀四兩。甘草四兩。鹽半斤。

右件爲細末，每服一錢，入生薑汁少許，白湯調下。

木瓜湯

治脚氣不仁，膝勞冷痺疼痛。

木瓜四箇，蒸熟去皮，研爛如泥。白沙蜜二斤，煉淨。

右件二味調和勻，入淨磁器内盛之，空心白湯點服。

橘皮醒酲湯

治酒醉不解，嘔噫吞酸。

香橙皮一斤，去白。陳橘皮一斤，去白。檀香四兩。葛花半斤，蒺藜花半斤。人參二兩，去蘆。白豆蔻仁二兩。鹽六兩，炒。

右件爲細末，每日空心白湯點服。

渴忒餅兒

生津止渴治嗽。

渴忒一兩二錢。新羅參一兩，去蘆。菖蒲一錢，各爲細末，白納八三兩，研，係沙糖。

右件將渴忒用葡萄。酒化成膏，和上項藥末令勻，爲劑印作餅。每用一餅，徐徐嚥化。

官桂渴忒餅兒

生津止寒嗽。

官桂二錢，爲末。渴忒一兩二錢。新羅參一兩二錢，去蘆爲末。白納八三兩，研。

右件將渴忒用玫瑰水化成膏，和藥末爲劑，用訶子油印作餅子。每用一餅，徐徐嚥化。

荅必納餅兒

清頭目，利咽膈，生津止渴，治嗽。

荅必納二錢，爲末，即草龍膽。新羅參一兩二錢，去蘆爲末。白納八五兩研。

右件用赤赤哈納即北地酸角兒。熬成膏，和藥末爲劑，印作餅兒。每用一餅，徐徐噙化。

橙香餅兒

寬中順氣，清利頭目。

新橙皮一兩，焙去白。沉香五錢。白檀五錢。硇砂五錢。白荳蔻仁五錢。草澄茄三錢。南鵬砂三錢，別研。

龍腦二錢，別研。麝香二錢，別研。

右件爲細末，甘草膏和劑印餅。每用一餅，徐徐噙化。

牛髓膏子

補精髓，壯筋骨，和血氣，延年益壽。

黃精膏五兩。地黃膏三兩。天門冬膏一兩。牛骨頭內取油二兩。

右件將黃精膏、地黃膏、天門冬膏，與牛骨油，一同不住手用銀匙攪，令冷定，和勻成膏。每日空心，温酒調一匙頭。

木瓜煎

木瓜十箇，去皮穰，取汁熬水盡。白沙糖十斤，煉淨。

右件一同再熬成煎。

香圓煎

香圓二十箇，去皮取肉。白沙糖十斤，煉淨。

右件一同再熬成煎。

株子煎

株子一百箇，取淨肉。白沙糖五斤，煉淨。

右件同熬成煎。

紫蘇煎

紫蘇葉五斤。乾木瓜五斤。白沙糖十斤，煉淨。

右件一同熬成煎。

金橘煎

金橘五十箇，去子取皮。白沙糖三斤。

右件一同熬成煎。

櫻桃煎，

櫻桃五十斤，取汁。白沙糖二十五斤。同熬成煎。

桃煎

大桃一百箇，去皮切片取汁。白沙蜜二十斤，煉淨。

右件一同熬成煎。

石榴漿

石榴子十斤，取汁。白沙糖十斤，煉淨。

右件一同熬成煎。

小石榴煎

小石榴二斗，蒸熟，去子研爲泥。白沙蜜十斤，煉淨。

右件一同熬成煎。

五味子舍兒別

新北五味十斤，去子，水浸取汁。白沙糖八斤，煉淨。

右件一同熬成煎。

赤赤哈納係酸剌。

赤赤哈納，不以多少，水浸取汁。

右件用銀石器內熬成膏。

忽思慧《飲膳正要》卷二《神仙服食》 鐵甕先生瓊玉膏

此膏填精補髓，腸化爲筋，萬神具足，五藏盈溢，髓血滿，髮白變黑，返老還童，行如奔馬，日進數服，終日不食亦不飢，開通强志，日誦萬言，神識高邁，夜無夢想。人年二十七歲以前，服此一料，可壽三百六十歲。四十五歲以前服者，可壽二百四十歲。六十三歲以前服者，可壽一百二十歲。六十四歲以上服者，可壽百歲。服之十劑，絶其慾，修陰功，成地仙矣。一料分五處，可救五人癰疾。分十處，可救十人勞疾。修合之時，沐浴至心，勿輕示人。

新羅參二十四兩，去蘆。生地黃一十六斤，汁。白茯苓四十九兩，去黑皮。白沙蜜一十斤，煉淨。

右件人參茯苓爲細末，蜜用生絹濾過，地黃取自然汁，揭時不用銅鐵器，取汁盡，去滓。用藥一處拌和勻，入銀石器，或好磁器內。封用淨紙二三十重封閉，入湯內，以桑柴火煮三晝夜取出，用蠟紙數重包瓶口，入井口，去火毒。一伏

時取出，再入舊湯內煮一日，出水氣。取出開封，取三匙作三盞，祭天地百神，焚香設拜，至誠端心。每日空心，酒調一匙頭。

地仙煎

治腰膝疼痛，一切腹內冷病，令人顏色悅澤，骨髓堅固，行及奔馬。

山藥一斤。杏仁一升，湯泡去皮尖。生牛妳子二升。

右件將杏仁研細，入牛妳子，山藥拌絞取汁，用新磁瓶密封，湯煮一日。每日空心，酒調一匙頭。

金髓煎

延年益壽，填精補髓，久服髮白變黑，返老還童。

枸杞不以多少，採紅熟者。

右用無灰酒浸之，冬六日，夏三日，於沙盆內研令爛細，然後以布袋絞取汁，與前浸酒一同慢火熬成膏，於淨磁器內封貯，重湯煮之。每服一匙頭，入酥油少許，温酒調下。

天門冬膏

去積聚風痰癲疾，三虫伏尸，除瘟疫，輕身益氣，令人不飢，延年不老。

天門冬，不以多少，去皮去根鬚洗淨。

右件搗碎，布絞取汁，澄清濾過。用磁器沙鍋或銀器，慢火熬成膏。每服一匙頭，空心温酒調下。

《道書八帝經》：

欲不畏寒，取天門冬、茯苓爲末服之，每日頻服，大寒時，汗出單衣。

《抱朴子》云：

杜紫微服天門冬，御八十妾，有子一百四十人，日行三百里。

《列仙子》云：

赤松子食天門冬，齒落更生，細髮復出。

《神仙傳》：

甘始者太原人，服天門冬，在人間三百年。

神仙服天門冬，一百日後，怡泰和顏，羸劣者强三百日，身輕三年，身走如飛。

《抱朴子》云：

楚文子服地黃八年，夜視有光，手上車絡。

《抱朴子》云：

南陽文氏值亂，逃於壺山，飢困，有人教之食术，遂不飢。數年乃還鄉里，顏色更少，氣力轉勝。

《藥經》云：

必欲長生，當服山精，是蒼术也。

《抱朴子》云：

任季子服茯苓一十八年，玉女從之，能隱彰，不食穀，面生光。

孫真《枕中記》：

茯苓久服，百日百病除，一百日夜書二服後，役使鬼神，四年後玉女來侍。

《抱朴子》云：

陵陽仲子服遠志二十年，有子三十人、開書所見，便記不忘。

東華真人《煮石經》：

舜常登蒼梧山，曰：厥金玉香草，即五加也，服之延年。故云：寧得一把五加，不用金玉滿車。寧得一斤地榆，安用明月寶珠。昔魯定公母單服五加皮酒，以致長生。如張子聲、楊始建、王叔才、于世彥等，皆古人，服五加皮酒，而房室不絕，皆壽三百歲，有子三二十人。世世有服五加皮酒，而獲年壽者甚衆。

《抱朴子》云：

趙他子服桂二十年，足下毛生，日行五百里，力舉千斤。

《列仙傳》：

偓佺食松子能飛行，健走如奔馬。

《神仙傳》：

松子不以多少研爲膏，空心温酒調下一匙，頭日三服，則不飢渴。久服，日行五百里，身輕體健。

《神仙傳》：

治百節疼痛，久風虛，脚痺痛。松節釀酒，服之神驗。

《神仙傳》：

槐實於牛膽中漬浸百日，陰乾，每日吞一枚十日身輕二十日白髮再黑百日通神。

《食療》云：

枸杞葉能令人筋骨壯，除風補益，去虛勞，益陽事。

春夏秋採葉，冬採子，可久食之。

《太清諸本草》：

七月七日採蓮花七分，八月八日採蓮根八分，九月九日採蓮子九分，陰乾食之，令人不老。

《食療》云：

如腎氣虛弱，取生栗子不以多少，令風乾之，每日空心細嚼之三五箇，徐徐嚥之。

神仙服黃精成地仙，

昔臨川有士人虐其婢，婢乃逃入山中。久之，見野草枝葉可愛，即拔取，食之甚美，自是常食之。久而不飢，遂輕健，夜息大木下，聞草動以爲虎，懼而上木避之，及曉下平地，其身豁然凌空而去，或自一峯之頂，若飛鳥焉。數歲，其家採薪見之，告其主，使捕之不得。一日遇絶壁下，以網三面圍之，俄而騰上山頂。其主異之，或曰：此婢安有仙風道骨，不過靈藥服食。遂以酒饌、五味香美，置往來之路，觀其食否。果來食之，遂不能遠去。擒之問以述其故，所指食之草，即黃精也。謹按：黃精寬中益氣，補五藏調良肌肉，充實骨體，堅强筋骨，延年不老，顏色鮮明，髮白再黑，齒落更生。

神仙服食

菖蒲尋九節者，窨乾百日，爲末，日三服。久服聰明耳目，延年益壽。

神仙服食

胡麻食之，能除一切痼疾，久服長生肥健，人延年不老。

《抱朴子》：

服五味十六年，面色如玉，入火不灼，入水不濡。

《抱朴子》云：

韓聚服菖蒲十三年，身上生毛，日誦萬言，冬袒不寒，須得石上生者一寸九節，紫花尤善。

《食醫心鏡》：

藕實味甘平無毒，補中養氣清神，除百病。久服令人止渴悦澤。

《日華子》云：

蓮子并石蓮去心，久食令人心喜，益氣止渴，治腰痛、泄精瀉痢。

《日華子》云：

蓮花藥久服，鎮心益色，駐顔輕身。

《太清諸本草》：

何首烏味甘無毒，久服壯筋骨，益精髓，黑髭鬢，令人有子。

陶宗儀《説郛》卷二七下劉跂《暇日記》 雞頭一斗，用防風四兩，換水浸之，久久益佳。他果煑，以防風水浸之，經月不壞，陳彦和每用之。

胡古愚《樹藝篇・草部藥品》卷下《栝樓》 《圖經》曰：栝樓生洪農山谷及山陰地，今所在有之，實名黃瓜，《詩》所謂果蓏之實是也。根亦名白藥，皮黃肉白。三四月内生苗引藤蔓葉如甜瓜葉作乂有細毛七月開花似葫蘆花淺黃色實在花下大如拳生青至九月熟赤黃色二月八月採根，刮去皮曝乾，三十日成。其實有正圓者，有銳而長者，功用皆同。其根惟歲久入土深者佳，鹵地生者有毒。謹按：栝樓主消渴，古方亦單用之。孫思邈作粉法：深掘大根，厚削皮至白處，寸切之。水浸，一日一易水，經五日取出，爛搗研，以絹袋盛之，澄濾令極細如粉。去水服方寸，一日三四服，亦可作粉粥，乳酪中食之，並宜。

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一《桃》 五月收桃，以麥麵煑粥入鹽冷，傾入新瓮中，取桃内粥内，密瓮口，冬月食之如新桃。不可太熟，但擇其色紅者佳。同上

胡古愚《樹藝篇・果部》卷一《林檎》 作柰勄法：拾爛柰内瓮中，盆合口，勿令蠅入。六七日許，當大爛，以酒淹，痛捽之，令如粥狀。下水更捽，以羅漉去皮子，良久清澄，瀉去汁。更下水復捽如初，嗅看無氣乃止。瀉去汁置布於上，以灰飲汁，如作米粉法。汁盡，刀劃大如梳掌，於日中曝乾，研作末，便成甜酸得所，芳香非常也。作林檎勄法：林檎赤熟時擘破，去子心蒂，日曬令乾，或磨或擣，下細絹篩麁者。更磨擣，以細盡爲限。以方寸匙投於椀中，即成美漿。不去蒂則大，若合子則不度夏，留心則大酸。若乾噉者，以林檎勄一升，和米麵二升，味正調適。作柰脯法：柰熟時，中破曝乾，即成矣。作柰勄法：拾爛柰内瓮中，盆合口，勿令蠅入。六七日許，當大爛，以酒醃，痛捽之，令如粥狀。下水更捽，以羅漉之去皮子，良久澄清。瀉去汁，置布于上，以灰飲汁，如作米粉法。汁盡，刀劃大如梳掌，於日中曝乾，研作末，便成。甘酸得所，芳香非常。作林檎勄法：林檎赤熟時，劈破去心子蒂，日曬令乾，或磨或擣，下細絹篩麁者。更磨擣以細盡爲限，以方寸匙投於碗中，即成美漿。不去蒂則太芳，合子則不度夏，留心則太酸。若乾噉

者，以林檎麨一升，和米麵二升，味正調適。

四月收林檎，每一百箇內，取二十箇搥碎，入水同煎。候冷，入淨瓮中浸之，密封瓮口，又留愈佳。《神隱》

胡古愚《樹藝篇·果部》卷二《梅》 作白梅法：梅子酸核初成時摘取，夜以鹽汁漬之，晝則日曝。凡作十宿十浸十曝便成，調畢和壜，所在妥入也。作烏梅法：亦以梅子核初成時摘取，籠盛，於突上薰之令乾，即成矣。烏梅入藥不任調食也，《食經》曰：蜀中藏梅法，取梅極大者，剥皮陰乾，勿令得風，經二宿去鹽汁，內蜜中，月許更易蜜，經年如新也。作杏李麨法：杏李熟時，多收爛者，盆中研之，生布絞取濃汁塗盤中，日曝乾，以手磨刮取之，可和水漿及和米麨，所在入意也。作烏梅欲令薑不法：濃燒穰，以湯沃之，取汁，以梅投之使澤，乃出蒸之。《民齊要術》

梅，此梅實也，其熱者以火薰之作烏梅。以鹽殺之爲白梅，其青者以糖和之作糖梅，以蒜醋和之作蒜梅。或又杵白梅，和以甘草末及糖，作梅醬或作梅餅，此皆蕃人制梅之法也。《興化府志》

作白梅法，梅子酸核初成時摘取，夜以鹽汁漬之，晝則日曝，凡作十宿十浸十曝，便成矣，調鼎鼐和，所在多入也。又作烏梅法，亦以梅子核初成時摘取，籠盛，於突上薰之，即成矣。烏梅入藥，不任調食。作烏梅令不薑法，濃燒穰，以湯活之，取汁以梅投中使澤，乃出蒸之。《食經》云：蜀中藏梅法，取梅極大者，剥皮陰乾，勿令得風。經一宿，去鹽汁，納蜜中，月許更易，經年如新。《王氏農書》

胡古愚《樹藝篇·果部》卷三《蒲萄》 摘蒲萄法：逐熟者，一一零摘，一作摘取，從本禾悉皆無遺，世人全房折殺者，十不收一。作乾蒲萄法：極熟者，一一零摘，刀子切去蒂，勿令汁出。蜜兩分，脂一分，和內蒲萄中，煮四五沸，生布絞取濃汁塗盤上，或盆中。盛暑日曝使乾，漸以手摩挲取爲沫，以方寸匙投一椀水中，酸甜味足，即成好漿。遠行用和米麨，飢渴俱當也。《齊民要術》

七月收紅棗，將大缸一隻刷洗拭乾，以熱米醋澆缸內，蕩令淨，控乾。又以熱香油勻擦缸口，缸底鋪粟桿草一重，棗一重，中心四圍亦令草蓋，不可重壓，久留不生蛀虫。神隱

收法：日日撼而落之爲上，半赤而收者，肉未充滿，乾則色黃而皮皺，將赤味亦不佳美，赤久不收，則皮硬，復有烏烏啄之患。曬棗法：先治地令淨，注有草萊令棗臭。布椽於箔下，置棗於箔上，以机聚而復散之，一日中二十度乃佳。夜仍不聚，得霜露氣乾速成。陰雨之時，乃聚而苫蓋之。五六日後，別取紅軟者，上高厨而暴之。厨上者已乾，雖厚一尺，亦不壞。擇取胖者，永不乾，留之徒令污棗。其未乾者，曝曬如法。其阜勞之地不任耕稼者，歷落種棗則任矣。棗性妙，故凡五果及桑，正月一日鷄鳴時，把火遍照其下，則無虫災。《食經》曰：作乾棗法，口將露於庭，以棗着上厚二寸，復以新蔣覆之，凡三日三夜，撤覆露之畢，日曝取乾，內屋中。率一石以酒一升，漬着器中，密泥之，經數年不敗也。棗油法。鄭玄曰：棗油，搗棗實和以塗繒上，燥而形似油也，乃成之。棗脯法。切棗曝之，乾如脯也。【略】作酸棗麨法：急收紅軟者，箔上日曝令，乾大釜中煮之，水僅自，淹一滯即漉出，盆研之，生布絞取濃汁塗盤上，或盆中。盛暑日曝使乾，漸以手摩挲取爲沫，以方寸匙投一椀水中，酸甜味足，即成好漿。遠行用和米麨，飢渴俱當也。《齊民要術》

胡古愚《樹藝篇·果部》卷四《梨》 藏梨法：初霜後即收，霜多即不得經夏也。於屋下掘作深瘞坑，底無令潤濕。收梨置中，不須覆蓋，便得經夏。摘時必令好接，勿令損傷。凡醋梨易水熱煮則甜美，而不損人也。【略】

藏梨法：初霜後即收，霜多即不得經夏。於屋下掘作深蔭坑，底無令潤濕。收梨置中，不須覆蓋，便得經夏。摘時必令好接，勿令損傷。凡醋梨易水熱煮則甜美，而不損人也。按魏文帝詔曰：真定郡梨大如拳，甘若蜜，脆若菱，可以解煩熱。參之《神農經》中療病之功，亦爲不少。西路產梨處，用力去皮，切作瓣子，以火焙乾，謂之梨卷，嘗充貢獻，實爲佳果。上可貢於歲貢，下可奉於盤珍，張敷補爲百果之宗，豈不信乎。《王氏農書》

梨有數種，香水梨爲佳。《本草集要》云：味甘酸，氣寒，酒病賤。可知有所謂山梨者，味極佳，意頗惜之。漫用大甕儲數百枚，以生蓋而泥其口，意欲久藏，旋取食之。久則忘之，及半歲後，因至園中，忽聞酒氣薰人，疑守舍者釀熱。因索之，則無有也。因啓觀所藏梨，則化爲水，清冷可愛，湛然甘美，真佳醞也。飲之輒醉，回回國葡萄酒亦止用葡萄釀之。初不裸他物也。始和梨亦可釀，前所未聞也。《癸辛雜識》

胡古愚《樹藝篇·果部》卷五《棗》 收法：日日撼古感友而落之爲上，半赤而收者，肉未充滿，乾則色黃而皮皺，將赤味亦不佳美，赤久不收，則皮硬，復有烏烏啄之患。曬棗法：先治地令淨，有草萊令棗臭。布椽於箔下，置棗於箔上，以机聚而復散之，一日中二十度乃佳。夜仍不聚，得霜露氣乾速成。陰雨之時，乃聚而苫蓋之。五六日後，別取紅軟者，上高厨而暴之。厨上者已乾，雖厚一尺，亦不壞。擇取胖者，永不乾，留之徒令污棗。其未乾者，曝曬如法。其阜勞之地不任耕稼者，歷落種棗則任矣。棗性妙，故凡五果及桑，正月一日鷄鳴時，把火遍照其下，則無虫災。《食經》曰：作乾棗法，口將露於庭，以棗着上厚二寸，復以新蔣覆之，凡三日三夜，撤覆露之畢，日曝取乾，內屋中。率一石以酒一升，漬着器中，密泥之，經數年不敗也。棗油法。鄭玄曰：棗油，搗棗實和以塗繒上，燥而形似油也，乃成之。棗脯法。切棗曝之，乾如脯也。【略】作酸棗麨法：急收紅軟者，箔上日曝令，乾大釜中煮之，水僅自，淹一滯即漉出，盆研之，生布絞取濃汁塗盤上，或盆中。盛暑日曝使乾，漸以手摩挲取爲沫，以方寸匙投一椀水中，酸甜味足，即成好漿。遠行用和米麨，飢渴俱當也。《齊民要術》

七月收紅棗，將大缸一隻刷洗拭乾，以熱米醋澆缸內，蕩令淨，控乾。又以熱香油勻擦缸口，缸底鋪粟桿草一重，棗一重，中心四圍亦令草蓋，不可重壓，久留不生蛀虫。神隱

收法：日日撼而落之爲上，半赤而收者，肉味充滿，乾則色黃而皮皺，將赤味亦不佳，全赤久不收，則皮硬復爲烏烏之費。曬棗法：先治地令淨，有草萊令棗臭。布椽於箔上，以扒兵枝反無齒把聚而復散之，一日中二十度乃佳。夜仍不聚，得霜露氣速

成，陰雨時乃聚而苫蓋之。五六日，別擇取紅軟者，上高厨而暴之，厨已上者乾，雖厚一尺亦不壞。去胖薄江切爛者，胖者水不乾，留之徒污棗。其未乾者，曬曝如法。《食經》曰：作乾棗法，新菰蔣露於庭，以棗着上厚三寸，復以新蔣覆之，凡三夜三日，撤覆露之單，日曝取乾，納屋中。率一石以酒一升，漱着器中，密泥之，經數年不敗。《本草衍義》曰：青州棗去皮核，焙乾爲棗圈，尤爲奇果。棗油法鄭玄曰：擣棗實，和以塗繒上，燥而形似油也。棗脯法，切棗曝之，乾如脯也。作酸棗麨法：多收紅軟者，箔上曝令，乾大釜中煮之，水僅自淹，一沸即漉出。盆研之，生布絞取濃汁，塗盤上或盆中盛，暑日曝使乾，漸以手靡麥取爲末，以方寸匙投一碗中，甜酸味足，即成美漿。遠行用和米麨，飢渴俱當也。今人將乾棗去核，於鐺鍋中微火緩逼乾爲末，量多少入生姜末，爲湯點服，調和胃氣。又將煮棗肉和，治皮胃丸藥尤佳。又青州棗去皮核，焙乾爲棗圈，達都下爲奇果。《本草衍義》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷五《栗》 《食經》曰：藏乾栗法：取穰灰淋取汁，漬栗，出日中曬，令栗肉焦燥，可不畏虫，得至後年春夏。藏生栗法：着器中，曬細沙可燥，以盆覆之，至後年五月皆生牙而不蟲者也。

胡古愚《樹藝篇・果部》卷五《栗》 風栗須曬乾，置麻布袋中，懸當風處，久之味極甘美，有風味。然須作三次四風乾，方可接續供用。【略】

霜後收栗子，不拘少多，水盆中浮者不用，沉者漉出控乾，曬少時。先將砂炒乾待冷，用新壜罐收貯，一層栗一層砂，裝九分滿，每瓶只可放二三百箇，不可大滿。用箬葉蓋覆，以竹篾按定。掃净地，將瓶倒覆地上，罨以黄土封之，逐旋取用，不可近酒氣，至來春不壞。一法，取栗子一擔，鹽二斤，化水浸一二宿，漉出曬乾。以芝麻二石拌匀，於荆囤内收之，永遠不壞，食之甘美。同上

《本草圖經》曰：栗欲乾莫如曝，欲生莫如潤。《食經》曰：藏乾栗法，取穰灰淋汁漬栗，取出，日中曬，令栗肉焦燥，可至後年春夏。藏生栗法，着器中曬細沙可燥，以盆覆之，至後年五月芽而不生虫。

胡古愚《樹藝篇・果部》卷五《木瓜》 以蜜漬食，亦堪益人。蜜漬之法，先切去皮，煑令熟，着水中拔去酸味，却以蜜熬成煎藏之。又宜去子爛蒸，擂作泥，入蜜與姜，作煎飲用，冬月尤美。

凡使木瓜，勿令犯鐵，用銅刀削去硬皮并子，薄切，於日中煞，却用黄牛乳汁拌蒸，從巳至未。其木瓜如膏煎，却於日中薄攤曝，乾用也。《證類本草》

胡古愚《樹藝篇・果部》卷六《橘》 採藏之日，先净掃一室，蜜糊之，勿使風入。布稻藁其間，堆柑橘於地上，屏遠酒氣。旬日一翻揀之，遇微損謂之點柑即揀出，否則侵損附近者，屢汰去之，存而待賈者，十之五六。人有掘地作坎，攀枝條之垂者，覆之以土。至明年盛夏時開取之，色味猶新。但傷動枝苗，次年不生耳。收藏同上。

柑橘并金柑，皆可切瓣勿離之，壓去核，漬之以蜜。金柑着蜜尤勝他品，鄉人有用糖燉橘者，謂之藥橘，入翁之灰于鼎間，色乃黑，可以將遠。又橘微損則皮去，以肉瓣安甀間，用火薰之曰薰柑，置之糖蜜中亦佳。制法同上。

梅溪有《詠柑三十韻》。注云：宣政間，温州貢柑，每顆直二千。予往在夔府食柑子，味頗佳，然不及温甘遠甚。去冬至泉州，始食羅浮柑，又遠不及夔子。又云：新甘貯以瓦器，則久而不爛。又云温甘以平陽縣泥山爲最。又云種柑宜鹹地。又云泔，米汁也，鄉人冬月用以灌柑。又云柑橘花蒸以爲香，可辟衣書之蠹。又云甘欲致遠，必以臘塗其蒂。

橙子，《本草》云：樹似柑橘，實大於柑，形圓而香，皮厚而皺。九月熟，味酸甘，宜連皮切片，糝鹽食之。土人絲之，以配螃蟹。故詩有香橙蟹以爲香，可辟月之句，尤宜鱸膾之用。

胡古愚《樹藝篇・果部》卷九《荔枝》 曬荔枝，採下即用竹筅朗曬，經數日，色變核乾，用火焙之，以核十分乾硬爲度。收藏，用竹籠箬葉裹之，可以致遠。成朵曬乾者，不爲荔錦。取其肉生，以蜜熬作煎，爵之如糖霜，然名爲荔煎。

胡古愚《樹藝篇・果部》卷九《荔枝》 福建　紅鹽之法，民間以鹽梅釅浸佛桑花爲紅漿，投荔枝漬之，曝乾，色紅而甘酸，可三四年不蟲。去聲修貢與商人便皆之，然絶其無正味，白曬者正，爾烈日乾之，以核堅爲止，畜之甕中，密封百日，謂之出汗。去汗耐久，不然踰歲壞矣。福州舊貢紅鹽、密煎二種。慶曆初，太官問歲進之狀，知州事沈遘以道遠不可致，減紅鹽之數，而增白曝者。兼令漳泉一郡，亦均貢。烏蜜煎，剥生荔枝，笮去其漿，然後蜜煮之。予前知福州用曬及半乾者爲煎，色黄白而味美可愛。其貲荔枝減常歲十之六七，然脩貢者皆取於民。後之主吏利其多，取以責賂，曬煎之法不行矣。

胡古愚《樹藝篇・果部》卷九《龍眼》 曬龍眼法：採下，用梅鹵浸一宿，取出曬乾，用火焙之，以核乾硬爲度，如荔枝法收藏之。成朵乾者名龍眼錦。東坡詩云：龍眼與荔枝，異出同父祖。端如柑與橘，未易相可否。夫龍眼與荔枝齊

名，味亦美，登盤俎而充歲貢，稱於魏文之詔，詠左思之賦，又豈凡果之可比哉。

王氏《農書》

佚名《居家必用事類全集》己集《果食類》　造蜜煎果子法，凡煎果子，酸者用朴硝破水大段。硬酸者用湯化朴硝放冷，浸去酸味。軟嫩者只煉蜜放冷，澆在果子上淹一宿。其酸鹹味自去。漉出淘過控乾，並先煉熟蜜後入，煎五七沸放出冷，再入舊蜜內煎如琥珀色，去蜜置器中。煎時須用銀石砂銚等爲佳，使蜜浇者浸一宿，餘依用淹一飯時，若有味也。又法，應乾煎果，先用湯盪白梅肉，候冷浸之，却控乾煉蜜，浸之，如前法。

蜜煎冬瓜法，經霜老冬瓜去青皮，近青邊肉切作片子，沸湯焯過放冷，石灰湯浸没四宿。去灰水同蜜半盞，於銀石砂器內煎熟，下冬瓜片子煎四五沸，去蜜水，別入蜜一大盞同熬。候冬瓜色微黃爲度，入磁器內，候極冷方可蓋覆。如白釀重煎石灰湯二錢，沸湯澄清去脚用。

蜜煎薑法，社前嫩芽者二斤，净洗控乾，不得着鹽淹，須候出水一飯間。沸湯焯過放冷，石灰湯畧焯過濾乾，用白礬一兩半搥碎泡湯，隔宿次却澄清，浸蓋以滿爲度，三兩宿漉出再控，不得多時。用蜜二斤煎一滾去面，隔宿冷却，於新瓶內入蜜薑，約十日半月，別換蜜一斤半。換蜜若要久，經年兩交換。

蜜煎笋法，笋十斤，和殼煮七分熟，去皮，隨意切成花樣。用蜜半斤浸一時許，漉乾，却用蜜三斤煎滾，掠净拌匀，入磁器收貯，浸久不損。

蜜煎青杏法，不拘多少刮去皮，用銅青極細末，銅器內匀滾令緑色，然後用生蜜浸，但覺有酸氣便換蜜，至三五遍，自然不復酸。可以久留銅青，無多少之限，但滾的匀便可也。青梅亦可依此法造。

蜜煎藕法，初秋藕新嫩者，沸湯焯過五分熟，去皮切作條子或片子，每一斤用白梅四兩，湯浸汁一大椀，候冷浸一時許，漉出控乾，用蜜六兩去滴水，別蜜十兩，慢火煎令琥珀色，放冷入罐貯。

糖脆梅法，青梅一百箇，盡成路路兒，將熟冷醋浸没一宿，取去控乾。別用熟醋調沙糖一斤半，浸没入瓶內，以笋葉扎口，仍用椀覆，藏在地中深一二尺，用泥土蓋過，白露節取出，換糖浸。

糖椒梅法，黃梅大者不拘多少，搥破核。未搥以前，先以鹽醃一日。鋪梅一層入沙糖，用椒生薑絲一層，重重鋪罐內八分滿，以物蓋覆蒸一遍，再用生絹覆罐口，曬十日可供。曬時先用紫椒葉在梅肉上。

糖椒梅法，以三斤爲率，鹽一兩淹半日，次用沸湯浸一宿，控乾，入好糖一斤，輕輕用手拌匀。日曬沙乾爲度，磁器貯。

糖煎藕法，大藕五斤切二寸長，又碎切之，日曬出水氣，入沙糖五斤，金櫻末一兩，同入磁器內。又入蜜一斤，用泥緊封閉磁器口，慢火煮一伏時，待冷開用。

糖蘇木瓜，大者一對去皮，切作瓣，白鹽一兩，新紫蘇葉二兩，浄洗曬乾細切，同醃少時。再入生姜四兩，去皮切絲，沙糖二十兩，一處拌匀，磁器中盛，日中曬乾，時時抄匀爲度。

造椒梅法，黃梅一百箇爲率，用盆硝少許焯過，漉出控乾搥碎，入生姜絲一片，甘草四兩去目，川椒一兩，磁盆拌匀。又入炒鹽半斤，同曬。如欲作梅湯，曬放稀。如欲作餅子，曬放乾。曬時，兩三日攪一次。

旋炒栗子法，不拘多少，入油紙撚一箇，沙銚中炒，或熨斗中炒亦可。候熟，極酥甜香美，異常法。

收藏果法

收藏栗子，霜後初生栗子，不以多少，投水盆中去其浮者，餘皆漉出，衆手浄布拭乾，更於日中曬少時，令全無水脉爲度。用新小瓶罐，先將沙炒乾放冷，將栗裝入瓶，一層栗二層沙，約九分滿。每瓶只可放三二百箇，不可大滿。用笋葉一重蓋，覆以竹篾按定。掃一浄地，將瓶倒覆其上。罨以黃土封之，逐旋取用，不可令近酒氣，可至來春不壞。

收藏紅棗，將大磁缸一隻刷洗浄拭乾，燒熱米醋澆缸內，蕩令匀控乾。又以熟香油匀擦缸口，於缸底鋪栗桿草一重，棗一重，中心四圍亦令草間蓋，不可重壓，亦不生蛀虫。

收藏諸般青果法，十二月間，盪洗潔浄瓶或小缸盛臘水，遇時果出，用銅青末與果同入臘水收貯，顏色不變如鮮。凡青梅、枇杷、林檎、小棗、蒲萄、蓮蓬、菱角、甜瓜、綿橙、橄欖、荸薺等果，皆可收藏。

收藏石榴，選揀大石榴連枝摘下，用新瓦罐一枚安排在內，使紙十餘重密封，可留多日不壞。

收藏梨等，揀不損大梨，取不空心大蘿蔔，插梨枝柯在蘿蔔內，紙裹煖處，候至春深不壞。帶梗柑橘亦可依此法。

收藏橄欖，用上等好錫打作有蓋罐子，揀好完橄欖裝滿，紙封縫，放於浄地上，至五六月間尤好。藏塔前草內者無是說。

收藏乳餅，取乳餅在鹽瓮底，不拘年月，要用取出，洗浄蒸軟使用，一如新者。

收藏瓜茄，用染坊淋退灰曬乾，埋藏黃瓜茄子，冬月食用。

佚名《居家必用事類全集》己集《法製香藥》

法製香藥

法制半夏，開胃建脾，止嘔吐，去胷中痰滿，下肺氣。

半夏半斤，圓白者。晉州絳礬四兩。丁皮三兩。草荳蔻二兩。生薑五兩，切成片。

右件洗半夏去滑，焙乾。三藥麤剉，以大口瓶盛生薑片，并前藥一處，用好酒三升浸。春夏三七日，秋冬一月，却取出半夏水洗焙乾。餘藥不用，不拘時候細嚼一二枚，服至半月，咽喉自然香甘。

法製橘皮，日華子云：皮煖消痰止嗽，破癥瘕痃癖。

橘皮半斤，去穰。白檀一兩。青鹽一兩。茴香一兩。

右件四味用長流水，二大椀同煎，水乾爲度，揀出橘皮放於磁器內。以物覆之，勿令透氣。每日空心取三五片細嚼，白湯下。

外三味曬乾爲末，白湯點服。

法製杏仁，療肺氣咳嗽，止氣喘促，腹痺不通，心腹煩悶。

板杏一斤，滾灰水淖過曬乾。麩炒熟，煉蜜拌杏仁勻，用下藥末。

茴香炒。人參　硾砂仁二錢。陳皮三錢。白荳蔻　薄荷、梗香各一錢。粉草三錢。

右爲細末拌杏仁令勻。每用七枚，食後服之。

酥杏仁法，杏仁不拘多少，香油煠熗，胡色爲度，用鐵絲結作網兜搭之，候冷定食，極脆美。

法製硾砂，消化水穀，温煖脾胃。

硾砂十兩，去皮，以朴硝水浸一宿，即乾，以麻油焙燥香熟爲度。桂花、粉草各一錢半，碾爲細末。

右件和勻爲末，遇酒食後細嚼。

醉鄉寶屑，解醒寬中化痰。

陳皮四兩。硾砂仁四兩。紅豆一兩六錢。粉草二兩四錢。生薑　丁香一錢，剉。葛根三兩已上，並咬咀。白荳蔻仁一兩，剉，鹽一兩。巴豆十四粒，不去皮，殼用鐵絲穿。

右件用水二椀煮，耗乾爲度，去巴豆曬乾，細嚼白湯下。

木香煎，木香二兩，搗羅細末，用水三升煎至二升，入乳汁半升，蜜二兩，再入銀石器中煎如稀麪糊，即入羅過粳米粉半合又煎，候米熟稠硬，捍爲薄餅，切成瀑子，曬乾爲度。

法製木瓜，取初收木瓜，於湯內煠過，令白色，取出放冷。於頭上開爲蓋子，以尖刀取去穰了，便入鹽一小匙，候水出，即入香藥官桂、白芷、藥本、細辛、藿香、川芎、胡椒、益智子、硾砂仁。右件藥搗爲細末，一箇木瓜，入藥一小匙，以木瓜內鹽水調勻，更曝候水乾，又入熟蜜令滿。曝直候蜜乾爲度。

倪瓚《雲林堂飲食製度集》　香櫰前。用香櫰，舊者亦皆去穰及囊，切作絲，入湯內煮一二沸，取出瀝乾，別用蜜入水少許，每蜜一兩，入水一錢，於銀石器中慢火熬，蜜熟以稠爲度，入香櫰絲於內略攪，即連器取起，經一宿再熬，略沸即取起，候冷再一沸，取起俟冷，入瓷器貯封之，即可少入蜜作薦酒用。作湯則旋入別蜜。

劉基《多能鄙事》卷三《飲食類・糖蜜果法》

蜜煎諸果

凡果醋者，用朴硝破水，大段硬酸者，用湯化朴硝，放冷浸去酸味，濾出淘過，控乾煉蜜放冷水，再入舊蜜，煎如琥珀色，却收去浄器中，煉蜜養之。其果軟嫩者，只煉蜜放冷，澆淹一宿，換蜜煎。煎不用鐵器。

又法：應于煎果，先用湯泡白梅肉，候冷浸之，却控乾，煉蜜浸。

冬瓜煎

經霜老冬瓜去青皮，用近青邊肉切片，沸湯焯過放冷，以石灰湯浸一宿，去灰水。以蜜放銀石器內熬熟，下瓜片煎數沸漉出。別用新蜜煎，候瓜色微黃，傾出待冷，以磁罐收煉蜜養之。

生薑煎

社前嫩薑不經見水，用生布拭浄，用蜜煎去頭水，換蜜煎令金色，浄磁器收之。

筍煎

筍新米和殼煮七分熟，去皮隨意雕切。每十斤以蜜半斤浸半日，漉乾，則用蜜三斤煎成收之。

蜜梅杏亦可

梅子青者或去核，或不去核，或金縷花，或切片，皆可。先用鹽水浸一宿，次日漉乾，用蜜浸之，日中以盆貯曬，日愈烈愈佳。但嘗蜜酸苦即換，以甜爲度，收之，至來年換蜜。又曬，或經一兩月間看，但覺略有動變，即換蜜曬收。久藏彌佳，有用銅青入蜜浸者，色雖有青而味不佳，不必用也。

糖醋梅

青梅但核已堅硬便可，雖苦者不妨，只不要黃熟。切去兩頭，以刀直劈作細路，每箇用胡粉少許，手指蘸採，切處不要。以糖和醋，每梅一百用好糖一片半，極可久藏，周年一換糖醋，半年一開視之，略有動作，便換糖醋，不動作不必換。

糖椒梅

梅子半青黃者搥破核，以鹽醃一日，淨瓦罐中，鋪梅一層入沙糖，用椒蓋絲和勻，一層重重鋪罐內八分滿，以物蓋蒸一遍，再用生紗蒙罐口，暴十日可用。

椒梅

黃梅一百箇爲率，用盆硝少許焯過，漉出控乾，搥碎，入生薑絲一斤，甘草四兩，川椒皮一兩，磁盆拌勻。又入炒鹽半斤同曬，如欲作梅湯曬放稀，欲作餅子曬放乾，曬時兩三日攪一次。

糖燒李子

李子一斗，鹽二兩，糖三斤。先將李子用鹽水浸一宿，曬乾，先以泥泥罐，四面炙令乾，入糖拌李在內，以瓦片蓋泥封，用糖皮燒一宿，開收之。

燒栗子

栗肉一斗，至水浸一宿，曬乾入新甕內，用白蜜五斤，椒皮一兩，文武火燒一宿，早收入糖二斤再燒，候冷別器收之。

燒木瓜一法木瓜薄切，拖麵酥煎紫。

木瓜去皮穰，用鹽醃藏。草少許作把，控乾入餅，以糖層層間放，微火燒一宿收之。

糖煎藕

大藕五斤，切二寸長，又碎切之，日曬出水氣。以沙糖五斤，金莖末一兩，同入磁器內。又入蜜一斤，用泥封磁器口，慢火煮一伏時，待冷開用。

糖蘇木瓜

木瓜大者一雙去皮，切作片，白鹽一兩，新紫蘇葉二兩，淨洗曬令乾，切細，同醃一小時，入生薑絲四兩，糖二十兩，拌勻。磁器貯日中暴之，時時抄勻，以乾爲度。

五味醬

五味子一兩爲率，滾湯浸一宿，取汁。黑豆濃煎汁，相和，取色恰好。煉熟蜜合和，嘗味甘酸適中，慢火同煮收之，凉熱任用。

杏糖醬

好糖一斤，水一盞半，藿香半錢，甘松一塊，生薑十片，用煎，以薑熟爲度。濾淨磁器收之。入麝末一綠豆大，白檀末半兩，入井沉，或冰水尤佳。

劉基《多能鄙事》卷三《飲食類・收藏果物宜忌》 凡收梨橘柑橙，切不可近酒及糯米，近之必爛。金橘金柑。

凡收茶不可與川椒相近，椒極能奪茶味。

生薑與大蒜俱曬令斷濕，銅器收之，薑蒜俱可芽可久留。

松子以布袋掛起，與防風仝。收松子不油，其防風亦不壞，以粗布作袋盛，掛當風處不腻。

冬瓜置芥子中不壞。

梅仁、松子仁、瓜仁之類，以燈心剪碎雜和，置淨磁罐中，安燥處不蒸。

榧子以舊貯茶甕盛之不損。

石榴連枝摘下，用新瓦罐安排在內，用紙十餘重密封。

又法：取未裂者，以米泔煮沸湯，焯過數次，逐箇排竹籃中，勿用相挨，掛當風可經夏。

梨揀不損者，取不空心大蘿蔔，以梨柄插上，紙包放煖處，春深不壞。帶枝柑橘同。

橄欖用錫打有蓋罐，擇完好者裝滿，紙封縫，置淨地上，至五六月不損。

筍菜未出土者，日曬去濕水，勿去殼，逐箇切去老根，融黃蠟封之，頓新缸中。以根向上，煮糯米粥飲，漉去米糝，每斗米粥入炒鹽半兩，枯礬末三錢，和勻浇浸令滿。鎔蠟蓋面，以油紙厚箬緊封之。石灰塗，置淨燥不見日處，至秋冬，取出之如新。

茄擇肥美者，亭午摘下，剥去蒂，鎔蠟醮剥處。先於密籃中用箬藉底，厚鋪

炭灰，二層茄一層炭灰，再用箬蓋面，懸當風處。候月餘，再別取炭灰換鋪，至春取之如新。

乾荔枝以新磁缸貯，每放一層即取白梅三五箇，以箬包如粽，置其中，密封缸口，至交新不蛀壞。

乾滷曬燥，納箬籃中，每放一層，即剪碎箬葉鋪一層，隨多少積壓，收之可留經年。

桃取未大熟者，用少麥磨連麩煑粥，入鹽少許，候冷傾入新缸，以桃入其中，密封缸口，至冬如新。

淋漓每百顆內，取二十箇搥碎，入水煎候冷，入缸中浸，以浸者爲度，密封缸口，久留儘佳。

柑橘橙鋪松毛間收頓，不近酒處，多不壞。

又法，柑橘橙金柑藏菜豆中，不近酒米不壞。

又法，頻銀錫器中，以油麻埋之佳。

梨栗柑橘等果取三石缸，實以何泥井水，撒綠豆於上，用竹篾安缸內，內去泥二寸，以果置上，密蓋封泥固之。豆芽長果上，經年色味如新。

梨用紙包同北棗買，醃中可到遠。

桃李杏，用生竹鑿一孔投其中，以木塞孔，泥封之，久留不壞。

紅柿未熟者，以冷鹽湯浸之，可周歲。

乳餅置鹽甕盛，不拘年月。欲用則取出，洗淨蒸軟，用之如新。

小麥曬簁了置缸中或桶，以辨蓼和，并取蝦蟇二三枝可作乾，入其中，蓋封之，蛾不蛀。

江茶用硫黃一塊安在其中，即不蒸亦不藥氣。

劉基《多能鄙事》卷三《飲食類・治壞果物法》 柑橘久留中乾者，以針刺十許孔，取沸湯化蜜候冷，浸一宿如新者。

松子仁之類整壞，攤竹紙上，焙之還好。

煎蜜果經酸者，置其器於濕沙中，則味自正。

糖霜溶而味變者，以洗水浸，洗之焙乾。

榧子陳者，水浸一宿，烈火焙之，皮皆貼其殼，食之如新。

陳荔枝膠棗淨洗之，以焙乾蒸之。

銀杏乾壞者，淨洗以粉醬，色如新。

荔枝乾變者，用蜜水先於殼上刺十許孔，而後浸之，銀盂盛於湯罐，頭上蒸透，即肉滿。

解縉等《永樂大典》卷二八一〇《梅》 【略】產漢中川谷，今淮嶺江湖五月採，火乾，多用煙熏黑。

解縉等《永樂大典》卷二八一〇《梅》 《山居備用》：烏梅先淨洗，搥碎去核，取淨肉微炒，入茶用。

解縉等《永樂大典》卷二八一〇《梅》 金劉智《經驗普濟方》：乾烏梅法，先泥一爐高約四尺，內安鐵柱五重，或木杖子，取合熟帶生烏梅杏，重重排爐隔上遍也，爐下用穀糠灰火熏至熟，盆合爐口，灰火熏乾。未黑，用黑豆皮煎濃汁，入白礬末攪勻，染過烏梅，熏之至黑，再熏乾，不住翻轉，勿令焦過。

解縉等《永樂大典》卷二八一一《梅》 藏梅法。《食經》蜀中藏梅法：取梅極大者，剥皮陰乾，勿令得風，經二宿，去鹽如新法：於竹林中擇一大竹截去，留五尺，通置果於竹中，以箬封泥塗之。

烏梅。《農桑輯要》作烏梅法：以梅子核初成時，摘取龍盛，於突上熏之令乾即成，宜入藥，不任調鼎。溫革《瑣碎録》：烏梅去核一升，以醯醋五升浸一夜，日曝乾，搗爲末。欲食，以少許入水中成醋味。又糜脂不可合梅李實食，羊肝不可合烏梅、白梅及椒食。《齊民要術》作烏梅欲令不蟲法：濃燒穰，以湯沃之取汁，以梅投之，使澤乃出，蒸之。《食經》：諸品烏梅大者三十枚，湯煑瓜去核，同汁攪勻，粗布扭去滓爲膏子。沙糖鬆者一斤，入湯一椀泡化，同乾松、茞香葉各一錢熬成膏，濾去扭淨，生姜自然汁一盞。右將烏梅、糖、姜汁同和勻，用砂石器熬成稠膏子，然後入檀桂腦麝末各半兩，伺冷入淨磁器收貯。點服，不若去糖，用蜜者尤妙。【略】白梅。《三山志》：福州懷安候官鄉户園林種至千萬株，鹽曬者爲白梅，焙乾者爲烏梅，運至江浙。《齊民要術》作白梅法：梅子酸核初成時摘取，夜以鹽汁漬之，晝則日曝。凡作十宿十浸十曝便成，調鼎和羹，所在多入也。韻梅。是齋售用韻梅法：梅子壹百箇，揀黃嫩者沸湯暑焯過，鹽壹兩，蓋一斤細研，新椒肆兩，甘草肆兩，劉細。右一處拌和，日中曝乾。臨乾時，捻破梅子團諸料物在面上，別用蓋絲肆兩勻糝入瓶，以乾爲度。對金梅，是齋售用對金梅法：每黃梅子壹百箇，鹽淹透，取出曝壹日。用砂糖一斤，蜜半斤，鋪蓋絲一重，梅一重，糖一重，勻鋪了。煎醋一大盞入瓶內，用綿蒙口，曝半月熟。蓋絲香多少用。十香梅，是齋售用十香梅法：青梅十斤，核未甚硬者，十字劈作四片，入鹽壹斤，糖三斤，蓋絲一斤，椒貳兩，一處淹拌勻，日曝，頻攪拌，至汁盡，不得令極乾。再用縮砂、仁桂各一兩，甘草二兩，三味爲細末，入淹梅一處拌勻，入磁器收之。香藥未可入，久收不得要蛀，不若只收曝乾糖梅坯，旋入香藥。紫蘇梅。是齋售用紫蘇梅法：黃梅一百箇無損者，沸湯暑焯過，紫蘇

葉一斤細切，甘草二兩細剉，鹽二兩，新椒二兩。右一處拌勻，用梅滷一椀日中曝，臨乾時，捻破梅子團諸料物在面上，以乾爲度。荔枝梅。是齋售用荔枝梅法：青脆梅一百箇去皮，用竹針徧剳眼子數十箇，鹽半盞淹一宿。次日，用小刀子取去核，煎沸湯令冷，洗過，入淺鉢內。將糖二斤切碎拌勻，於鍊火上慢煙熏，候乾，取出日曝。新瓶收，永不壞。蜜煎梅。温革《碎録》蜜煎梅法：黃梅子不破者一百箇，鹽二兩，於沙盆內略擦勻後，一夕取出，曝半乾，煉蜜浸暴，如蜜酸又換，候甜爲度。入瓶緊閉。蜜漬梅花。《山家清供》蜜漬梅花：楊誠齋詩云：甕澄雪水釀春寒，蜜點梅花帶露餐。旬裏暮無煙火氣，更教誰上少陵壇。剥白梅肉少許浸雪水，以梅花温釀之，露一宿取出，蜜漬之，可薦酒，較之鼓雪煎茶，風味不殊也。替核釀梅。《山居備用》替核釀梅：用木瓜三十箇去皮，蘇葉半斤，菖蒲四兩細切，用鹽二兩，醃一宿，曝乾，別用沙糖一斤半，蜜半斤，桂末半兩，甘草末一兩，縮砂末一分，拌和，蒸三兩次令糲，攪勻。別以大黃梅三百箇，同鹽三兩，盆內擦軟，日曝半乾去核，以木瓜等實梅皮中，慢火焙燥，日入器收之。糖松梅。沈括《忌懷録》：糖松梅，用新松子一百箇，大青梅一百箇，洗控乾，置銀器內，一重松子一重梅，次第安著，以糯米一合細研，入水四椀，用炭火煮，約水耗一半不得抄，待停冷，一宿方須出酸水。又以四椀水再煮，約耗一半，再須出酸水。入乾糖一斤半，濕糖一斤半，煮熟爲度。放冷，以新瓶收，須是乾净。如久後味酸，再入乾糖斤半同煮。青梅未黃酸硬者佳。此時松房已如梅栗，或若豆赤不妨，或至細者尤好，但以三二枚當一枚可也。其味頗珎，但經久即爛。糖脆梅。《山居備用》：糖脆梅，用青梅一百箇，盡成路路兒，將熟冷醋浸沒一宿，取出控乾。別用熟醋調沙糖一斤半，浸沒，入新瓶內，以箬葉扎口，仍用椀覆，藏在地中深一二尺，用泥土蓋過，白露節取出，換糖浸。糖椒梅。《山居備用》：糖椒梅，用黃梅大者不拘多少，搥破核，未搥以前，先以鹽淹一日。鋪梅一層入沙糖，用椒、生薑絲一層，重重鋪罐內八分，以物蓋，覆蒸一遍。再用生絹覆罐口，曬十日可供。曬時，先用此三椒葉鋪在梅肉上。鮮酒楚梅。《山居備用》：鮮酒楚梅，梅子選肥壯微着紅臉者，輕手摘下，勿令摇損。每一百顆，以鹽汁三四椀浸過兩宿，漉出控乾，別以鹽花一百錢重滾湯泡，間薄紙隔，取清汁寬浸，日中曝之後，鹽汁凝霜乃熟，極能醒酒。造化梅。《山居備用》：造化梅，用五月間半熟青黃梅三斤，用糖一斤半，鹽一兩半，欲滿甕則梅九斤，糖四斤半，鹽四兩半。先將鹽糖打和勻，一層梅一層糖鋪入沙糖，甕內上用烏盞一隻，或覆或仰，防水入甕。緊包甕口，用石灰泥頭，勿使有縫隙，安向陽屋上，任雨打日曬，直至九月間收用，甘味酸甜，頗有風韻。每層更着龍腦薄荷一層，尤妙。糟藏梅。《山居備用》：糟藏梅，用青梅杏一斗好者，先以鹽水於銅器中醃三日，去鹽水控乾。糟三斤，鹽一斤，稀煮粟米粥攪和，候冷入瓶醃之，以石灰泥頭，勿令近水，可經冬。道僧利諭做糟梅，小滿前用一緑，凡糟同和。醃姜梅。僧道利諭用梅子不犯生水，先用石灰一升，好鍋灰二升，和以沸湯淋灰水浸一日夜，撈出陰乾。每梅子一斗，用鹽二斤就滲梅子，鹹水自出勤拌動。醃約半月，撈出梅子，曝一二日，入器爲鹽梅。多採牽牛郎花，剪除白祷，存紅花瓣，或採急性子紅花瓣亦得，於元醃梅子水內浸，却將社前生姜擦去皮，用薄布拭乾，入鹽花水內醃透，心紅帶漿水收却，撈出花瓣研爛，用砂糖水和炒麵印脱諸般花樣餅子待賓，餘剩鹽梅水調美用。椒梅。《山居備用》：椒梅，用黃梅一百箇爲率，用盆硝少許淹過，漉出控乾，搥碎，入生薑絲半斤，甘草四兩，去目川椒一兩，磁盆拌勻，又入炒鹽半斤同熬。如欲作梅湯曬放稀，如欲作餅子曬放乾，曬時兩三日攪一次。一方用薑絲一斤。椒梅湯煎用杏梅一斤，水淘過兩次，用蜜一斤，椒二百粒，醋半升，將蜜煉過，下入梅椒醋同煎，椒軟爲度，汁爲渴水。湯綻梅。《山家清供》：湯綻梅，十月後，用竹刀取欲開梅蕊，上下蘸以蠟投蜜缸中。夏月以熟湯就盞泡之，花即綻香可愛也。

馬歡《瀛涯勝覽・錫蘭國裸形國》 椰子至多，油酒糖飯，此物借造而食。

馬歡《瀛涯勝覽・滿剌加國》 山野有一等樹，名沙孤樹，鄉人以此物之皮如中國葛根，擣浸澄濾，其粉作丸如菉豆大，曬乾而賣作飲喫。

鄭璠《便民圖纂》卷一四《製造類上》 收藏梨子。揀不損大梨有枝柯者，插不空心大蘿蔔內，紙裹暖處，至春深不壞。收藏林檎。每一百顆內，取二十顆搥碎，入水同煎。候冷，納淨甕浸之，密封甕口，久留愈佳。帶梗柑橘，亦可依此法。

收藏石榴。選大者連枝摘下，用新瓦缸安排在內，以紙十餘重密封蓋。收藏柿子。柿未熟者，以冷鹽湯浸之，可令周歲顏色不動。熟生柿法。取麻骨插生柿中，一夜可熟。收藏桃子。以麥麪煮粥，入鹽少許，候冷，傾入新甕。取桃納粥內，密封甕口，冬月如新。桃不可熟，但擇其色紅者佳。收藏柑橘。揀光鮮不損者，將有眼竹籠先鋪草襯底，及護四圍，勿令露出。重疊裝滿，安於人不到處，勿近酒氣。可至四五月。若乾了，用時於柑橘頂上，用竹針針十數孔，以温蜜湯浸半日，其漿自充滿如舊。收藏金橘。安錫器內，或芝蘇雜之，經久不壞。若橙橘之屬，藏菜豆中極妙。勿近米邊，見米即爛。收藏橄欖。用好錫有蓋罐子，揀好橄欖裝滿，紙封縫，放浄地上，至五六月猶鮮。收藏藕。好肥白嫩者，向陰濕地下埋之，可經久如新。若將遠，以泥裹之不壞。收藏栗子。霜後初生栗，投水盆中去浮者，餘漉出，布拭乾，曬少時，令無水

脉爲度。用新小瓶先將沙炒乾放冷，以栗裝入，一層栗一層沙，約八九分滿。每瓶盛二三百箇，仍箸一重蓋，覆以竹篾按定。掃一淨地，將瓶倒覆其上，罌以黄土封之。不宜近酒氣可至來春不壞。

收藏核桃。以麤布袋盛，掛當風處則不腻。收松子亦可用此法。

收乾荔枝。以新瓷甕盛，每鋪一層，用鹽白梅二三箇，以箬葉包如粽子狀，置内，密封甕口，則不蛀壞。

收藏柟子。以舊盛茶瓷甕收之，經久不壞。

收藏諸青果。十二月間，蕩洗潔淨瓶，或小缸盛臘水。遇時果出，用銅青末或爲同心錢，或爲盤花，或爲線縷，或爲條環樓臺。偷去其核，器無損缺，或提起則玲瓏交結，合之則依然一梅也，且以銅青蜂蜜養之，愈久愈實，而青色如生，亦珍品之最巧者。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》　重九日，【略】又以蘇子微漬梅滷，雜和蔗霜梨橙玉榴小顆，名曰春蘭秋菊。

王可大《國憲家猷》卷四四《醫藥五》　紅鹽去聲之法。民間以鹽梅醃浸佛桑花爲紅漿，投荔枝漬之。曝乾，色紅而甘酸，可三四年不虫，去聲脩貢典商人皆便之，然絶無正味。白曬者正爾。烈日乾之，出汗耐久，不然踰歲壞矣。福州舊貢紅鹽蜜煎二種。慶曆初，大官間歲進之。知州事沈遘，以道遠不可致，減紅鹽之數，而增白曬者。兼令漳、泉二郡，亦均貢爲蜜煎，剥生荔枝，窖去漿，然後蜜煮之。予前知福州，用曬及半乾者爲煎，色黄而味美可愛。

王可大《國憲家猷》卷四八《方技一》　唐鄧間，多大柿，其初生澀堅實如石，凡百十柿以一楦楂置其中，楹梓亦可則紅孰爛如泥而可食，土人謂之烘柿者用此耳爾。

明王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　橙橘藏緑豆中不損。收臘月冰雪水，浸諸般青瓜果，可久。

明王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　好錫打罐子，裝揀好完橄欖，入罐，重脣封蓋縫，可至夏也。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　花片用甘草湯焯過，候粥熱同煮。又采木香嫩葉，就元湯焯以姜油鹽醋，爲菜茹佳。

陶宗儀《説郛》卷七五下沈仕《林下清録》　孟蜀時，兵部尚書李昊每春時，將牡丹花數枝分遺朋友，以興平酥同贈，且曰：俟花凋卸，即平酥煎食之，無棄

同：摘落高林帶雨枝，碧煙蒸處紫纍纍。肉都不走丸微瘦，津略加乾味轉滋。烏口奪生鮮恐爛，龍睛藏熟久還宜。珍飡品作楊家膩，報寄須當費我辭。松花餅春夏之交，山人取松花調蜜作餅，頗爲佳勝，僧家尤貴之。張雨：惟來粗敉作麨黄，渾是蒼鶉九粒香，甜味中邊唯食蜜，苦心早晚待休糧。仙人嘯臼留君取，道士遠陽遠寄將。笑比紅綾春餻巧，齒牙根底嚼糖霜。

田藝衡《留青日札》卷二六《雕梅》

雕梅

李太白詩云：珍盤薦雕梅。今雕梅，婦女巧者能之。取青梅以小刀刻畫，或爲同心錢，或爲盤花，或爲線縷，或爲條環樓臺。偷去其核，器無損缺，或提起則玲瓏交結，合之則依然一梅也，且以銅青蜂蜜養之，愈久愈實，而青色如生，亦珍品之最巧者。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷二〇《熙朝樂事》　重九日，【略】又以蘇子微漬梅滷，雜和蔗霜梨橙玉榴小顆，名曰春蘭秋菊。

王可大《國憲家猷》卷四四《醫藥五》　紅鹽去聲之法。民間以鹽梅醃浸佛桑花爲紅漿，投荔枝漬之。曝乾，色紅而甘酸，可三四年不虫，去聲脩貢典商人皆便之，然絶無正味。白曬者正爾。烈日乾之，出汗耐久，不然踰歲壞矣。福州舊貢紅鹽蜜煎二種。慶曆初，大官間歲進之。知州事沈遘，以道遠不可致，減紅鹽之數，而增白曬者。兼令漳、泉二郡，亦均貢爲蜜煎，剥生荔枝，窖去漿，然後蜜煮之。予前知福州，用曬及半乾者爲煎，色黄而味美可愛。

王可大《國憲家猷》卷四八《方技一》　唐鄧間，多大柿，其初生澀堅實如石，凡百十柿以一楦楂置其中，楹梓亦可則紅孰爛如泥而可食，土人謂之烘柿者用此耳爾。

明王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　橙橘藏緑豆中不損。收臘月冰雪水，浸諸般青瓜果，可久。

明王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　好錫打罐子，裝揀好完橄欖，入罐，重脣封蓋縫，可至夏也。

王可大《國憲家猷》卷四九《方技二》　花片用甘草湯焯過，候粥熱同煮。又采木香嫩葉，就元湯焯以姜油鹽醋，爲菜茹佳。

陶宗儀《説郛》卷七五下沈仕《林下清録》　孟蜀時，兵部尚書李昊每春時，將牡丹花數枝分遺朋友，以興平酥同贈，且曰：俟花凋卸，即平酥煎食之，無棄

王綸《本草集要》中部卷五《菜部》　罌子粟，味甘氣平無毒。主反胃，胃中痰滯及丹石發動不下食。和竹瀝煮作粥，食之極美。

王鏊《姑蘇志》卷一四《造作》　飲饌之屬二十有二，【略】

蜜煎以楊梅、枇杷、青梅、橙橘之屬，蜜漬之成煎，出郡城。薰楊梅家造者尤精，沈

穠艷也。

郎瑛《七修類稿》卷四七《事物類・食用製法》 用好錫打罐子，裝揀好完橄欖入罐，重紙封蓋縫，可至夏也。

郎瑛《七修類稿》卷四七《事物類・食用製法》 橙橘藏緑豆中，不損。收臘月冰雪水，浸諸般青瓜果，可久。

郎瑛《七修類稿》卷五〇《奇謔類・竹米》 竹結實如麥，則見於晉元康之時。如米，則見於唐開成、宋咸平之時，然不言其色與味也。嘉靖二十年，杭州昌化縣長巳五十里，竹葉之間苞絡成穗而實焉。採之而舂，得黑色碎米，煝之而食，味少澁而飽人，和餡爲餅餌最佳，其地時遂就豐熟。又見傳云：竹實如鷄子味，食之清涼滿口，故謂鳳凰食也。此恐不然。

張時徹《攝生衆妙方》卷二

仙人飯

黄精耐老不饑，其法，可將甕子去底釜上安頓得所，盛黄精令滿，密蓋蒸之，候氣溜即暴之，如此九蒸九暴。凡生時有一石，熟有三四斗方好。蒸之不熟，則刺人咽喉。既熟，曝乾食之甘美，補中益氣，安五臟，潤心肺，輕身延年。饑歲可以與老小休糧，食療饑。根葉花實皆可食之，但相對者是不對者，名扁精不可食。

張時徹《攝生衆妙方》卷四

遠服

代茶湯　夏月服之，以代茶健脾止渴。

白朮一錢五分。麥門冬一錢，去心。

右煎作湯代茶，服此一盞，可當茶三盞。夏日吃茶水多，必至泄瀉，白朮補脾燥濕，麥門冬生津止渴也。

張時徹《攝生衆妙方》卷四　消渴方　治口渴心熱

用天花粉一味，水煎當茶，常服甚效。

羅日褧《咸賓録》卷六《滿剌加》 其産，【略】沙孤樹，取其皮擣作粉，謂之沙孤米。爲奇。

汪砢玉《古今鼇略》卷二《供用》 蔡君謨《荔枝譜》：紅鹽者，以鹽梅浸佛桑花爲紅漿，投荔支漬之，曝乾，色紅而甘酸。

范景仁《東叅記》：江南有紅鹽橄欖，以紅鹽塗其樹而子自落。

食品烹飪總部・花草果木部・紀事

《近峰聞畧》：閩人取橄欖，以鹽塗樹則自落，故東坡有紛紛紅子落青鹽之句。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》

爽園

馮瀛王爽園法：美色金杏，新水浸没，生薑甘草丁香蜀椒碎砂仁白荳蔻鹽花沉檀龍腦射，皆取末，如麵攪拌，日曬乾，候水鹽味透，更以香藥鋪糝，其功成矣。宿醒未解，一枚可以盡消。

雲英麨

鄭文寶雲英麨，予得食，酷嗜之。文寶贈方：藕蓬、菱芡、雞豆、孛齊、慈菰、百合，並擇淨，肉爛蒸，風前吹曬少時。石臼中搗極細，入州糖蜜，蒸熟，再搗，令相得。取出作一團，停冷性堅，以淨刀隨意切食。糖多爲佳，蜜須宜少，過則希薄不稠也。

王圻《稗史彙編》卷一二九《飲食門・食類下》

蜜漬梅花

楊誠齋詩云：瓮澄雪水釀春寒，蜜點梅花帶露飡。句裏畧無煙火氣，更教誰上少陵壇。剥白梅肉少許，浸雪水，以梅花醞釀之，露一宿，取出，蜜漬之，可薦酒。校之掃雪煎茶，風味不殊也。

菊煎

春游西馬塍，會張將使元畊軒留飲，命予草《菊田賦》，詩作墨蘭。元甚喜，數盃後，出菊煎。其法：採菊苗湯淪，用甘草水調山藥粉，煎之以油，爽然有楚畹之風。張深於藥者，亦謂菊以紫莖爲正云。

紫莢菊

菊名治藏，《本草》名節花。陶注云：菊有二種，莖葉繁，氣香而味甘，其葉乃可爲羹。莖青而大，氣似蒿而苦，名苦薏苡。非也。今法：春採苗，畧炒，煮熟，下姜鹽，羹之，可清心明目。加枸杞葉尤妙。天隨子《杞菊賦》云：爾杞未棘，爾菊未莎，其如予何。《本草》葉似榴而軟者，能輕身益氣。子員而有刺者，名杞，棘不可用。

薝蔔煎

舊訪劉漫塘宰，留午酌，出此供，清芳極可愛。詢之乃梔子花也。採大者，以湯焯過，少乾，用甘草水希麪，拖油煎之，名薝蔔煎。杜詩云：於聲色有用，與道氣相和。今既製之，清和之風備矣。

櫻桃煎雨蜜則角毒

櫻桃經雨，則虫自內生，人莫之見。用水一碗，浸之良久，其虫皆蛰蛰而出，乃可食也。楊誠齋詩云：何人弄好手萬顆，搗虛脆印成花鈿。薄染作冰漿紫，北，果非不多此味良。獨美要之，其法不過煮以梅水，去核，搗印爲餅而加以蜜耳。

雪梨

雪梨大者碎截，搗橙，入醋少鹽，醬，拌供可佐酒。吳興葛天民嘗吟《北梨詩》云：每到年頭感物華，新堂梨到野人家。甘酸尚帶中原味，腸斷春風不見花。雖非咏梨，然每愛其寓物有黍離之嘆，故及之。如咏雪梨，則無如張斗墅蘊云：蔽身三寸褐，貯腹一團冰之句。被褐懷玉者，蓋有取焉。

王圻《稗史彙編》卷一二九《飲食門・食類下》 食用製法：【略】

王圻《稗史彙編》卷一五三《花木門・菓實類下》

橙橘藏築豆中不損。收臘月冰雪水，浸諸般青瓜果可久。

食柿之法

凡物相感者有出於自然，非人知慮所及。今唐鄧間多大柿，其初生澁，堅實如石。凡百十柿以一楂置其中，楂梓無反則紅熟爛如泥而可食。土人謂之烘柿者，非用火，乃用此耳。

鸚哥舌

鸚哥舌即紅鹽草果之珍者，實始結，即擷取，紅鹽乾之，則小如雞舌。

許自昌《捧腹編》卷六《惟知炒栗》 蕭韓家奴徙彰愍宮，使與宗與語才之，嘗從容問曰：鄉居外有異聞乎。韓家奴對曰：臣惟知炒栗，小者熟則大者必生，大者熟則小者必焦，使大小均熟，始爲盡美，不知其他。蓋嘗掌栗園，故託栗以諷諫，帝大笑。

董斯張《吳興備志》卷二七《瑣徵第二五之一》 陳永陽王宿醒未解，則爲蜜浸烏梅，每啖不下二十枚，清醒乃已。《樵人直說》

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷一宋蔡君謨《荔支譜・第六》

紅鹽去聲之法，民間以鹽梅滷浸佛桑花爲紅漿，投荔支漬之，曝乾，色紅而甘酸，可三四年不蟲，去聲脩貢與商人皆便之，然絶無正味。白曬者正爾，烈日乾之，以核堅爲止，畜之甕中，密封百日，謂之出汗，去去聲汗耐久，不然踰歲壞矣。福州舊貢紅鹽蜜煎二種，慶曆初，太官問歲進之狀。知州事沈遘以道遠不可致，減紅鹽之數，而增白曬者，兼令漳泉三郡亦均貢焉。蜜煎剥生荔，支笮去其漿，然後蜜煮之。予前知福州用曬及半乾者爲煎，色黃白而味美可愛，其費荔支減常歲十之六七，然脩貢者皆取於民，後之主吏利其多取以責賂，曬煎之法不行矣。

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷三明徐興公《荔支譜二》【略】

三之啖

蔡譜引《列仙傳》、《本草經》，謂食荔有益于人，可以得仙。當盛夏時，乘曉入林中，帶露摘下，浸以冷泉，則殼脆肉寒，色香味俱不變，嚼之消如絳雪，甘若醍醐，沁心入脾，蠲渴補髓，啖可至數百顆。或畏其飽，點鹽少許，嚥之即消。其鄉民鬻于市者，積擔盈筐，離其本枝，暑氣侵觸，香色稍減，較之就食林中者，味亦不逮，非必如白傅所云，一日二日而後變也。鄉人常選鮮紅者，於竹林中，擇巨竹鑿開一竅，置荔節中，仍以竹擣裹泥，封固其隙，藉竹生氣滋潤，可藏至冬春，色香不變，若紅鹽火焙曬煎者，俱失真味，竟成二物矣。

四之曬

占風日晴霽時摘下，於烈日中朗曬至乾，以核實爲準，風味殊勝於焙。用竹籠箸葉密封，可致久遠。若風雨暴至，則肌肉潰爛，反不如焙矣。蔡譜有紅鹽之法，今貢獻不行，其法尠傳。

五之焙

擇空室一所，中燔柴數百斤，兩邊用竹筅各十，每筅盛荔三百斤，密圍四壁，不令通氣。焙至二日一夜，荔遂乾實，過焙傷火，則肉焦苦不堪食。乾者狀元香最佳，鄉人多焙。桂林金鍾，以其實大美觀，尤易于粥。臘仙收乾荔法，藏以新磁甕，每鋪一層，即取鹽梅三五箇，箬葉裹如粽子狀，置其內，密封甕口則不蛀壞。誠意伯劉伯温先生謂乾荔支變者，先於殼上刺十許孔，用蜜水浸之，以銀盂盛於湯，罐頭上蒸透，即肉滿可食。

六之煎

荔初熟時，乘露連蒂摘下，以黃蠟熬勻封點蒂上，勿令脱落，盛之罐中，將冬蜜煮熟得宜，俟蜜冷浸之，蜜過於荔始不洩氣，藏至來春，開視如鮮。若荔過熟，則漿滿肉腐，不能久藏。取蜜當以荔支花釀者爲第一，臘仙謂臨熟時摘入甕中，澆蜜浸之，以油紙封固甕口，勿令滲水，投井中，雖久不損。

七之漿

取荔初熟者，味帶微酸時，榨出白漿，將蜜勻煮，蜜熟爲度，置之磁瓶，箬葉

封口完固，經月漿蜜結成香膏，食之美如醴酪。荔肉仍以白蜜緩火熬熟，淨磁器收之，最忌近銕。又法：取生荔曬至一日，頻番令勻，去殼取肉，每一斤白蜜一斤半，於砂礶內慢火熬百千沸，又以文武火養一日，磁鉢攤于日中，曬至蜜濃爲度，盛於磁瓶。見臞仙神隱。

鄧慶案《閩中荔支通譜》卷四明徐興公《荔支譜三》 建炎三年，罷荔支煎。大中祥符二年，定額一百三十瓶，丁香荔支煎三十瓶。

鄧慶案《閩中荔支通譜》卷五《明徐興公荔支譜四》 曬荔法：採下即用竹篦朗曬，經數日色變核乾，用火焙之，以核十分乾硬爲度。收藏用竹籠筈葉裹之，可以致遠。成朶曬乾者，名爲荔錦。取其肉，生以蜜煮作煎，嚼之如糖霜，然名爲荔煎。

寄餘甘荔子，極荷遠意之重。荔子雖肉薄甘味，亦勝黔中。細事愚高明辱，垂意周旋，曷勝愧感。

再答王補之

某所作荔支湯，擘生荔支肉，別貯其自然汁，以水解白沙蜜，漸入和合，令味相得，即并荔支肉上火煮減半，以甕合貯之。計客數人一勺，又令入湯小半盞煎沸，用紗囊盛龍腦先撲熱盞，乃注湯謾録上。

陶珽《説郛續》卷四一吴載鰲《記荔枝》 其六，荔而紅鹽也，如韓愈投荒，蘇軾寓黄也，雖有些風致，已落惡境。荔而白曬也，如曲端承酒，周與入甕也。枯稿烈日中，其味盡索。荔而蜜煎也，以甘愛甘，異甘而强之使受，譬如陶貞白質本清華，儘快松風之夢，又故使爲宰相。小此一番，宰相不更受用太過耶。人性各有宜適福澤，甘馨附益，反損其趣者，蜜煎是也。占以此修貢，道里既過，人畜俱損，曬煎之間，又或因而貴賂，豈如清朝不貴無益之物，不貽前丁後蔡之嘲，而九譯通道遐方，貢琛之爲長籌也哉。

徐光啓《農政全書》卷二九《樹藝·果部上》 《羣芳譜》曰：熟全赤，即收。撼而落之爲上；半赤而收者，肉未充滿，乾則色黄而皮皺，將赤味亦不佳；全赤久不收，則皮破，復有鳥雀之患。一法：將纔熟棗，乘清晨連小枝葉摘下，勿損傷。通風處，晾去露氣。揀新缸無油酒氣者，清水刷淨，火烘乾，晾冷。取淨稈草，曬乾，候冷。一層草，一層棗，入缸中。封嚴密，可至來歲猶鮮。

《齊民要術》曰：先治地令淨。布椽於箔下，置棗於箔上，以椽聚而復散之。一日中二十度乃佳。夜仍不聚。得霜露氣，乾速；成陰雨之時，乃聚而苫之。五六日後，别擇：取紅軟上高厨上曝之；厨上者，已乾；雖厚一尺，亦不壞。擇去胖爛者。其未乾者，曝曬如法。

《食經》曰：作乾棗法：須治淨地。鋪菰箔之類承棗。日曬夜露，擇去胖爛，曝乾收之。切而曬乾者，爲棗脯。煮熟榨出者，爲棗膏，亦曰棗瓤。蒸熟者爲膠棗。加以糖蜜拌蒸，則更甜；以麻油菓同蒸，則色更潤澤。搗棗膠曬乾者，爲棗油。其法：取紅軟乾棗入釜，以水僅淹平，煮沸漉出，砂盆研細。生布絞取汁，塗盤上曬乾，其形如油。以手摩刮爲末，收之。每以一匙投湯盌中，酸甜味足，即成美漿。用和米麨，最止飢渴，益脾胃也。盧諶《祭法》云：「春祀用棗油。」即此。

寇宗奭曰：青州人，以棗去皮核焙乾爲棗脯，以爲奇果。

徐光啓《農政全書》卷二九《樹藝·果部上》 李時珍曰：生桃切片，瀹過曝乾，可充果食。又酢法：取桃爛自零者，收去内之於甕中。以物蓋口。七日之後，既爛，漉去皮核，密封閉之。三日酢成，香美可食。三月三日，採桃花，酒浸服之，除百病，好顔色。

又：三月三日，取桃花陰乾爲末，收至七月七日，取烏雞血和塗面，光白潤色如玉。

徐光啓《農政全書》卷二九《樹藝·果部上》 李。【略】

李時珍曰：用鹽曝、糖藏、蜜煎爲果。惟曝乾白李有益。其法，用夏李色黄便摘取，於鹽中拶之。鹽入汁出，然後合鹽曬令萎，手捻之，令匾。復曬，更捻極匾，乃止。曝乾，飲酒時，以湯洗之，漉著蜜中，可酒矣。

梅。【略】

梅實采半黄者，篘盛於突上，熏乾者爲烏梅。濃燒穰，以湯沃之取汁，以梅投之，使澤，乃出蒸之，則不蠹。烏梅入藥，不任調食。青者，以鹽漬之，曰曬夜漬，十晝夜，爲白梅。亦可蜜煎糖藏，以充果飣。白梅，調鼎和鹽，所在多任。熟者，笮汁曬，收爲梅醬。夏月可調水飲。陸璣《詩疏》云：其實酢，曝乾爲脯，入羹臛鹽中，又可含以香口。

《食經》曰：蜀中取梅極大者，剥皮陰乾，勿令得風。經二宿，去鹽汁，内蜜中。月許，更易蜜。經年如新。一糖脆取青梅。每百個，以刀劃成路，將熟冷醋浸一宿。

取出，控乾。別用熟醋調沙糖一斤半，浸沒。入新瓶內，以箬紮口，仍覆碗，藏地深一二尺，用泥土蓋過。白露節，取出換糖浸。

杏。《釋名》曰：甜梅。【略】

生杏，可曬脯作乾果食之。杏熟時，榨濃汁，塗盤中，曬乾，以手摩刮收之，可和水調麨食。

《齊民要術》曰：杏子仁可以爲粥。多收買者，可以供紙墨之直也。

梨。《爾雅》曰：山樝。【略】

藏梨法：初霜後，即收。霜多，即不得經夏也。於屋下掘作深陰坑，底無令潤濕。收梨置中，不須覆蓋，便得經夏。摘時，必令好接；勿令損傷。《物類相感志》云：梨與蘿蔔相間收藏，或削梨蒂，種于蘿蔔上藏之，皆可經年不爛。今北人每於樹上包裹，過冬乃摘，亦妙。

凡醋梨，易水熟煮，則甘美而不損人也。

太史公曰：淮北滎河南濟之間千株梨，其人與千户侯等。好梨多產於北土，南方惟宣城者爲勝。

魏文帝曰：真定郡梨，大如拳，甘若蜜，脆若菱。可以解煩熱。參之《神農經》中，療病之功，亦爲不少。西路產梨處，用刀去皮，切作瓣子，以火焙乾，謂之梨花，嘗充貢獻，實爲佳果。上可貢於歲貢，下可奉於盤珍，張敞稱百果之宗，豈不信乎？

【略】

栗。《爾雅》曰：樸，其實梂。

寇宗奭曰：栗，欲乾收，莫如曝之；欲濕收，莫如潤沙藏之。至夏初，尚如新也。藏乾栗法：取稻灰淋取汁漬栗。日出曬，令栗肉焦燥，不畏蟲。得至後年春夏。藏生栗法：著器中，細沙可煨，以盆覆之。至後年二月，皆生芽，而不蟲者也。

柰。《廣志》曰：檉、掩、蔗、藍、柰也。【略】

西方多柰，家以爲脯，數十百斛，以爲蓄積；如藏棗栗法，謂之頻婆糧。

柰麨：其法：拾爛柰，內甕，盆合，勿令風入。六七日許，當大爛。以酒淹，痛拌之，令如粥狀。下水，更拌，以羅漉去受子。良久澄清，瀉去汁；更下水，復拌如初。看無臭氣乃止。瀉去汁，如作米粉法。汁盡刀剔大如梳掌，於日中曝乾。研作末，便甜酸得所，芳香非常也。

柰油：其法：以柰搗汁，塗繒上，曝燥，取下。色如油。

李時珍曰：今關西人以赤柰取汁，塗器中曝乾，名果單。味甘酸，可以饋遠。又曰：柰有冬月再實者。

陶隱居云：江東有之，而北國最豐，皆作脯。

林檎。一名來禽，一名文林郎果，一名蜜果。此果味甘，能來衆禽于林；故有林禽、來禽之名。唐高宗時，紀王李譚得五色林檎似朱柰，以貢。帝大悅，賜譚爲文林郎。人因呼林檎爲「文林郎果」。又云：其樹從河中浮來，有文林郎拾得種之，因以爲名。《本草圖經》曰：木似柰；實比柰差圓。亦有甘酢二種；甘者，早熟而味脆美；酢者，差晚，須熟爛堪噉。陳士良云：大長者爲柰，圓者爲林檎，夏熟。小者，味澀爲楔；又名楸子，秋熟。林檎樹，二月開粉紅花。六七月熟，又有金、紅、水、蜜、黑五種。李時珍曰：其味酢者，即楸子也。

【略】

林檎麨：林檎赤熟時，劈破，去子、心、蒂。日曬令乾。或磨或擣，下細絹篩；麤者更磨擣，以細盡爲限。以方寸匙投於椀中，即成美漿。不去蒂，則大苦；合子，則不度夏；留心，則大酸。若乾噉者，以林檎麨一升，和二麨二升，味正適調。

冷金丹：林檎百枚，蜂蜜浸十日，取出。別入蜂蜜五斤，細丹砂末二兩，攪拌封泥。一月出之，陰乾。飯後酒時，食一二枚，甚妙。

柿。附椑柹、君遷子。《說文》曰：柿、赤實果也。《廣志》曰：小者如小杏。王逸曰：菀中牛柿。李亢曰：鴻柿若瓜。張衡曰：山柿。《本草》云：黃柿，出近京州郡；紅柿，南北通有之；朱柿，出華山，似紅柿而皮薄，更甘珍。諸柿，食之皆善而益人。《衍義》曰：柿：有着蓋柿，於蒂下，別生一重。有牛心柿，蒸餅柿，皆以形得名。華州有一等朱柿，比諸品最小，深紅色。有一種塌柿。又有椑柹，生江淮南，似柿而青黑。潘岳《閑居賦》云：「梁侯烏椑之柿」是也。《酉陽雜俎》云：柿有七絶：一、壽，二、多陰，三、無鳥巢，四、無蟲，五、霜葉可愛，六、嘉實，七、落葉肥大。其樹高大，四月開花，黃白色，八九月熟。

【略】

藏柿：柿熟時，取之。以灰汁燥再三，令汁絶，著器中，可食。

烘柿：生柿置器中，自然紅熟。澀味盡去，其甘如蜜。

醂柿：水一甕，置柿其中，數日即熟；但性冷。亦有鹽藏者，有毒。

烏柿：火熏乾者。

柿糕：糯米一斗，洗淨；乾柿五十，同搗成粉。如乾，煮棗泥和拌之，蒸食乃佳。

柿餅：大柿，去皮捻扁，日曬夜露。至乾，納甕中。待生白霜，取出。一名白柿，又名柿花。

柿霜：即柿餅所出霜也，乃柿中精液。

玄扈先生曰：今三晉澤沁之間，多柿。細民乾之，以當糧也。中州齊魯

亦然。

安石榴。《博物志》曰：張騫出使西域，得塗林安石國榴種以歸，故名安石榴。一名若榴，一名丹若，一名金罌，一名天漿。有富陽榴，實大如碗。海榴，來自海外，樹僅二尺；栽盆中，結實亦大，直垂至盆。黃榴，色微黃帶白，花大于常榴。結實甚多，最易傳種。河陰榴，中間有三十八子。四季榴，四時開花，秋結實。實方綻旋，復開花。火石榴，其花如火。餅子榴，花大不實。番花榴，花大于餅子，出山東。移他省便不若。《鄴中記》云：石虎苑中，有安石榴，子大如盂碗；其味不酸。《抱朴子》曰：積石山有苦榴。《廬山記》曰：香爐峯頭，有大盤石，可坐數百人。垂生石榴。二月中，作花，色如石榴而小，淡紅敷，紫萼，煒煒可愛。《京口記》曰：龍剛縣，有石榴。《西京雜記》曰：有甘石榴。《西陽雜俎》云：南詔有榴，皮薄如紙。《農桑通訣》曰：出河陰者最佳，其樹不甚高大，枝柯附幹，白地便生。五月開花；有大紅、粉紅、黃、白四色。實有甜、酸、苦三種。果大如盃；皮赤，有黑斑；皮中如蜂窠，有黃膜隔之。

【略】

《農桑通訣》曰：藏榴之法，取其實有稜角者，用熟湯微泡，置之新甕瓶中，久而不損。若圓者，則不可留；留亦壞爛。榴房，比它果最爲多子，北齊高延宗納妃，妃母宋氏薦石榴，蓋取其房中多子之義。北人以榴子作汁，加蜜爲飲漿，以代盃茗，甘酸之味，亦可取焉。

道家書謂榴爲三尸蟲得此果則醉也。

徐光啓《農政全書》卷四五《荒政・備荒政考下》 生服松柏葉法：用茯苓、骨碎補、杏仁、甘草，搗羅爲末，取生葉蘸水衮藥末同食，香美。

食草木葉法：用杜仲、醋鹽炒，去絲。茯苓、甘草、荊芥，等分爲末，糊丸如桐子大。每服數丸，細嚼，即喫草木，可以充飢。止有竹葉惡草不可食。嘗見苦行僧人入山耽靜，必炒鹽入竹筒攜往。云食草葉有毒，惟鹽可解。玄扈先生曰：或云，先食碧芸草，則草木葉皆可食。

食生黃豆法：取槌樹葉同生黃豆嚼之，味不作嘔，可以下咽。每日食豆二三合，可度一日。

徐光啓《農政全書》卷三〇《樹藝・果部下》 荔枝。《上林賦》曰離枝；《蜀都賦》曰荔枝。一名丹荔，一名飣坐真人。其類有三、四十種，以狀元香爲最。然不如長樂勝，肉厚而味甘，爲種中第一；第乾之不能如狀元香風味。《南記》曰：此木以荔枝爲名者，以其結實時，枝弱而蒂牢，不可摘取，以刀斧別去其枝，故以爲名。生嶺南、巴中、泉、福、漳、興化、蜀、渝、涪、二廣州郡，皆有之。其品閩爲最，蜀川次之，嶺南爲下。樹形圓圓如帷蓋；葉如冬青，草如橘，朵如蒲萄，核如枇杷，殼如紅繒，膜如紫綃。肉白如肪。花於二三月，實於五六月。

【略】

曬荔：採下，即用竹筅朗曬。經數日，色變核乾，用火焙之，以核十分乾硬爲度。收藏用竹籠，著葉裹之，可以致遠。成朵曬乾者，名爲荔錦。其肉，生以蜜煮作煎，嚼之如糖霜然，名爲荔煎。北方無此種。自漢南粵以備方物，於是荔枝始通中國。

龍眼。附山龍眼、龍荔，《廣雅》曰：益智，龍眼也。一名驪珠，一名龍目，一名比目，一名圓眼，一名蜜脾，一名燕卵，一名繡水團，一名海珠叢，一名川彈子，一名亞荔枝，一名荔枝奴。龍眼，花與荔枝同開，樹亦如荔枝，但枝葉稍小；殼青黃色，形如彈丸，核如木梡子而不堅，肉白而帶黏，其甘如蜜。熟於八月，白露後，方可採摘。一朵五六十顆，作一穗。荔枝過，即龍眼熟，故謂之荔枝奴。福州、興化、泉州有之，比荔枝特罕。木性畏寒，北方亦無此種。今充歲貢焉。玄扈先生曰：乾龍眼肉勝荔枝，且能補心氣，大益人。鮮食之，大不如荔，真堪作奴。

曬龍眼：採下，用梅鹵浸一宿，取出曬乾，用火焙之，以核乾硬爲度；如荔枝法收藏之。成朵乾者，名龍眼錦。

附：山龍眼出廣中。夏月熟可噉。此亦龍眼之野生者。其身、葉亦似二果，故名曰龍荔。不可生龍荔。出嶺南，狀如小荔枝，而肉味如龍眼。

噉，但可熬食。

橄欖。附餘甘。橄欖，一名青果，一名忠果，一名諫果。生嶺南及閩、廣州郡。性畏寒，江浙難種。

附：餘甘惟泉州有之，乃深山窮谷自生之物，非人家所種。其樹稍高，其子枝形，又如梅實，兩頭銳。始嚼，味酸澀，飲水乃甘。九月採，比之橄欖，酷相似。以蜜藏之亦佳。

櫻桃。附山嬰桃。《爾雅》曰：楔、荊桃。郭璞注曰：「今櫻桃。」《廣雅》曰：楔桃，大者如彈丸子；有長八分者，有白色者，凡三種。孫炎云：大而甘者，謂之崖蜜。櫻桃一名楔，一名荊，一名英桃，一名鸎桃，一名含桃，一名朱櫻，一名牛桃，一名麥英。《西京雜記》列櫻桃、含桃爲二種。蘇頌曰：櫻桃，處處有之，洛中者最勝。其實深紅者，謂之朱櫻，紫色、皮裏有細黃點者，謂之紫櫻，味最珍重。又有正黃明者，謂之蠟櫻，小而紅者，謂之櫻珠，味皆不及極大者。

李時珍曰：三月熟時，須守護；否則鳥食無遺也。其法以二破竹相擊，鳥聞聲自去。或以網張其上，鳥亦不至。熟時以甕置其下，則一樹齊熟。鹽藏蜜煎，皆可久食。或同蜜搗作餡。唐人以酪煎食之。櫻桃經雨，則蟲自內生，人莫之見。用水浸良久，則蟲皆出，乃可食也。試之果然。

附：山嬰桃《本草》「釋名」朱桃、麥櫻、英豆、李桃。孟詵曰：此嬰桃俗名李桃，又名柰桃。前櫻桃名櫻，非桃也。《別録》曰：嬰桃，實大如桃，多毛；四月採，陰乾。陶弘景曰：櫻桃，即今朱櫻，可煮食者。嬰桃，形相似而實乖異。山間時有之。李時珍曰：樹如朱嬰，但葉長尖不團，子小而尖，生青，熟黄赤，亦不光澤，而味惡不堪食。

楊梅。《博物志》云：地瘴處，多生楊梅。一名机子。生江南嶺南山谷間，會稽産者爲天下冠。楊梅種類甚多，大葉者最早熟，味甚佳；次則卞山。本出苕溪，移植光福山中者，尤勝。又次爲青蔕、白蔕，及大小松子。揚州呼白者爲聖僧。樹若荔枝，葉細，青如龍眼。二月開花，結實如楮實子，肉在核上無皮殼。五月熟，生青，熟則有白、紅、紫三色。

《物類相感志》云：桑樹接楊梅，則不酸。樹上生癩，以甘草釘釘之，則去。

鹽藏、蜜漬、糖製、火酒浸，皆佳。

《林邑記》云：邑有楊梅，大如盃盤。

「梅花酣」，甚珍重之。

葡萄。附野葡萄。張騫使大宛，取葡萄實，於離宮別館旁盡種之。一名葡萄，一名賜紫櫻桃。《廣志》曰：有黄白黑三種。水晶葡萄，最色帶白，如着粉；形大而長，味甘。紫葡萄，黑色，有大小二種，酸甜二味。緑葡萄，出蜀中，熟時色緑。至若西番之緑葡萄。名兔睛，味勝糖蜜，無核，則異品也。瑣瑣葡萄，出西番，實小如胡椒。小兒常食，可免生痘。又云痘不快，食之即出。（今中國亦有種者：一架中間生一二穗。）雲南者，大如棗，味尤長。波斯國所出，大如鷄卵，可生食，可釀酒。最難乾，不乾，不可收。《齊民要術》曰：蔓延性緣不能自舉，作架以承之。葉密陰厚，可以避熱。

【略】

《齊民要術》曰：摘葡萄法：逐熟者，一一零叠（一作摘取）。從本至末，悉皆無遺。世人全房折殺者。

作乾葡萄法：極熟者，一一零壓摘取。刀子切去蔕，勿令汁出。蜜兩分和，内葡萄中。煮四五沸，漉出陰乾便成矣。滋味倍勝，又夏月不敗。

藏葡萄法：極熟時，全房折取。於屋下作陰坑，坑内近地鑿壁爲孔，插枝於孔中，還築孔使堅。屋子置土覆之，經冬不異也。

玄扈先生曰：葡萄作酒，極有利益，然非西種不可。亦可作醋作糖。今山西亦作酒，然不真也。

附：野葡萄一名蘡薁，一名山葡萄，蔓生苗葉，花實與葡萄相似；但實小而圓，色不甚紫，堪爲酒。

銀杏。一名白果，一名鴨脚子。銀杏，以白得名；鴨脚取其葉之似。其木多歷歲年，其大或至連抱，可作棟樑。多生江南，以宣城者爲勝。二月開花成簇，青白色；二更開花，隨即卸落，人罕見之。一枝結子百十，狀如棟子；經霜乃熟。爛去肉，取核爲果。

【略】

其子，至秋而熟。初收時，小兒不宜食，食則昏霍。惟炮煮作糗食爲美。以漬油，甚良。顆如緑李，積而腐之，惟取其核，即銀杏也。

橘。附柑、柚、佛手柑、金橘、金豆。《禹貢》曰：厥包：橘、柚，錫貢。注云：大曰柚，小曰橘。然自是兩種。橘有數種：有緑橘，有紅橘，有蜜橘，有金橘，而洞庭橘爲勝，今充土貢。又有黄橘：扁小，多香霧，爲上品。芳塲橘：狀大而扁，外緑心紅，巨瓣多液。春熟，甚美。包橘：外薄内盈，隔皮可數。綿橘：微小，極軟美可愛。不多結。凍橘：八月花開，冬結，春采。穿心橘：實大皮光，心虚可穿。又有沙橘、早黄橘、朱橘、荔枝橘、乳橘。油橘，橘之下品。生南山、川谷，及江浙荆襄皆有之。木高可丈許，刺出於莖間。夏初，生白花。至冬實黄。踰淮則化爲枳。閩中柑橘，以漳州爲最；福州次之。樹多接成，惟種成者氣味尤勝。

【略】

《述異記》曰：越多橘、柚園。越人歲出橘稅。

收藏：十月後，將金橘安錫器内，或芝蘇雜之，經久不壞。藏菜豆中尤妙。近米即爛。

又法：鋪乾松毛，藏於不近酒處，多不壞。

《農桑通訣》曰：惟皮與核堪入藥用，皮之陳者最良。又宜作食料。其肉，味甘酸，食之多痰，不益人。以蜜煎之，爲煎則佳。

《食貨志》云：「蜀漢江陵千樹橘，其人與千户侯等。」

夫橘，南方之珍果，味則可口，皮核愈疾，近升盤俎，遠備方物。而種植之，獲利又倍焉。其利世益人，故非可與他果同日語也。

佛手柑。木似朱欒，而葉尖長，枝間有刺。植之近水乃生。其實如人手，有指，有長尺餘者。皮皺而光澤，味不甚佳，而清香襲人。置衣笥中，雖形乾而香不歇。可糖煎、蜜煎、作果，甚佳。搗蒜罨其蔕，香更充溢。浸汁洗葛紵，絶勝酸漿。

金橘。一名金柑，一名夏橘。吴越江浙川廣間出，營道者爲冠。五月開白花。秋冬黄熟。大者徑寸，小者如指頭。糖造蜜煎皆佳，廣人連枝藏之，入膾醋尤香美。

《便民圖纂》曰：金橘：三月，將枳棘接之；至八月移栽肥地。灌以糞水爲佳。

金豆。一名山金柑，一名山金橘。木高尺許，實如櫻桃，生青熟黄，形圓而光溜。皮甜可食，味清而香美，可蜜漬。

橙。《埤雅》曰：「橙，柚屬，可登而成」，故字从登。一名榛，一名金毬，一名鵠殼。葉有

兩刻缺者是也。似橘樹而有刺，葉大而形圓；皮甚香，厚而皺。其瓤味酸。唐鄧間多有之，江南尤盛。北地亦無此種，過淮則化爲枳。

種植：與橘同。

其皮香氣馥郁，可以熏衣，可以茸鮮。可以和菹醢，可以爲醬薤，可以蜜煎，可以糖製爲橙丁，可以蜜製爲橙膏。嗅之則香，食之則美，誠佳果也。

其瓤洗去酸汁，細切，和蜜鹽煎成，食之亦佳。

木瓜。《爾雅》曰：「楙、木瓜。」郭璞注曰：「實如小瓜，酢，可食。」一名鐵脚梨。山陰蘭亭尤多，西京亦有之，而宣城者爲佳。李時珍曰：其葉光而厚；其實，如小瓜而有鼻。津潤，味不木者，爲木瓜；圓小於木瓜，味木而酢澁者，爲木桃；似木瓜而無鼻，大於木桃，味濇者，爲木李，亦曰木梨；即楔楂及和圓子也。鼻乃花脫處，非臍蒂也。

《廣志》曰：木瓜，子可藏，枝可爲數號，一尺百二十節。

《詩義疏》曰：欲啖者，截著熱灰中，令萎蔫。淨洗，以苦酒頭汁蜜之，可案酒食。蜜封藏百日，乃食之，甚美。凡腰腎脚膝者，服食不宜闕，以蜜漬食，亦堪益人。蜜漬之法：先切皮，煮令熟，着水中，拔去酸味，却以蜜熬成煎，藏之。又宜去子爛蒸，擂作泥，入蜜與薑作煎，飲用。冬月尤美。夫木瓜，得木之正，故入筋。試以鈆霜塗之，則失醋味，受金之制也。五行相尅之義，於此蓋亦可驗。此果既能愈疾，又宜飲啖，兼用有益，誠可貴焉。陶弘景曰：「木瓜最療轉筋，如轉筋時，但呼其名，及書土作木瓜字，皆愈。此理亦不可解。俗人注木瓜杖，云利筋脈也。」

【略】

榹子。《爾雅》云：「似梨而酢澀。」《埤雅》曰「木桃」。陶隱居《本草注》云：木瓜利筋脛。又有榠樝，大而黃，可進酒去痰。樝子澀，斷痢。《禮記》曰：「樝梨曰攢之。」鄭公不識樝，乃云是「梨之不臧者」雷公《炮炙論》「和圓子」即此也。李時珍曰：「樝子乃木瓜之酢澀者。小於木瓜，色微黃，帶核皆粗；核中之子小圓也。」

《淮南子》曰：「樹相梨橘，食之則美，嗅之則香。」《莊子》曰：「樝、梨、橘、柚，皆可於口」者，蓋古人以樝列於名果，今人罕食之耳。西川唐鄧多種此，亦足濟用。然樝味比之梨與木瓜，雖爲稍劣，而以之入蜜，作湯煎，則香美過之，亦可珍也。

【略】

山樝。《爾雅》曰：枇子櫰梅。又名赤瓜子，鼠樝，猴樝，茅樝，羊棘，棠棘子，山裏果。此物生於田原茅林中，猴鼠喜食之，故有諸名也。

九月熟。取去皮核，搗和糖蜜，作爲樝糕，以充果物。亦可入藥，令人少睡，有力，悅志。

李日華《時物典彙》卷下《木部・雜果》　蘆服，女工競雕鏤花鳥，漬以蜂蜜，巧妙無比。

陳繼儒《文奇豹斑》卷一〇《人事》　金橘着緑豆中，經時不變，橘熱豆涼也。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷一《養生部一・茶制》

茶果

栗肉。炒熟者，風戾者，皆去皮殼。胡桃仁。鉗去殼，湯退去皮。榛仁。擊去殼，湯退去皮。松仁。擊去殼，湯退去皮。西瓜子仁。槌去殼，微焙。楊梅核仁。槌去核。蓮心。去殼微焙。蓮蒻。鮮者，剖去皮殼。乾者，水浸去皮，意或煮熟。蒻音的，意音億。烏欖核仁。湯退去皮。人面核仁。椰子。剖用肉切。橄欖。《太平廣記》曰：南威銀石器，擣取汁。銀杏。燒熟去皮殼。梧桐子仁。剪去殼。芡實。煮熟，鉗剝其肉。菱實。鮮者去皮殼，風戾者，煮熟去皮殼。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二《養生部二・蜜煎制》

楊梅

擇肥甘者，鹽少許，醃一宿，復以水洗。晴天日微曬，水盡，澆蜜暴之，有水瀉去，復加蜜，暴至甜透入甕，又用蜜漬，蜜須先煉熟者。後多倣此。

橙子　佛手柑

新摘帶青黃橙子，以利刀削去外麤薄皮，周界爲稜。每斤鹽一兩，同水漬一宿，味酸再漬，去核及水，置日中曬，稍乾，入銀錫器砂鑼中，注蜜，隔湯煮。停冷，有水瀉去，復加蜜煮，日暴甜透徹，入甕以蜜漬。削下皮留爲餹纏。有以橙去酸水及核，白酒中煮至無酸，眼乾，以蜜煮甜，蜜漬之。佛手柑無囊，不用水漬。同制。凡煮皆宜隔湯，凡有鹽者，皆宜留久，用則漸以蜜煮。後多倣此。

金橘　牛乳柑　金豆閩粵有柑皮煎。

金橘新摘不傷損者，每斤鹽一兩，水漬之。用時，以刀界稜，復漬，蜜煮。餘如橙制。牛乳柑、金豆同。

梅子

小滿時，摘青梅未甚酢者，調矾硝湯，待冷，漬之，欲原青加銅青同漬，視梅性柔翠。周界以稜，剔去其核，水洗潔，瞩至水竭，置蜜中煮甜。又日暴透，以蜜漬，或以醋漬，止宜一晝夜。凡梅十斤，用銅青三錢。

李子南粵蜜煎，李多渣。

摘青脆者，以朴硝冷湯漬，無酸澁，微焯之界小稜去核，水洗瞩乾，蜜煮甜，

又曰暴透，蜜漬。

林檎　頻婆

林檎摘帶青者，利刀劖去外皮，周界爲稜，鹽水漬，柔水洗曝乾，蜜中煮甜。又曰暴透，以蜜漬。頻婆同作，四分之。

棗子

摘鮮帶堅實肉厚者。同林檎制。

枇杷

摘黃者，每斤鹽一兩，礬六錢，同水漬之。用時，易水洗，去皮核，蜜煮甜，日暴透，以蜜漬。

櫻桃蘇東坡《老饕賦》云：爛櫻珠之煎蜜。

摘半熟者，鹽水漬一宿。每斤計鹽一兩，水洗晾乾，剔去核，易以饗餘小顆，蜜煮，日暴透徹，漬之。

木瓜　羊桃

木瓜摘稚嫩者，銅刀劖去皮，方切片，或刻菊艾葉狀。以石灰泡湯，俟冷取絶清者，漬去酸澀味，作沸湯微煿，曝乾，蜜煮甜，日暴透，又蜜漬之。羊桃同制。

橄欖　梧桐子

用罈瓷器中揉擦去皮，銅刀界之爲稜，同淅米水入瓷器煮，味不苦澀，核脱眼乾，蜜中煮甜透，日暴，以蜜漬。梧桐子煎去殼，惟以蜜煮透，漬。

藕

劖去皮，方切片，少鹽醃頃之。作沸湯微煿，眼乾，以蜜煮甜，日暴透，又蜜漬。

竹筍誠齋詩曰：稚子玉膚新脱錦。

竹筍去擪尖，杪切條段，同藕制。蘆筍去苞，同。

茭白

去苞取尖杪。同藕制。

蒲蒻又曰蒲白。

去外苞，寸切條段。同藕制。

薑秦太虛詩云：先社薑芽勝肥肉。

薑稗芽方切片，或刻菊、艾葉狀，或細絲，鹽醃一宿，水洗，作沸湯少煿，眼乾，以蜜煮。又曰暴透徹，蜜漬之。地薑去根鬚，段切。同。

桑黮音甚

取紫熟者去蒂。同薑制。《本艸》云：桑黮和蜜食之，令人聰明、安魂鎮神。

茄

摘甚稚小者，界其蒂爲四道，去中骨，釋米水漬柔。界其身爲細稜，去子肉，作沸湯煿，眼乾。以蒂倒結束之，蜜煮，日暴透，又以蜜漬。

冬瓜

劖去外皮及瓤，方切堅肉爲片。石灰煎湯，取清冷者，漬一宿。作沸湯微煿，曝乾。蜜煮，暴，復漬之。

蕸荷

同冬瓜制。

天茄

稗嫩者，刳去子。同冬瓜制。

刀豆

稗嫩者，橫切爲片。同冬瓜制。

豇豆

稗嫩者，寸切條。同冬瓜制。

地黃

取生嫩者，每一斤用霜梅二斤，甘草四兩，同水煮，去藥氣，以蜜煮甜透，日暴，又蜜漬之。

商陸《本草》云樟柳根。

取根，方切片。同冬瓜制。

木通

嫩者去皮。同冬瓜制。

天門冬

冬月取之，水煮，去皮心，眼乾，蜜煮甜，透色明。日暴，復以蜜漬。

天麻《本草》云苗名赤箭。

取稗嫩色白者，水漬去皮，方切片，曝乾。蜜煮甜，日暴透，又蜜漬之。《圖經》曰：山人取生者蜜煎作果食之，甚珍。

菖蒲

採嫩根無絲筋者，劖去皮，切絶細縷。以造霜梅水漬透，洗眼。以蜜煮甜，

更日暴，又以蜜漬。

蜜裹酥二制

用梅酥同白砂餹擣，味酸甜適宜。擣新紫蘇葉湯泡，柔入梅酥，爲小摺包，取細篾貫之。蜜中煮，日暴透，復蜜漬。有用楊梅乾肉，再加川椒少許。

蜜霜梅

用霜梅肉厚者，同甘艸煮，味無酸，擊去仁，矚乾，蜜煮甜透，日暴，又漬之。取漬桂花，色常鮮明。

凡蜜煎日暴勝煮乾，則常漬以蜜，頻抹甕口，不令其生白醭。頻見日暴，不令其有餐徒敢切餐。子敢切欲乾收者，煮之，日暴之，亦常潤蜜，不宜枯竭之甚也。後凡物宜蜜煎者，多倣此。餐餐，無味也。

閩廣中所産者

荔枝、龍眼、餘甘子、人面果、烏欖、椰子、波羅蜜、草果、豆蔻皮、縮砂仁、薑藤葉、檳榔南粵以蒟醬爲扶留藤，取葉合檳榔食之，辛而香也，即蓽藤。蒟音矩。之類，常潤蜜，遇晏温即暴之。日出清霽爲晏温。

花香宜爲膏者

桂花、蘭花、玫瑰花、薔薇花蘤、茉莉花、木香花之類，用花瓣心擣糜爛，壓去水，蜜和之，日暴之，加白砂餹復擣之，收入瓷器，常以日暴。

花無毒宜煎者

木筆花、玉蘭花、梔子花、棣棠花、萱花、葵花、鶯花、荷花、絲瓜花之類，如味苦澀，皆作沸湯，先焯，眼乾。復内造霜梅水中醃之，洗潔眼乾，蜜煮，日暴甜透，又以蜜漬。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二《養生部・餹劑制》 右以餹蜜共燒之者，今各有制。

衣梅

用赤砂餹一斤爲率，釜中再熬，乘熱和新薄荷葉絲八兩，鮮薑絲四兩，日中曝乾，置白中擣和，丸之。有脱楊梅肉雜於内，今加白豆蔻一兩，白檀香二兩，末片腦一錢，坋白砂餹爲珍。餹再熬後，倣此。

天鮮楊梅二制　乾楊梅

一鮮紫肥楊梅，加赤砂餹、鮮紫蘇葉、鮮薄荷葉和，一二日去水，又入餹，日中暴，甜透。一用紫蘇、薄荷各四兩，楊梅一斤，餹一斤，貯甕内罨之。記取五方日色移，暴，乾楊梅，甘草湯煮淡，以餹漬。

餹椒梅

黄梅大者鹽醃一日，槌核去仁，内瓷甕中。凡梅一層，生花椒、生薑絲一層，疊八分滿，以赤砂餹漬没之，以新椒葉覆掩之，竹箬器甕口，蒸一時，取日暴十日用。

餹紫蘇梅

用青梅鹽醃柔，剖分四片，洗潔眼乾，細切鮮紫蘇葉，同和赤砂餹中漬之，日中暴，甜透。

餹薄荷梅

小滿時，煎矾硝湯，俟冷，投青梅漬，味無酸。界爲周稜，洗眼乾，取薄荷葉同赤砂餹漬之。有水瀉去，又易以餹，甜透爲度。

餹滷梅

每青梅十斤，鹽十兩，赤砂餹五斤，和入甕中，油紙幂口，日曬梅，甜柔爲度，酢復加餹。

餹李

用熟者微焯之，俟冷，乾漬赤砂餹中，甜透用。

餹橙　金橘　牛乳柑　乾小橘方言橘藥同蜜煎制。和赤砂餹煮甜。乾小橘，湯洗淡，餹漬。

餹木瓜

同蜜煎制。用赤砂餹。

餹竹筍

同蜜煎制。用赤砂餹。

餹天茄

同蜜煎制。用赤砂餹。

餹冬瓜

同蜜煎制。用赤砂餹。

餹薤荷

同蜜煎制。用赤砂餹。

餹薑

同蜜煎制。用赤砂餹。

餹豇豆

同蜜煎制。用赤砂餹。

餹萊菔　茄

用白菜萊菔大切片，鹽微醃，水洗，日曬乾，同赤砂餹漬，日暴，甜透。茄用淅米水漬，沸湯微焯，俟冷，以赤砂餹漬，暴之。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・菜果制》 霜梅，取半青熟梅子，煎過鹹鹽湯，冷浸梅柔，漉起日曬，夜入原滷。經五六次，復曬乾收，滷煎過澄清，爲浸蔬蔽所須。

楊梅。鹽醃曬乾。小橘。鹽醃蒸曬。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・菜果制》

煮二十八制

紅棗子水煮。蓮蒻水煮。

雞頭鮮者，和石灰加礬石擦洗，入鍋煮熟，取起，以冷水少釋之，再入鍋炒乾，入罐。熱用乾者，用錐挑破其眼，水浸一宿煮。慈菰，宜鐵鍋水煮，用鹽。

地栗，宜鐵鍋水煮，輪去皮。菱老者，風戾者，水煮。

藕實、白糯米、赤豆，於竈水煮，用宜蜜。

瑤枝，洗甚潔，用水煮，調化膠，加退皮胡桃仁，或赤砂餹和，內盛盆器，冷定切用，又名石花菜。

大豆鮮者，煮大熟，去殼，宜五辛醋。乾者，淅之，入鍋鋪平，中爲一窩，置鹽在內，用水遶鍋瀉下，平豆爲度。煬火水乾豆熟，其鹽自散入四向，豆上並不粘。鍋欲不見鹽末，乾時常抄動之，如欲色紅，加蘇木白礬少許。杏仁去皮尖，煮去苦味，入鹽煮燥。

【略】

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・菜果制》

糝六制

果糝，先熬油入退皮胡桃仁、榛仁、熟蓮蒻、熟栗肉、熟菱肉，去皮地栗、藕大切之，少水烹，加醬油、胡椒、花椒，以麪或米粉爲糝。後倣此。佳蔬糝熟山藥、熟香芋、熟旱芋、熟落花生，皆去皮。熟慈菰去衣頂，菜豆粉皮，皆塊切。佳菽糝麻菰菌、竹筍、菱白、蒟蒻、胡蘿蔔、絲瓜，皆條切。大豌豆新稗者，剥取肉，先煮熟。豆腐切塊。

蒸十一制

桃，輪去皮，同蜜入器甑蒸。下倣此。赤棃輪去皮，宜赤砂餹。芋魁水生者去皮，片切，鍋中入水半杓，以盤椀覆之，上鋪以芋，蒸易爛。早生者，以頂抵鍋，入小水蒸，不復動。熟復火煨乾水生者亦宜。全蒸宜白砂餹、鹽。山藥宜鹽。香芋宜鹽。落花生宜鹽。葛宜鹽。黄獨宜鹽。以上皆用退皮。蕈用灰浥半日，洗去滑，和以鹽、赤砂餹、醋蒸過熟。荇鬚米去苦心，曬燥蒸過熟，或入麪同水火煨。黄精《本草圖經》云：九蒸九暴，作果甚甘美。

熏八制

熏橘，熟橘湯中芼過，焚舊穀糠煙熏，和柔，漸按扁，復熏乾。

熏棗，生棗甑中蒸過，同熏橘。

熏柿，生柿去皮切片，同熏橘。

熏桃，生桃以柔鐵圌之擊匾，湯中芼過，同熏橘。

熏梅，今曰烏梅、大青梅，作沸湯芼過，以稻稈一層，梅一層，焚舊穀糠煙熏黑熟。

熏楊梅，采楊梅完全純紫肥甘者，取小麥穩焚煙，熏十餘日，入罐。又取罐身半瘞火中，再蒸熟透。

熏豆腐，乘熱點入箱，壓一日，以刀界開，焚舊穀糠煙熏，煎鹽湯寒，取鵝翎漸浥掃之，熏絶乾燥，懸當風處。

熏竹筍，去籜，鹽湯芼熟，焚舊穀糠煙熏之。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・菜果制》

炒七制

栗子，一先炒鍋熟少滑，以油投栗燒常抄之，加鹽少許，甚酥香。一擇二栗平底者，以一用香油塗，一用水塗，爲一合置鍋底，以衆栗旋覆二栗之上，蓋鍋密封燒一飯頃，則顆顆有油不粘殼而更酥爛。銀杏同栗。榧子，一白酒浸透，煉火焙乾，去殼。一豆腐熟泔浸半日，炒乾肉上皮脱盡。糯米，一糙者淘净湯澆，新布苴，瘗舊穀糠中，一日，慢火鍋中炒熟。一用糯穀鍋中炒，自爆出花。大黄豆用糟水浸，同乾沙炒。芝麻浸，擣去皮炒。小豌豆，以河水中加灰同浸柔，釋潔炒熟。

脯二制

芭蕉根粘糯者，截厚大片，灰汁芼令熟，又易清水芼，無灰氣壓乾，以花椒、胡椒、蒔蘿、地椒、縮砂仁、薑、熟油醬研，浥一兩宿，出焙槌軟用。

牛蒡子即惡實，又名鼠黏子，十月已後取根硬者先搥軟，同芭蕉根料物制。

桂花餅三制

一，摘桂花采去蒂，磨至二三次通細，沸去苦水，範脱小餅布紙中，又以紙覆密，置煉火上一時，炙燥之。常親煙突間收貯。一，取餅復磨爲坋，同白砂餡、梅酥擣，範小餅。一，用鮮花三升，碓磨絶細，去苦水，孩兒茶五錢，訶子去核四錢，甘草五分，俱磨細坋擣匀，以銀範或象牙範爲小餅，曬乾，再火炙。範中常滑以蘇合香油，或松仁油，則光潤，花形見也。瓷罐收，當食開胃，散積滯。用花入囊，置水中煩揉，去苦，制餅佳。

橙餻本出處州。

用黄橙皮去筋衣，作沸湯煿之，眼乾，磨絶細，絹囊盛括入水中，洗出坋定濃，曬乾，每十斤熟蜜四斤，揉和，置瓷盤内，曬露至於堅柔停，勻裁爲餻片，剪竹箸藉收。酒飯後食，散腸胃惡氣，消食醒酒，有委頓，亦能發汗。

查餻本出汀州。

用查梨去皮核，大切片蒸過熟，磨糜爛，濾潔曬之，和赤砂餡復曬，堅柔適宜，或範爲餅，或裁爲片煎，竹箸藉之收。食後甚益脾胃，消化宿積。

紫蘇餻

紫蘇葉曬乾一斤。薄荷葉曬乾八兩。杏仁煮去皮尖苦味，炒四兩。白豆蔻仁四兩。縮砂仁四兩。乾薑四兩。烏梅肉焙乾四兩。俱爲末，每斤計熟蜜六兩，和勻，裁爲片用。食之下氣開胃。

蘇梅膏餅

用鮮紫蘇葉鹽醃二三宿，以梅酥調白砂餡染之，再曬再染，乾細研膏，入模爲餅。食之能下氣、生津液。梅酥用前一制者。

甘露膏餅

用烏梅蒸取肉一兩，白砂餡四兩，薄荷葉爲粉四錢，三味擣爲膏，模爲小餅。噙化生津止渴。

法製陳皮

陳皮去白一斤，青鹽四兩，甘草四兩剉碎，用水同入鍋，高三味三寸許，煎水竭爲度。惟取陳皮碎剉，曬乾，治風熱痰，能醒酒。

法製半夏

半夏一斤，礬硝四兩，用水浸一月餘，乾祇加水，試其味至不麻爲度，別取水湛潔，復以清水浸一二日，漉起曬微乾，剉薄片，加生甘草四兩，薄荷葉四兩，俱剉碎，和勻，曬燥收。治風濕痰，止惡心。

法製縮砂仁

縮砂仁去皮十兩，以礬硝水浸一宿，水洗眼乾，少入麻油，炒香燥。官桂花一錢。甘草炙一錢。俱爲末，遇酒，食後細嚼之，消化水穀，温煖脾胃。

法製草豆蔻

草豆蔻仁三兩。生薑五兩，切片，同草豆蔻仁炒過，又以水二升慢火同煮，水竭爲度，取出俱焙乾。白豆蔻仁五錢。益智仁五錢。莪术煨五錢。粉甘草炙一兩五錢。鹽炒一兩五錢。右爲末。每用細嚼，去胃寒，消宿食。

法製檳榔

檳榔鷄心者一兩，切作細塊。縮砂仁一兩。白豆蔻仁一兩。丁香切作細條，一兩。粉甘草切細塊一兩。橘皮去白，切作細條，八兩。鹽二兩。右件用河水兩椀，浸一宿，次日用慢火於銀石器中煮乾，焙乾，入瓷瓶收。每用細嚼，治酒食過度，胸膈膨滿，口吐清水，一切積聚。今南粤有瘴氣，以檳榔雜扶留藤、瓦屋子灰，食之。

法製杏仁

五月，采取杏仁二斗，去雙仁，去尖，湯退皮，早朝蒸至午時，更慢火微烘之，至七日止。每日空心隨意服食，駐顔延壽。

法製生薑

生薑十兩，切作片子，用青鹽摻過，再以小麥麪和停，焙乾。官桂去皮。青皮去白。陳皮半夏薑製。白术，以上各一兩。蓽澄茄，丁香，木香，以上各二兩五錢。白豆蔻仁，白茯苓，去皮。縮紗仁，以上各一兩五錢。葛根，甘草，炙各五錢。右爲末，隨意服食，治飲食過多，或生冷停滯，嘔逆惡心，不欲飲食。

法製餳毬子

鮮餳毬子從頂中去核一斤，鹽二兩，醃三宿，壓乾。草果仁一兩。縮砂仁一兩。檳榔三錢。訶梨勒調麪苴之煨，去核，三錢。甘草炙三錢。乾薑炮五錢。丁皮五錢。陳皮四錢。青皮四錢。大麥芽炒去糠一兩。赤砂餳再煮不拘。右取草果仁以下十味，碾爲絶細末，用餳和，餳毬子腹中實滿多，則摻於其上，疊瓷器内，或通擣糜爛爲餅。凡酒飯後嚼之，大能消食，不損脾胃。

丁香餅子

半夏湯炮七次，二兩。白茯苓去皮一兩。丁香五錢。白朮炒一兩。白薑炮一兩。甘草炙一兩。白扁豆薑汁浸蒸熟焙，一兩。橘紅去白二兩。右爲細末，生薑汁煮薄麪糊，爲餅如棊子大。酒飯後嚼一餅，生薑湯下，温胃去痰，解酒進食，寬中和氣。

丁沈煎丸

白豆蔻五分，縮砂仁，草澄茄，木香，白檀香，薄荷葉，甘松，陳皮，官桂花各五錢。丁香，沈香各五分。白茯苓去皮二兩。百藥煎一兩。片腦二分。蓬砂三分。俱爲細末，甘草膏和勻，爲丸如菉豆大。酒飯後白湯送上十丸，消酒化食。

薑附丸

香附子炒去毛，一片用河水浸，秋冬二日，春夏一日一夜，漉出，新水洗，入銀石器中，加水浸香附子上寸餘。次取大蒜三十個，去皮擣，鋪香附子上，慢火熬之，候蒜如糊，即用銀匙不住手攪二三百轉，以蒜不見汁乾爲度，候冷。每香附子一個，切作四五段，慢火焙乾。神麴炒黄六兩。乾薑炮四兩。陳皮用鹽水浸，焙乾，二兩。有寒加附子，炮去皮臍，二兩。桂一兩。俱待冷，爲細末用。蒸餅湯浸一宿，取布苴，捩去水，和藥丸如梧桐子大。每服五十丸，不拘時，白湯送下，治脾胃虚弱，壯人服之，一生無疾，又能引年。

麴蘗枳朮丸

神麴炒。麥芽炒去穎。枳實同麩炒，去麩，各一兩。白朮二兩。俱爲細末，荷葉苴飯燒，擣爲丸如梧桐子大。强食過飽，温水下五十丸。

八仙散 鐵翁張居士采藥，華山遇八道人，各賜一藥與之，故其名曰八仙散。

乾葛紋細嫩有粉。白豆蔻仁去皮殼。縮砂仁實者。丁香大者，已上各半兩。甘草粉者一分。百藥煎一分。木瓜鹽窖加倍用。燒鹽一兩。右件八味，共細剉，人不能飲酒者，只抄一錢細嚼，温温酒下，能飲酒不醉，亦治酒病。《壽親養老書》云醉鄉寶屑，無如此方之妙。

醍醐湯

烏梅一斤槌碎，甜水四大椀，煎至一椀濾滓。白砂蜜五斤。縮砂仁爲末五錢。入銀石器中，慢火熬成赤色膏爲度，取下放冷，加白檀香爲末三錢。麝香一字。攪勻，於瓷石器内盛，頓封口一宿。夏月冷水調，冬月沸湯調服。歌曰：烏梅化痰止煩渴，蜜生津液潤心肺。白檀大能消暑毒，麝香通竅辟邪氣。

寇相入朝湯

沉香，木香，人參，肉豆蔻調麪苴煨。大茴香，草豆蔻仁調麪苴煨。草澄茄、甘草各等分。俱爲細末，以沸湯入鹽少許，空心點服二三錢，衝冒霧氣，春冬不可無。

厚朴湯 宋朝士俟朝於文德殿，守堂卒每以厚朴湯進

厚朴去麤皮劉片，用生薑汁三染三焙之，一斤。桂心三兩。右和一處，心下痞悶，不下飲食，沸湯泡服。

艸果湯

草果仁劉微焙一斤。官桂去麤皮劉微焙，四兩五錢。甘艸粉者炙劉，二兩。右和一處，肉食過多，心中嫌惡，每用二錢加炒鹽少許，沸湯泡服，亦治食瘧。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・雜造制》

水木犀

半含桂花，摘采甚潔，入絹囊置清水中，煩揉去苦，重壓令乾，疊入瓷罐，竹箬覆掩之。遂以長篾重重側圍箬上，篾心留通一穴，瀉清水滿漬，須每日易水，永不萬爛。炙燥能久藏。

柹餅俗作柿非柹，芳味切。削木片也。

柹霜後半熟者摘之，輸去外皮，日中曬柔，漸以手按抑爲餅，再曬，起霜收。

南棗《一統志》曰實棗。

南地鮮甜肥棗，湯中微煮，入稻稈藉筐笥中覆蓋一宿，曬乾，復蒸之紅。而肉厚小甜棗，藉桑葉蒸熟，曬乾，紋細而紅。

北棗，牙棗，紅棗，圈棗

北地鮮棗在鍋煮熟，急入冷水中，漉起曬乾，火炕焙者曰北棗。煑熟，手捻退皮，曬乾者曰牙棗。生而曬乾者曰紅棗。生而輪去皮，鍋中藉以厚布，慢火炙乾者曰圈棗。

蒲萄乾凡果乾者曰葅。《禮》曰其實乾葅。

取熟甘者，甑蒸柔，日中曬乾，復火中焙之。

梨乾

赤梨片切，窖稍乾，甑蒸，再曬之。

桃乾

生桃切去核，湯中芼，漉小鹽，曬乾用，加赤砂餹。

李乾

大鮮李湯中芼之，日曬乾。

巴思把餅兒

采花紅周正而生堅者，皴去皮，周遭界稜如橘囊狀，連曬二日，用手輕輕挼匾，再曬半日，蒸熟復曬乾，其形製氣味與本土出產者無異。

蜜瓤瓜

生甜瓜去皮瓤，華之四分，先以熟水洗過，沸乾，用蜜湯煎去其水，又入熟水內漉出，拭乾，再以蜜慢火煎，令甜透，如琥珀色取出，仍以熟水浴之，取起拭乾，即以布藉壓令堅實，日曬或火焙，新瓷器收，與真蕉黃無異也。

梅酥二制。《內則》曰水醷。醷音億。

一用熟梅蒸爛，布絹中沸去皮核，調炒鹽，鮮紫蘇葉絲，日中曬乾。每梅漿百斤，鹽十五斤。一取霜梅連仁核，鮮紫蘇葉絲再熬，赤砂餹同擣糜爛，日中曬乾。

果單

先以漆光平之器，少以蜜潤使滑，用桃李杏等果甘熟者蒸柔，取絹濾其漿，洗於蜜上，置烈日中，常搖振曬，使勻薄。俟乾，揭用。林檎、柰子、椒子等果，則生取漿，熬稠澆曬。

細酸

切青梅細絲、茭白細絲，同紫蘇新葉浸，造霜梅水中，色味俱美，曬絶乾，加青橘皮絲，以蜜潤用。

風栗《食療云如腎氣虛弱，每日空心細嚼之。

霜後摘之，投水中試去浮者，以潔布抹乾，日曬醒，用越布囊括於中而風戾，常搖動，則令均透。

風菱　菱粉

採取鮮者曬乾，懸筐中風戾。　煮去殼，擣曬羅粉。

風藕　藕粉

嫩藕頭懸筧中，風戾。老藕擣汁加水，帛澄粉曬。

風地栗

取絶甘嫩多漿者，帶土懸筐中而風戾之。

細餳

用赤砂餳加廣餳入鍋熬熱，冷定，以炒熱麪溲，熟芝麻或薄荷葉、縮砂仁末少許，加餳香揉塊，隨意片切，或紐索，或範爲花形，取火焙乾。

雜果餡

炒熟栗去殼，斤半柿餅去蒂核，煮熟紅棗，胡桃仁去皮核，各一斤，蓮蕊末半斤，一處舂碓糜爛，揉勻，刀裁片子，日中曬乾。有加荔枝、龍眼肉，各四兩。

五美薑　薑粉

鮮嫩薑采，抹去皮，每塊裁分四處，每斤用白梅半斤，槌碎去仁，同炒鹽一兩和，曬三日，入甘艸末五錢，甘松末三錢，白檀末二錢，曬一日，收入瓷器中。生薑爛擣，濾汁曬粉。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・雜造制》

芋齊粉

老芋齊擣取汁，湯鑼湯之成粉皮。同藕，成乾粉。

菱腐　藕腐

鮮菱老者擣濾取汁，加真菉豆粉、蜜、白沙餳，熬成腐。藕同。

蒸果蔬。荀家曰閩子。

同棗、栗、菱肉，胡桃、榛松仁皆退皮，俱碎切。以菉豆粉調糰，雜糯米粉，和蜜、赤砂餳、縮砂仁、川椒，揉和，甑中蒸，粉熟爲度，切條段油煎，或和豬肉醞，或入於羹湍之。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・雜造制》　果品等物宜生，宜乾，宜制用未盡者。

荔枝鮮乾去殼。　龍眼鮮乾去殼。　梅子青宜餳，黃宜去皮餳蜜。　杏子、杏梅、桃子《遵》曰膽之。《日抄》云去其毛也。《家語》曰哀公以黍雪桃。孔子對曰：不聞以貴雪賤也。王桃、櫻桃、李子乾或再蒸。　柰子、林檎、頻婆出南粵者，挾可煮。　枇杷去皮宜蜜。　楊梅用鹽。　梨子輪去皮。　沙橘皮囊皆美。　徼橘、早黃橘、蜜橘、小橘、穿橘、糖南橘、匾橘青勝於黃。　綠橘以上皆去皮。　金橘用皮，有皮肉皆甘者。　蜜柑皮甘於肉。　香柑、乾柑、蜜曇柑、脫花甜柑生熟皆美。以上皆去皮。　牛乳柑用皮。　皮斯柑去皮。　青柑熟酸去皮。　酒柑切宜酒。　柚食皮。　石榴剖用子。　羊棗乾。　蒲萄有乾者或再蒸。　蒲萄煎酒調用。　菱米、鮮棗、紅棗、南棗、圈棗、牙棗、木蜜、木瓜宜霜後。　無花果、郁李、鮮栗去殼衣。　馬檳榔去殼取肉食之，飲冷水少許，共嚥如蜜。　楸子、果單、枝頭乾、蕉黃去殼。　柿子秋分時盪用，每僧先入器作沸湯，二僧投石灰一升，攪勻，浸沒其柿，草覆一宿起。惟銅盆則宜寒露時熱用。以桶底及四周布以荷葉，中入寒梨三四枚，或木瓜麩。圍內柿側

之，蒂相向上。又以荷葉覆，滿一二日皆熟。綠柿百枚中置肥皂二挺，覆之一二宿自熟。柿餅宜中藏胡桃仁。西瓜削去皮革之，或取汁加蜜隔湯頓，再以冰沈冷用。熟甜瓜削去皮革之。甘蔗榨漿用。餳霜、饗餳，宜胡桃仁。皮餳、那合豆煮熟炒乾用。雪蛆蒸宜花椒、鹽、蜜、燒酒。《雜志》云蛾眉雪蛆消內熱。凡禽獸魚蟲燒醃糟乾者，俱宜醋。凡禽獸魚等熏曬乾甚者，用槌軟，洗潔烹，如鹹，更調鹽水浸一宿，洗烹，烹必易水。凡醬漬鹽醃，控乾曬乾等，長久之菜，宜洗淡，用油炒，同花椒葱白生薑。凡食油酪物，必用烹茶飲之。

食鹽物必用温酒飲之。食葷必用北棗食之。

遠方一時難制之物

巴旦杏，栗棠果，八檐仁，餘甘子，必思荅仁。羊桃剖。榲桲去浮毛。榲，烏沒切。桲，蒲沒切。波羅蜜剖。大藥剖。優曇鉢，鮮子，黄彈，君遷子，鸚哥舌，菴羅果，宜母子，盧都子，盧橘，米豆，回回豆，茄蓮，根子菜，藤菜蘇東坡云：豐湖有藤菜，可以敵蓴羹。高河菜，羅漢菜，綽菜，蕺菜。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二一《尊生部九・蜜部》

收藏蜜煎果

黄梅時，換蜜以細辛末放頂上，蟻蟲不生。

造蜜煎果

凡煎果須隨其酸苦辛硬製之，以半水煮十數沸，乘熱控乾，別換純蜜入沙銚內，用文武火再煮，取其色明透爲度。新甕盛貯，緊密封固，勿令生蟲。須時復看視，覺蜜酸，急以新蜜煉熟易之。

造蜜煎果子法

凡煎果子，酸者用朴硝破水。大段硬酸者，用湯化朴硝，放冷浸去酸味。軟嫩者，只煉蜜放冷，澆在果子上，淹一宿，其酸鹹味自去。漉出淘過控乾，並先煉熟蜜，後入煎五七沸出，放冷，再入舊蜜內，煎如琥珀色，去蜜置器中。煎時，須用銀石砂銚等爲佳。使蜜澆者浸一宿，餘並用淹一飯時，即有味也。

又法

應乾煎果，先用湯漫白梅肉，候冷浸之，却控乾煉蜜，浸之如前法。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二二《尊生部十・果部》

收乾荔枝

以新瓷甕盛，每鋪一層，用鹽白梅二三箇，以箬葉包如棕子狀置內，密封甕口，則不蛀壞。

收藏核桃

以麤布袋盛挂當風處，則不膩。收松子法同。

雷栗

以兩栗醮油，兩栗醮水，置鍋中圓轉，更排四十七箇。濕紙搭甌蓋之，慢火燒，候有雷聲爲度。

風栗

冬至前，大栗以官斗爲率，用鹽一斤，調水浸栗令没。經宿漉起，晾乾。用籃懸挂於背日少見風處，不蛀，不損，不萌或用麻布袋盛挂，每日搖動一二次。

熟栗

大栗每箇殼底，以刀十字劃開，底向下逐一排在鍋內，以鹽一撮，遶鍋緣，去聲撒下甌蓋定，發火候熟供。

炒栗

先以衆栗中選擇二栗底面方、可作合者，却以一枚用香油塗濕，一枚用白水塗濕，仍以作合，置鍋底。然後取衆栗逐旋蓋覆二栗之上，雖多亦不妨。却蓋鍋口合縫，火燒一飯頃，取出，其栗顆顆有油且不粘殼，尤甚酥爛。

收藏栗子

霜後初生栗，投水盆中去浮者，餘漉出，布拭乾，曬少時，令無水脉爲度。用新小瓶，先將沙炒乾放冷，以栗裝入，一層栗，一層沙，約八九分滿，每瓶盛二三百箇，用箸一重蓋覆，以竹簽按定。掃一淨地，將瓶倒覆其上，罩以黄土封之，不宜近酒氣，可至來春不壞。

又法

用栗子一石，鹽二斤水泡開，浸栗一二宿，漉出曬乾，同芝蘇二石拌匀，荆罔內盛，永遠不壞，食之軟美。

收藏榧子

以舊盛茶瓷甕收之，經久不壞。

蒸蓮實

石蓮肉先泡去澁，水洗淨，蒸熟供。

又法

以沸湯泡蓮肉，拌飯頓置桶中一宿，傾出，成一塊不散，酒家每爲之。

藏青梅法

青梅、杏子、林檎，細看無損者，便帶露連枝採下，不要犯手解著。每果子一斤，用白礬半兩，泡湯停冷，去脚，調炒鹽半兩，以皂角洗淨，手鋪青古文錢三四箇在甕底，入一層果子，又鋪銅錢數文。如此相間入了，以礬鹽水浸過上一寸細絹帛，并好紙密封，更以油紙封之，牢縛住，切忌入水。以小篾籃挂在井底，不得打破。十月之後，取出不損。每果百枚，只可用銅錢五十，多則銅氣。

收藏諸青果

十二月間，蕩洗潔淨瓶或小缸，盛臘水。遇時果出，用銅青末與青果同入臘水收貯，顏色不變如鮮。凡青梅、枇杷、林檎、小棗、蒲萄、蓮蓬、菱角、甜瓜、梨子、柑橘、香橙、橄欖、荸薺等果，皆可收藏。

收藏諸乾果

以乾沙相和，入新甕內收之，密封其口。或用芝蘇拌和亦可。

蒜梅

青硬梅子二斤，大蒜一斤，成囊剝淨，以炒鹽三兩，酌量用水煎湯，停冷浸之，候五七日後，有滷水將欲變色，即傾出，再煎，停冷，浸之，入瓶收之。候七月間取食，梅味不酸，蒜味不臭。

集香梅

大青梅一斤，每箇切作四界，去仁，用鹽一兩半，生薑絲一兩半，新青椒八錢，饊四兩半，拌勻，煎盆內曬之。時復攪拌，候汁盡，八九分乾後，入砂仁、桂皮、甘草、檀香細末各一錢，拌勻收之。

又方

青梅十斤核未甚硬者，十字劈作四界，入鹽一斤，饊三斤，薑絲一斤，新椒二兩。一處淹，拌勻，日曬，頻攪拌，但到汁盡，不要極乾。再用碾砂、官桂各一兩，甘草二兩，爲細末入淹梅一處，攪勻，入瓶收之。

又法

只收曬乾饊梅坯，臨用旋入後項，香末免。得藏久，要蛀又帶藥氣。

造化梅

大青時梅一斤，好鬆饊一斤，煎淨，瓶內先以饊一層，次以梅鋪一層。如此層層相間，藏盡爲度。用油紙箬箸密封瓶口，頓放屋上向陽處，曬一月熟。瓶上以瓦片遮口，以防雨水。

對金梅

黃梅一百箇，鹽淹透，取出曬一日。用沙饊一斤，蜜半斤，鋪薑絲一層，梅一層，饊一層，勻鋪了。煎醋一大盞入瓶內，用綿蒙口，曬半月熟。薑絲酌量用。

韻梅

梅子一百箇，要黃嫩者，沸湯焯過，鹽一兩，薑一斤細研，新椒四兩去核，甘草四兩剉碎，一處拌勻，曬乾。臨乾時，捻破梅子，圍諸料物上，別用薑絲四兩，勻糝入瓶，曬乾爲度。

饊脆梅

小滿前三五日，青梅一斤，用鹽二兩二錢，白礬二錢或三錢，浸去酸味，乃去核，用尖口罐盛貯。倘面壞則取，壞亦不多也。

藏青梅法

青梅、時梅一百箇，用白礬半兩泡湯，停冷去脚，調炒鹽半兩。每瓶底用當十大銅錢五六枚，入梅八分，却入礬鹽湯浸過半寸以上，再摻銅青末少許在面上，以箬籃盛瓶，放在井底。

蜜煎青杏法

不拘多少，刮去皮，用銅青極細末銅器內勻滾，令綠色。然後用生蜜浸，但覺有酸氣便換蜜，至五遍，自然不復酸，可以久留。銅青無多少之限，但滾的勻便可也。青梅亦可依此法造。

巴思把餅兒

揀擇花紅周正而生硬者，批去皮，周遭切縫如橘囊狀，連曬二日，用手逐箇輕輕按匾，再曬半日，蒸熟曬乾收藏，其形製氣味與本土出產者無異。

燒藕

以老藕切作兩段，竪在鍋中，傾下水一盞，鹽少許，匾蓋燒之，酥熟爲度。

又法

嫩藕擣碎，薑醋拌勻，供可以醒酒。

灌生藕

用瓊芝煎湯，調沙饊灌藕孔中，留空頂上半寸，油紙紮定，放水缸中，或用豬皮煎湯調灌之，或煎魚鱗湯。

灌熟藕

用菉豆粉濃調沙饊，灌藕孔中，細紙紮定，以物夾住，鍋中煮熟爲度。凡切

藕，須斜片則不脫。

收藏藕

好肥白嫩者，向陰濕地下埋之，可經久如新。若將遠，以泥裹之不壞。

燒橘

大橘一枚，草紙裹之，水中蘸濕灰，火煨熟供。

煎金橘

金橘揀大者鏤開，以酒煮透，候冷，用針挑去核，捺匾瀝乾。每一斤用蜜半斤，煎去酸水苦汁，控出，再用蜜半斤煎，入甕收之。煎橙橘一依此法。凡用蜜，惟夏蜜最佳，春蜜滋酸又作腥氣，冬蜜亦酸，皆不堪用。凡煎果子硬酸者，用湯化朴硝停冷，浸去酸汁。煎時須砂石銚爲佳。入缶後，更須時復看化，纔覺酸，急以新蜜煉熟換之。

一法

以金柑畧切開十字，沸湯撈過。待冷，捻去核，入淨蜜中，慢火煎熬，蜜透映熟爲度。久藏則別換熟蜜留之。金柑以小者爲佳。

藏橘法

淨室掘一窖，或稻草或松毛鋪厚寸許，剪刀就樹剪下橘子，不可傷其皮。却一箇箇排窖內，安二三層，別用竹作樑架定。又竹籃閣上再安一二層，却以缸合定，或烏盆亦可。四面濕泥封口，至明年四五月不壞。

收藏柑橘

揀光鮮不損者，將有眼竹籠先鋪草襯底及護四圍，勿令露出。重疊裝滿，安於人不到處，勿近酒氣，可至四五月。若乾了，用時於柑橘頂上，用竹針針十數孔，以温蜜湯浸半日，其漿自充滿如新。

收藏金橘

安錫器內，或芝蘇雜之，經久不壞。若橙橘之屬，藏菜豆中極妙。勿近米邊，見米即爛。

法製橘皮消痰止嗽，破癥瘕痃癖。

橘皮半斤，白檀一兩，青鹽一兩，茴香一兩。右件四味，用長流水二大碗同煎，水乾爲度，揀出橘皮，放於磁器內，勿令透氣。每日空心取三五斤細嚼，白湯下。外三味曬乾爲末，沸湯點服。

趲熟緑柿

生柿置盆中，每一百枚，用肥皂二枚同安，不一二宿即熟。

二斤半，入鹽少許，煮五沸出鍋，捺匾，曬至晚，歸滷中，直待滷盡橘乾爲度，蒸過眼乾，冷瓶收之。法不用鹽，純用鹽，謂之鹽橘，亦頗消食下氣。

燒橘

大橘一枚，草紙裹之，水中蘸濕灰，火煨熟供。

煎金橘

金橘揀大者鏤開，以酒煮透，候冷，用針挑去核，捺匾瀝乾。每一斤用白梅四兩，湯浸汁一大碗，候冷浸一時許，漉出控乾，用蜜六兩，去滷水別蜜十兩，慢火煎，令琥珀色，放冷，入罐貯之。

收藏桃子

以麥麪煮粥，入鹽少許，候冷，傾入新甕。取桃納粥內，密封甕口，冬月如新。桃不可熟，但擇其色紅者佳。

收藏石榴

選大者連枝摘下，用新瓦缸安排在內，以紙十餘重密封蓋。

又法

選揀大石榴連枝摘下，用新瓦罐一枚安排在內，使紙十餘重密封，可留多日不壞。

收藏紅棗

將大磁缸一隻，刷洗淨拭乾，燒熱米醋澆缸內，蕩令匀，控乾。又以熟香油勻擦缸口，於缸底鋪粟稈草一重，棗一重，中心四圍，亦令草間蓋，不可重壓，亦不生蛀蟲。

收藏梨子

揀不損大梨有枝柯者，插不空心大蘿蔔內，紙裹煖處，至春深不壞。帶梗柑橘，亦可依此法。

橙玉生

雪梨大者碎切，以橙絲好醋入鹽，少許醬拌供，可以佐酒。

藥橘

小青橘一斗，爛煮訖，以冷水浸一宿，再以水淘三兩度，去盡苦汁，漉出控乾。以好醋二碗，鹽半斤，拌匀淹一宿，曬乾。用甘草、丁香、茴香、縮砂、官桂，各半兩爲細末，醋一碗，鹽二兩，用藥末青橘拌匀，瓷器盛，日曬收之。

餹橘

塘南橘百枚，先用石灰湯焯過漉起，用刀於橘囊中劃破，去核留橘。將沙餹

趲熟方柿

每方柿一百枚，用礦灰一升，湯調浸一宿，即不澀。若要稍遲，即停，冷湯浸之。

收藏柿子

柿未熟者，以冷鹽湯浸之，可令周歲顏色不動。

熟生柿法

取麻骨插生柿中，一夜可熟。

梅花脯

以栗子、橄欖，薄薄切之同食，與梅花韻相似，可以醒酒。

餹脆梅法

青梅一百箇，劃成路路兒，將熟冷醋浸沒一宿，取去控乾。別用熟醋調沙餹一斤半浸沒，入新瓶內，以箬葉紮口，仍用碗覆，藏在地中深一二尺，用泥土蓋過。白露節取出，換餹浸。

餹取梅法

黃梅大者不拘多少，搥破核。未搥以前，先以鹽淹一日，鋪梅一層，入沙餹、川椒、生薑絲一層，重重鋪罐內八分滿，以物蓋，覆蒸一遍。再用生絹覆罐口，曬十日可供。曬時，先用些椒葉在梅肉上。

茶部

合足味茶法

甘三苦四妙通神，甘草三兩，苦參四兩。五斤乾茶五斤蒸。乾茶葉五斤，蒸過茶五斤。菉豆四升同擣合，豆炒過。此方宜利勝燒銀。

製孩兒香茶法

孩兒茶一斤，研極細羅過，用白荳蔻仁四錢研爲細末，草澄茄一二錢研細末，川百藥煎半兩爲末。將已上四件和勻，磁器收貯，勿沾味。沈香半兩，劈成一二定子，插入麝梨內，用紙裹了水濕過，灰火內煨梨，熟爲度。取出沈香，曬乾爲細末，同一二錢和之。前劑將梨汁製麝香用，梅花片腦一二錢，米腦亦可。用製過寒水石同研和，拌入料。寒水石半斤，於炭火內煆過寒水石放在葉上裹了，放冷，紅。先將薄荷葉四兩水浸得透，鋪在紙上，將煆過寒水石放在葉上裹了，放冷，取出秤五錢，與腦子同研。餘者待後次用之，葉棄去不用。死腦子法也，不死則腦子氣味去矣。麝香二錢，揀去毛令淨，研開用。元製沈香梨汁和爲泥，泥在磁盞內或銀器內，上用紙糊口，用針透十數孔，慢火焙乾，研爲末。再施盞內焙熱，合和前藥，其香滿室。此其法也。右將潔淨糯米一升，煮極爛稠粥，搥細冷定，用絹絞取濃汁，和劑須要硬，於淨搥帛石上搥三五千下，愈多愈好，故名千搥膏。卻用白檀煎油抹印，印成小餅，於透風處縣弔一二日，刷光磁器內收。

酥合茶

將好酥於銀石器內鎔化，傾入江茶末，攪勻，旋旋添湯，攪成稀膏子，散在盞內，却茗湯浸供之。茶與酥看客多少用，但酥多於茶，此爲佳。此法至簡且易，尤珍美，四季皆用湯造，冬間造在風爐子上。

腦子茶

先將好茶研細，薄紙包梅花片腦一錢許，於茶末內埋之，經宿湯點，則有腦子氣味，極妙。

薰花茶

用好淨錫打連蓋四層盒子，一箇下一層裝上號高茶末，一半中一層底透作數十箇筋頭大竅，薄紙襯鬆裝花至一半，盒蓋定，紙封縫密。經宿，開盒去舊花換新花。如此一二次，湯點，其香拂鼻可愛，四時中但有香頭皆可爲之。只要眼乾，不可帶潤。若紙微潤，非徒無益而又害之也。又法用淨磁器將茶末捺實，用筯頭簽十數竅，每竅安花頭一箇。如此安滿，却以茶末蓋之，紙糊封口，待經宿用。此法惟造些少，暫時則可。若多造，被濕氣反害茶香味也。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝・栗》《本草圖經》曰：栗欲乾，莫如曝，欲生，莫如潤。《食經》曰：藏乾栗法，取穰灰淋汁漬栗，取出日中曬，令栗肉焦燥，可至後春夏。藏生栗法：着器曬細沙可燥，以盆覆之，至後年五月芽，而不生蟲。

俞汝爲《荒政要覽》卷九《備荒樹藝・棗》【略】候大蠶入簇，以杖擊其枝間，振去狂花，不打花繁，不實不成。全赤即收。收法：日日撼而落之爲上，半味赤而收者，肉味充滿，乾則色黃而皮皺，將赤亦不佳，全赤久不收則皮硬，復有鳥鳥之費。曬棗法：先治地令淨，有草莢令棗臭。布椽於箔上，以扒兵枝反。無齒把。聚而復散之，一日中二十度乃佳，夜仍不聚，得霜露氣速成，陰雨時乃聚而苫蓋之。五六日，別擇取紅軟者，上高厨而曝之，厨已乾，雖厚一尺，上者亦不壞。去胖，薄江切。爛者，胖者，水不乾留之，徒污棗。其未乾者，曬曝如法。《食經》曰作乾棗法，新菰蔣露於庭，以棗着上，厚三寸，復以蔣覆之，凡三夜三日，撤覆露之，單日曝取乾，納屋中。率一

石以酒一升，漱著器中，密泥之，經數年不敗。《本草衍義》曰，青州棗去皮核，焙乾爲棗圈。尤爲奇果。棗油法：鄭玄曰，搗棗實和，以塗繒上，燥而形似油也。棗脯法：切棗曝之，乾如脯也。作酸棗麪法：多收紅軟者，箔上日曝令乾，大釜中煮之，水僅自淹，一沸即漉出，盆研之，生布絞取濃汁，塗盤上或盆中，盛暑日曝使乾，漸以手摩挲取爲末，以方寸匙投一椀中，甜酸味足，即成美漿。遠行用和米麪，饑渴俱當也。夫棗詠於《詩》，記於《禮》，不特爲可薦之果，用以入藥，調和胃氣，其功不少。今南北皆有之，然南棗堅燥，不如北棗肥美。生於青晉絳州者尤佳，太史公稱安邑千樹棗，其人與千户侯等，則棗之爲利顧不博哉。

《本草》云，大棗味甘，性平無毒，殺烏頭毒。牙齒有病人，切忌食。生棗味甘辛，多食令人寒熱，腹脹羸瘦，不可食。惟蒸煮食，補腸胃，肥中益氣，不宜合葱食。救荒採嫩葉，煠熟水浸作成黄色，淘浄，油鹽調食。其棗紅熟時，摘取食之。其結生硬，未紅時，煮食亦可。

焦周《焦氏説楛》卷四 來禽百枚，蜜侵十日，取出別用蜜五斤，丹砂末二兩攪拌，封泥一月，出之陰乾，名冷金丹。飯後酒時，食一二枚，勝九轉丹。

焦周《焦氏説楛》卷四 雲英麨、藕蓮、菱芋、鷄頭、蓴薺、慈姑、百合，並擇浄肉，爛蒸之，風前吹晾少時，石臼中搗極細，入糖蜜，再搗令相得，取出作一團，停冷，性硬浄，隨意切食，糖少爲佳，蜜須合宜，過則大稀。

焦周《焦氏説楛》卷四 弄色金杏新水浸没，生姜、甘草、艸丁香、蜀椒、縮砂、白荳蔻鹽花、沉檀、龍麝，取末如麪，攪拌曬乾，候水盡味透，更以香藥鋪糝，宿醒未解，一枚可以蕭然，號爽團。

羅鶴《應庵隨録》卷四《漬蜜梅法》 山谷《戲答晁深道乞消梅詩》曰：北客未嘗眉自顰，南人誇説口生津。磨錢和蜜誰能許，去葉供鹽亦可人。謂漬蜜梅法，磨一二銅錢置其下，顔色益鮮。誰能許謂寒家不辦此也。

陳正學《灌園草木識》卷一《花之屬》 玉蘭

多從吴浙中來用辛夷博接漳場師亦能之第接在高處不能如吴浙中低接殊易之出，曬微乾，以白糖末滲之。每片一觔，用糖四兩。三日外去糖水，再以白糖四兩摻之。停十許日，愈停愈妙。至收時，入口粉碎，工在此也。曬微乾，用手揩成片，十片一團，壓之令直，再曬乾，拌白糖末同收。

陳正學《灌園草木識》卷二《果之屬》 香橼

附製香橼片法，親受諸塘，栖吕家云，另造。一刀長尺許，潤二寸許，極薄而利，切橼片如掌大，薄半分許。滾水淖過，入灰水浸二日夜，用清水浸三日。三糖四兩摻之。停十許日，愈停愈妙。至收時，入口粉碎，工在此也。曬微乾，用手揩成片，十片一團，壓之令直，再曬乾，拌白糖末同收。

陳正學《灌園草木識》卷二《果之屬》 金橘

形如棗，皮甘香可食。用鹽糖製作小餅，入盤供甚佳。

陳正學《灌園草木識》卷三《木之屬》 桑

葚取紅透者微蒸，每一斗用鹽四兩，糝之一日，去水，擣白糖半觔糝之，一日

陳正學《灌園草木識》卷二《果之屬》 棗有數種，以棖小者爲佳。漳人當其青黄時，便取爲蜜煎，不能待其赤熟。

陳正學《灌園草木識》卷二《果之屬四十八種》 棗有數種，以棖小者爲佳。漳人當其青黄時，便取爲蜜煎，不能待其赤熟。

去水，再用白糖半觔糝之，於盆中曬一日，取起，於篩中曬乾，勝葡萄也。

陳正學《灌園草木識》卷四《藥之屬》 菖蒲，

武夷宮道士取菖蒲頭切絲，滾水淖過，糝以白糖，染以紅黃二色，置碟中佐酒。

錢爾復《沈氏農書·逐月事宜》 五月芒種夏至

置備：【略】熏楊梅。醃梅子。

沈□《農書》卷上《家常日用》 一，黃霉，買梅子三十觔，用鹽醃過，取出曬乾，蒸黑貯用。其汁入磁罐內封固，任其或花或臭，不妨候到九月內，糴桂花六升，傾汁拌勻，桂見梅汁永不變色。至十一月買黃橙十五觔，細切，與前桂花同拌，再加熟芝蔴五升，收藏，以備一歲之用。凡梅花、茉莉、甘菊諸花之香而不苦者，皆可入橙點茶，以諸花見橙永不變色耳。

陶珽《説郛續》卷四一徐渤《荔枝譜》 【略】

三之啖

蔡譜引《列仙傳》、《本草經》，謂食荔有益於人，可以得仙。當盛夏時，乘曉入林中，帶露摘下，浸以冷泉，則殼脆肉寒，色香味俱不變。嚼之消如絳雪，甘若醍醐，沁心入脾，蠲渴補髓，啖可至數百顆。或畏其飽，點鹽少許，嚼之即消。其鄉民鬻於市者，積擔盈筐，離其本枝，暑氣侵觸，香色稍減，較之就食林中者，味亦不逮，非必如白傅所云一日三日而後變也。鄉人常選鮮紅者，於竹林中擇巨竹，鑿開一竅，置荔節中，仍以竹籜裹泥，封固其隙藉。竹生氣滋潤，可藏至冬春，色香不變。若紅鹽火焙曬煎者，俱失真味，竟成二物矣。

四之曬

占風日晴霽時摘下，於烈日中朗曬至乾，以核實爲準，風味殊勝於焙。用竹籠箬葉密封，可致久遠。若風雨暴至，則肌肉潰爛，反不如焙矣。蔡譜有紅鹽之法，今貢獻不行，其法勘傳。

五之焙

擇空室一所，中燔柴數百斤，兩邊用竹筅各十，每筅盛荔三百斤，密圍四壁，不令通氣。焙至二日一夜，荔遂乾實。過焙傷火，則肉焦苦不堪食。乾者狀元香最佳，鄉人多焙。桂林金鐘以其實大美觀，尤易于粥。臘仙收乾荔法，藏於新磁甕，每鋪一層，即取鹽梅三五箇，箬葉裹如粽子狀，置其內，密封甕口，則不蛀壞。誠意伯劉伯温先生謂乾荔支變者，先於殼上刺十許孔，用蜜水浸之，以銀盃盛于湯罐，頭上蒸透，即肉滿可食。

六之煎

荔初熟時，乘露連蒂摘下，以黃蠟熬勻，封點蒂上，勿令脱落，盛之罐中。將冬蜜煮熟得宜，俟蜜冷浸之，密過於荔，始不洩氣。藏至來春，開視如鮮。若荔過熟，則漿滿肉腐，不能久藏。取蜜富以荔支花釀者爲第一，臘仙謂臨熟時，摘入甕中，澆蜜浸之，以油紙封固甕口，勿令滲水，投井中，雖久不損。

七之漿

取荔初熟者，味帶微酸時，榨出白漿，將蜜勻煮，蜜熟爲度，置之磁瓶，箬葉封口完固。經月漿蜜結成香膏，食之美如醴酪。荔肉仍以白蜜緩火熬熟，淨磁器收之，最忌近鍊。又法：取生荔曬至一日，頻番令勻，去殼取肉，每一斤白蜜一斤半，於砂磁肉，慢火熬百千沸，又以文武火養一日，磁鉢攤于日中，曬至蜜濃爲度，盛於磁瓶。見臘仙神隱。

木增《雲遄淡墨》卷三《槐葉淘》 杜甫詩云：青青高槐葉，采掇付中厨。新麪來近市，汁滓宛相俱。入鼎資過熟，加飡愁欲無。即此見其法，于夏采槐葉之高秀者，湯少瀹，研細濾清，和麪作淘，乃以醞醬爲熟蘆簇細首，以盤行之，取其碧鮮可愛也。末句云：君王納凉晚，此味一時須，不惟見詩人一食未嘗忘君耳，知貴爲君王，亦令知山林之味。旨哉詩乎。

木增《雲遄淡墨》卷三《黃精果　餅茹附》 仲春深時采根，九蒸九暴，搗如飴，可作果食，又細切一石，水二石五升，煮去苦味，漉入絹袋，壓汁澄之，再煎如膏，以炒黑豆黃末作餅，約二寸大。客至可供二枚。又采苗可爲菜茹，隨羊公服法芝草之精也，一名仙人餘糧，其補益可知矣。

木增《雲遄淡墨》卷三《土芝丹　小者土粟黃》 芋名土芝，大者裹以溼紙，用煨酒和糟塗其外，以糠皮火煨之，候香熟取出，安拘地內，去皮温食。冷則淺破血，用鹽則洩精，取其温補，名土芝丹。昔嬾殘師正煨此牛糞火中，有召者卻之曰：尚無清緒收寒涕，那得工夫伴俗人。又山人詩云：深夜一爐火，渾家圍藥坐。煨得芋頭熟，天子不如我。其嗜好可知矣。小者暴乾入瓮，候寒月用稻草煮熱，色如栗，名土粟黃。雅宜山谷舍，擁爐之夜爲供。趙兩山汝霆詩云：煨魚雲生鉢，燒芋雪上眉。蓋得有所見，非苟作也。

木增《雲遄淡墨》卷三《蜜漬梅花》 楊誠齋詩云：甕澄雪水釀春寒，蜜點梅

花帶露餐。句裹略無烟火氣，更教誰上少陵壇。剥白梅肉少許，浸雪水，以梅花温釀之，露一宿取出，蜜漬之，可薦酒。較之敲雪煎茶，風味不殊也。

木增《雲適淡墨》卷三《麥門冬煎》 春秋采根，去心，搗汁爲膏，和蜜，以銀器温酒化服，滋益多矣。

木增《雲適淡墨》卷三《雪霞羹》 采芙蓉花，去心蒂，湯瀹之，同豆腐煮，紅白交錯。恍如雪霽之霞，名雪霞羹。加胡椒萱亦可也。

木增《雲適淡墨》卷三《金玉羹》 山藥與栗各片截以姜汁加料煮，名金玉羹。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 《本草》：邛州有醋林，子類櫻桃而蔕短，其葉味酸，采得入鹽和魚鱠食，云勝用醋也。《廣志》曰：蜀名梅爲藤，大如雁子，梅藤皆可以爲油，黄梅以熟藤作之。藤音老。按：《周禮》饋食之籩，其食乾藤。《食經》曰：蜀中藏梅法，取梅極大者，剥皮陰乾，勿令得風，經二宿，去鹽汁内蜜中，月許更易蜜，經年如新也。

丁其譽《壽世秘典》卷五《集方・簡要良方》 白扁豆花正開者，擇净勿洗，以滾湯瀹過，和小猪脊胎肉一條，葱一根，胡椒七粒，醬汁拌匀，就以瀹豆花水和麪，包作小餛飩，炙熟食之。《必用食治方》

烏梅搗爛加砂糖蓋末調湯，微煮飲，治水瀉發渴。《濟生秘覽》

丁其譽《壽世秘典》卷五《集方・簡要良方》 車前子水淘净，炒研，每服二錢，米飲調下。

宋歐陽公常得暴下病，國醫不能治，夫人買市人藥一貼進之而愈，力叩其方，則專前子一味。云此藥利水道而不動氣，水道利則清濁分，而穀臟自止矣。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 省内多棠棣，實同花紅而小，余家素有一本，他處不多見。鹽水漬而食之。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷三《閩中風土》 省内一切鮮果多蜜漬爲用，以當地多蜂蜜也。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷四《櫻桃九熟》 櫻桃古稱崖蜜，産洞庭山者粒大而佳。山有鷹鸇鳥雀辟易藉少傷損。人家種植，網遮匪易，歲逢立夏，即自紅熟。杭州尤早同時堪登盤俎者，并櫻桃有九，俗稱櫻桃九熟。余見余稚乾隆中，常昭以盡名者。有盡且題詩曰：

梅脆櫻紅豆莢鮮，玫瑰香暖麥秋天。山厨正熟松花餅，煮茗同參玉版禪。

櫻桃鮮者固佳，若剔去核，水漂糖煉，曰乾成脯，尤佳。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷四 松花粉摘其蕊，曬而取之，無臭無味，藉拌餅餌，其色黄可取。

陸次雲《八紘譯史》卷三《滿剌加》 沙孤樹，其木可以磨而成粉，謂之沙孤米。

李肇亨《清異續録・百花》 蜜點梅花帶露餐。句裹罨無烟火氣，更教楊誠齋詩云：甕登雪水釀春寒，蜜點梅花帶露餐。句裹罨無烟火氣，更教誰上少陵壇。點法：用白梅肉少許浸雪水，以梅花醞釀之，露一宿取出，蜜漬之，可薦酒。較之融雪煎茶，致不殊也。

周綸《石樓臆編》卷二《備荒》 唐懿宗時，自關東至海大旱，冬蔬皆盡，貧者以蓮子爲麵，槐葉爲蔃。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 故都李和燜栗，名聞四方，他人百計效之，終不可及。紹興中，陳福公長卿及錢上閣愷使金，至燕山，忽有兩人持燜栗各十裹來獻。三節人亦人得一裹。自贊曰：李和兒也，揮涕而去。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 金橘産於江西，以遠難致，都人初不識。明道景祐初，始與竹子俱來。竹子味酸，人不甚喜，後遂不至。而金橘香清味美，置之尊俎間，光彩的礫如金彈丸，都人初亦不知貴，後因温成皇后特好食之，由是遂重京師。吉州人最珍此果，其欲久留者，則於菉豆中藏之，可經時不變。云橘性熱而豆性凉，故能久也。

唐鄧間多大柿，初生，堅實如石而澀。凡百十柿，以一榠櫨置其中，榅桲亦可。則紅熟如泥而可食，土人謂之烘柿。榠櫨音冥查，果名，似梨而酸。

張燮《東西洋考》卷三《西洋列國考・大泥・物産》 西國米亦名沙孤米，其樹名沙孤，身如蕉，空心，取其裏皮削之，以水搗過，舂以爲粉，細者爲王米，最精。粗者，民家食之，以此代穀。今買舶慮爲波濤所溼，只攜其粉歸，自和爲丸。

張燮《東西洋考》卷四《西洋列國考・麻六甲・物産》 沙孤米。《華夷考》曰：山野有樹，名沙孤樹，將樹皮如中國葛根，搗浸澄濾，取粉作丸，曬乾賣之。出滿剌加。

張履祥《農書》卷上《家常日用》 家常日用

一，黄霉，買梅子三十觔，用鹽醃過，取出曬乾，蒸黑貯用，其汁入磁罐内封固，任其或花或臭不妨。候到九月内，糴桂花六升，傾汁拌匀，桂見梅汁永不變色。至十一月，買黄橙十五觔細切，與前桂花同拌，再加熟芝蔴五升收藏，以備

一歲之用。凡梅花茉莉甘菊諸花之香而不苦者，皆可入橙點茶，以諸花見橙永不變色耳。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 食松柏葉法。杏仁甘艸各一斤、核桃仁、小茴香、貫衆、白茯苓、薄荷，各四兩，桔梗二兩爲末，每噙一撮，遇諸艸木葉皆可食。又如意艸與小榆葉，照成紋者最滑，可合食松柏葉。有土甘草，方莖，葉似栀子而尖，冬亦青。嚼之似馬金囊，甘草味而滑。末後稍澁。酒麵采之，亦可合食松柏葉。馬金囊出滇中，即馬檳榔，或云如意艸，可吞細磁。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 炒白菓。白菓用粗糠炒，即易熟而不焦。

脫栗皮。煮銀杏栗子，用油紙撚在內，則皮自脫，破。栗臍灰燒不爆，或曰眉上埒之。

菱。煮過，以礬湯綽之，紅綠如生。煮菱要青，用石灰水拌過，先洗去灰煮則青。舒州李惟熙曰：菱花背日，故寒肰乾菱米，正朵不寒也。

杏仁。蘿蔔梗煮杏仁，無苦味。北京以巴旦杏仁作酪。

冥果。用銅青煮之則色綠。永嘉雕梅，謂之梅監。先浸石灰，後用銅器瀹之，乃以蜜暴收之。礬水濯青梅，及鹽滷、梅醬淹桂花不變色。梅滷可醃栀子花、萱草花、牽牛花、林檎、藕、冬瓜、葫蘆，更入紫蘇葉紗。凡蜜惟夏蜜甘，煎果覺酸，當換蜜收藏者，以細辛放頂上。

狀元紅。用青梅合玫瑰花，則愈紅。

曬取瓜子法。楊梅核、西瓜子、拌柿漆渣、曬乾皆自開。西瓜子以麵糊粘版上，日爆之，自肰裂。中履曰：汴梁瓜子大，金井闌干江西者小。

解松子油法。松子仁油壞者，攤竹紙上焙之如新，凡仁類皆用此法。

解荔熱。食荔多而醉者，以殼浸水飲之則解。粵人或以苦瓜，或以蜜以鹽。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 煮芋。宜冬月食，灰煮之則蘇。草置釜底，奠芋蓋悶亦佳。

菉豆。煮菉豆揭蓋則綠，其煮而堅者雄豆也。豆將熟時，逐日摘之。老則急裂墮地，不與別豆同。

黑豆。荷花梗煮黑豆，豆易糜。賣豆者用此法。中履曰：清晨吞生黑豆者，用馬料豆。

乾山藥法。大山中者堅細，味香沙，上種者不如也。刮皮以厚紙裹，掛於風中最良。又置焙籠中，鋪茅數寸，以微火烘之，作湯點如新。

炒落花生法。生則瀉人，焦則不堪，須以紙苴水浸肰後，入釜炒之，則內熟而不焦，其香如松子。

藏鮮果法。入新瓷，裸薄荷、鹽、礬水浸，以油紙、同木蓋竹箸堅罌其口，置清泠泉內，雖久如新。必立夏時置井中，至立冬時置地間。每斤果，鹽一兩，明礬六錢，水用滿。又曰六月六日，儲水浸諸鮮果不壞。用木桶閉氣，亦可。鮮果忌風。

收栗梨。收栗不蛀，以栗蒲燒灰淋汁，澆二宿，出之，候乾，置盆中，用沙覆之，收梨以草覆之，令出汗，乃入桶中。最畏風，惟青皮梨稍不畏風。或曰梨以數顆插一顆上，不損。

收雞頭。曬乾入瓶，紙蒙而埋之地中。雞頭一斗，用防風四兩，換水浸之。陳彥和曰：果以防風水浸之，經月不壞。

藏柑。以盆盛，用乾潮沙蓋之。土瓜同法。一曰宜菉豆同收。

收湘橘。用煮湯錫瓶收之，經年不壞。神隱曰：橘以薄竹刀，就其柄處微勒一匝，則味不枯，久留。橘枯可刺多眼，以蜜水浸之則鮮。

藏胡桃。不可焙，焙則油，其兩合處有縫，掌拍之可碎。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 菉豆。收須逐日揀之，割則生者多，待齊熟則落土矣。藏種暴乾，以石灰藏之，方不黑生蟲。亦有齊剷一種。

番豆，一名落花生、土露子，二三月種之一畦不過數子行枝如甕菜虎耳藤橫枝取土壓之藤上開花花絲落土成實冬後掘土取之殼有紋，豆黃白色，炒熟甘香似松子味。

張履祥《楊園先生全集》卷一六沈氏《農書》卷上《逐月事宜》 五月，【略】置備，【略】買蒜醋用。醃梅子，燻楊梅。買醬鹽。

張岱《陶庵夢憶》卷七《鹿苑寺方柿》 蕭山方柿皮綠者不佳，皮紅而肉糜爛者不佳，必樹頭紅而堅脆如藕者，方稱絕品，然間遇之不多得。余向言西瓜生於六月享盡天福，秋白梨生於秋，方柿綠柿生於冬，未免失候。丙戌，余避兵西白山鹿苑寺，前後有夏方柿十數株，六月敲嘗，柿大如瓜，生脆如咀冰嚼雪，目爲之明，但無法製之，則澀勒不可入口。土人以桑葉煎湯候冷，加鹽少許，入甕內浸柿沒其頸，隔二宿取食，鮮磊異常。余食蕭出柿多澀，請贈以此法。

純生氏曰：柿有七絕，一壽，二多陰，三無鳥窠，四無蟲蠹，五霜葉可玩，六

佳實可啖，七落葉肥大可以臨書。余爲添一絶，曰六月歊暑，可以代瓜。

來集之《倘湖樵書初編》卷五 枸樹，一名狗骨，又名枳枸，能令酒味薄。若以爲屋柱，則一屋之酒皆薄。

來集之《倘湖樵書二編》卷九《落花生》

近時有一種名落花生者，其莖葉俱類荳，其花亦似荳莢而色黄。枝上不結實，其花落地即結實于泥土中，亦奇物也。實亦似荳莢而稍堅硬，炒熟食之，作松子之味，此種皆自閩中來。然閩中又有一種花名滴滴金者，秋開花黄如金色，葉落滴地而生。陶弼詩：九秋珠露滴成芽。《物理小識》云：番豆名落花生，土露子二三月種之，一畦不過數子。行枝如壅菜虎耳藤，横枝取土壓之，藤上開花，花絲落土成窪。冬後掘土取之，殼有紋，豆黄白色。炒熟，甘香似松子味。孫愐曰：蜂蹬，番豆也，生啖有油，亦致下泄。

曹溶《倦圃蒔植記》卷上《論果第四》 生啖莫如消梅，熟啖莫如官城梅。消梅落地可碎，而官城梅十六枚滿一觔，其奇處固自較然也。鶴頂梅色紅味甘而酸，然其佳者，擅一種自然之甘，乃勝他果。甚大，但生子頗稀。凡老人多怯梅酸，除熟啖外，或以沙糖、薄荷製風雨梅，或以炒鹽、紫蘇、鮮椒、甘草、薑絲製青梅湯，或以白糖、紫蘇、薑絲爲細酸皆有風韻。縷爲烏梅霜梅梅醬，俱切於日用。以霜梅汁浸諸花，則香色不改。用鮮青梅同搗，則花色尤鮮。香橼橙囊汁，亦可代之。

冒襄《影梅庵憶語》 姬性澹泊，于肥甘一無嗜好，每飯以芥茶一小壺，温淘佐以水菜、香豉數莖粒，便足一餐。余飲食最少，而嗜香甜，及海錯風薰之味，又不甚自食，每喜與賓客共賞之。姬知余意，竭其美潔，出佐盤盂種種，不可悉記，隨手數則可覩一斑也。

釀飴爲露，和以鹽梅，凡有色香花蕊，皆于初放時採，漬之經年，香味顏色不變，紅鮮如摘，而花汁融液露中，入口噴鼻奇香異艷，非復恒有。最嬌者爲秋海棠露，海棠無香，此獨露凝香發，又俗名斷腸草，以爲不食而味美，獨冠諸花。次則梅英、野薔薇、玫瑰、丹桂、甘菊之屬，至橙黄橘紅，佛手香櫞，去白縷絲，色味更勝。酒後出數十種，五色浮動，白瓷中解醒消渴，金莖仙掌，難與争衡也。

取五月桃汁、西瓜汁一釀一絲漉盡，以文火煎至七八分，始攪糖細煉。桃膏如大紅琥珀，瓜膏可比金絲内糖。每酷暑，姬必手取其汁示潔，坐爐邊静看火候成膏，不使焦枯，分濃澹爲數種，此尤異色異味也。

黎士宏《西陲聞見録》 甘州木屬多柳，草之屬多馬蘭，果之屬多杏，多白檎，多楸子。白檎類蘋果而小，味亦差減。楸花如海棠，子酸，土人取其肉爲果單，糜泥澄濾，薄如油紙，南人不多識也。惟雲楸乃堪作器，非此種，洮岷諸州始有之。

閔麟嗣《黄山志定本》卷二《山房》 蒟蒻，一名鬼芋，莖斑花紫，葉似天南星，但南星肌細膩，莖無斑，花黄爲異耳。山僧采根之大者，瀹以灰汁，劑澄爲液，煉液凝膏，修治暑同菽乳，亦西蜀蒟醬之亞。

汪爲熹《鄜署雜鈔》卷七《果單》 甘州所産果之屬多杏、多白檎、多楸子。白檎類蘋果而小，味亦差減。楸花如海棠子酸，土人取其肉爲果單，糜泥澄濾，薄如油紙。《仁恕堂筆記》

按：果單亦名延壽菓，鄜役解馬匹出口外，同哈密瓜，覓得少許，馳獻我兩老親，南方傳看，都咤異品。

姚之駰《元明事類鈔》卷三四《花草門二・茉莉》 蒸液。《香譜》：今多採茉莉蒸取其液，以代薔薇。

汪森《粤西叢載》卷二〇 紅鹽草果。取生草荳蔻入梅汁鹽漬，令色紅，暴乾以薦酒。

查慎行《人海記》卷下《榆莢》 三月初旬榆莢方生時，宫厨采供御饌，或和以粉，或以麵。内直詞臣每蒙賜食，余有詩紀之。

查慎行《人海記》卷下《椵樹》 椵樹，葉與烏桕相似，而大如團扇，有鋸齒。初生時，可裹餅餌蒸食。霜後鮮赤若丹楓，照耀巖谷。其皮柔韌如麻皮，烏喇之人采以治繩，作魚網，入水不濡。又可爲烏鎗火繩，中國所無也。按本草人參條下所載椵木，音賈，而此音斷，不同。

查慎行《人海記》卷下《烏喇柰》 烏喇柰，山果也，一名歐李。叢生樸樕間，紅如珊瑚，比櫻桃而大，味甘微酢，蜜浸可以致遠。蒙古諸山處處有之。

陳元龍《格致鏡原》卷二六《飲食類六・諸食饌》 《事物紺珠》：爽團金杏新水浸没，以生薑、甘草、丁香、椒、縮砂、白荳蔻、鹽花、沈檀、龍麝，各取末攪匀曬乾，候水盡未透，更以香藥糝之，可解醒。雕梅刀刻，玲瓏，百巧花樣，偷去其核，蜜漬不損。鸚哥舌、草荳蔻初結，取紅鹽乾之，纔如小舌。紅鹽荔枝，以鹽梅汁浸佛桑花入荔枝。玉延，熟炊山藥，片切，漬以生蜜、瓊珠、荔枝、圓眼肉，煮以清泉。

李心衡《金川瑣記》卷四《延壽果》　又名長壽果，金川處處有之。形如羊棗，叢生沙土中。去皮和米煑粥，極香甜有味，亦可入牛酪烹煑。

查嗣璨《查浦輯聞》卷下　建寧人家以蜜漬蘭花，冬月點茶，芳香如初摘。

李心衡《金川瑣記》卷四《樸兒》　樹不甚高，夏日結穗，形與色俱如桑葚，味甜。未熟時略帶酸澁，小兒喜食之。加薄膠濃煑，亦可染作紫色。

李心衡《金川瑣記》卷六《冬蟲夏草》　俗稱蟲草，初生抽芽一縷，如鼠尾，長數寸，無枝葉，雜生細草中，採藥者須伏地尋擇。因芽及根，蟲形未變，頭嘴倒植土中，短足對生，背有蹙屈紋，稜稜可辨。芽從尾茁，蓋直殭蠶，非僅形似也，然剖之已成草根。每歲惟四月杪及五月初旬可採，太早則蟲未變，太遲即變成草根，不可辨識矣。味甘平，同鴨煑，去滓，食益人。

稅曾筠等《浙江通志》卷一〇五《物產五・台州府》　南燭。《天台山方外志》：太極真人青精乾石飢飯，以山中南燭煑汁漬米爲之。

稅曾筠等《浙江通志》卷一〇六《物產・嚴州府》　松花蕊。海瑞濟饑，草木果食當饑飽之間，桃李梅杏柿梨榴棗，氣滿味足，色溢核堅而後進。得美者而後進，無蠹無損，濯拭剥削而後進。戒先時後時，先時味澁，後時味敗。胡桃松花時，取其蕊，用飲湯調食，經久不饑，和米麥麵蒸食，亦可濟饑。

蕨粉。海瑞濟饑，草木蕨根洗淨搗碎，用水澄粉，自九月至三月粉多，四月初抽青，粉少，兼食嫩莖可濟饑。

葛粉。海瑞濟饑，草木搗碎，用水洗出澄粉，其味勝蕨。

檡子。海瑞濟饑，草木曬乾，去殼成粉作腐。

劄扭根。海瑞濟饑，草木曬乾，搗碎成粉，煮食可濟饑。

野苧根。海瑞濟饑，草木去皮，搗碎成粉，可濟饑。

苦株子。海瑞濟饑，草木可炒食，作腐味佳。

仙遺粉。海瑞濟饑，草木俗名冷飯塊，煮成粉可食。

榔樹根。海瑞濟饑，草木其皮根熏燥，研末成餅，可食。

山苦薏。海瑞濟饑，草木山苦薏及苦益菜，皆可食。

布谷柴子。海瑞濟饑，草木舂成餅，煮粥。

老鴉饅頭。海瑞濟饑，草木搗碎，和水用絹濾汁成腐。

稅曾筠等《浙江通志》卷一〇七《物產七・温州府》　山礬。萬曆《温州府志》：極香，木高數尺，土人以其葉醃鮓。

裘君弘《妙貫堂餘譚》卷五《收桂花法》　桂花半開時，其香正濃，就枝頭擷取，搗冬青子汁拌之，入有油磁瓶，厚紙封蓋，其香經歲不散。至無花時，取放盤中，則香氣襲襲中人，如新開時。若裹浄斗室，無縫者尤妙。此等製法，頗能巧奪化工，令四時天氣常帶秋香，真不啻身在廣寒宫也。

金鉷等《廣西通志》卷三一《物產・桂林府》　樹不甚高，夏日結穗，形與色俱如桑葚，味甜。未熟時略帶酸澁，小兒喜食之。加薄膠濃煑，亦可染作紫色。

陸廷燦《藝菊志》卷一《考・雜録》　《山家清供》採紫莖黄色正菊英，以甘草湯和鹽少許焯過，候飯少熟，投之同煑。久食可以明目延年，名曰金飯。

又菊苗煎法：採菊苗湯瀹，用甘草水調山藥粉，煎之以油，爽然有楚畹之風。

郝玉麟等《福建通志》卷一〇《物產・福州府》　烏梅，鹽晒者爲白梅，焙乾者爲烏梅，諸縣皆有之，閩縣尤甚。

王士俊《閑家編》卷四《家禮・養儀》　果實

果食當饑飽之間，桃李梅杏柿梨榴棗，氣滿味足，色溢核堅而後進。得美者而後進，無蠹無損，濯拭剥削而後進。戒先時後時，先時味澁，後時味敗。胡桃四剥，蓮實銀杏三剥，去心。菱芡重剥，棗去皮核，生熟惟所嗜，皆宜糖。龍眼荔枝，浸而煑之，用色紫而肉厚者。親無齒，則漬以沸湯，漬濃汁而飲之。胡桃煑栗，合糖爲糜。餳宜酥，糍宜蜜，蜜煎糖煎，以侑茶酒，無多進。異味非習嘗者弗進。

華希閔《廣事類賦》卷二《歲時部・端午》　酌蒲酒兮金巵，《荆楚歲時記》：五月五日，以菖蒲或鏤或屑以泛酒。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》　造製。龍眼荔枝摘下，以梅滷浸一宿，撈出晒乾，以火烘核乾爲度。以竹籠箬葉裹之成朵者，以爲龍眼錦。荔枝果熟時收其肉，以蜜作煎，嚼之如糖霜，名曰龍眼煎、荔枝煎。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》　晒棗。棗全赤即收，撼而落者爲上，半赤而收者，肉未充滿，乾則色黄而皮皺。將赤味亦不佳，全赤久不收則皮硬，復召烏鼠耗。晒棗治一大塲□合浄，收河砂于内，令日曝熱，鋪棗于問，以掀聚壘，久之復散，一日再三，夜則合聚。待晒乾，篩去砂收棗。《芳譜》云：先治地令草浄，若有草能令棗臭，架箔椽上，以無齒机聚而復散，散而又聚，日以二十度爲什。夜逢陰亦不必聚收，待霜露氣，可速成。如有雨，須聚而苫蓋。至五六日，撰其

紅軟者，至高厨暴之。胖爛者去之，否則恐爛餘棗。其乾者晒曝如法。

藏棗方。熟時，乘清晨連小枝葉摘下，勿損傷，於透風處晾去露氣，簡新磁一口，無油酒氣，清水刷洗淨，火薰乾眼涼。采青稈草晒乾，候令，一層草一層棗入缸中。嚴封，可致來年尤鮮。

棗。《食經》云：治乾棗須鋪箔上，晝晒夜露，擇去胖爛，曝乾收之。切開晒乾者爲棗脯，熟笮去渣皮者爲棗膏，蒸熟者爲膠棗。加餳蜜拌蒸則甜，加麻油和蒸則潤。將紅潤乾棗入釜内，以水平煑沸，濾出，盛磁盆内細研，用生布絞取汁，塗盤上晒乾，其形以油爲棗膏。候乾，以手摩刮下爲末收停。每用一匙投湯盌中，即成美漿。合米炒食最宜。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》 藏棗。《衍義》云：棗欲乾，莫如曝，欲生收，莫如潤。沙中藏至春末，尚如新棗。棗性喜蛀，子需後取生棗投水中，去深者，餘漉出晾乾，令將河砂炒黄，候冷，取新罐晨入一層棗一層沙，欲九分滿，用箬札定，上畧加黄土封之，禁酒氣，至來年不壞。霜後取沉水棗一斗，用鹽一斤調水，浸棗經宿，漉起晾乾，或盛竹籃，或裝麻布袋，掛背日通風處，斗日日摇動兩三次，至來年不壞蛀。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》 梅。《圖經》云形類杏，枝葉畧同，其幹枝交如多成女字形。先衆花而華，臘月開白花五瓣，花謝生葉，果生青熟黄，若杏實狀，但核異。五月實熟收製，焙乾爲烏梅，取汁可入染色者。金銀器去垢，又可入藥鹽醃者爲白梅，實可糖可醋造藏，以充果飣，熟可管汁爲漿。《説文》云：梅者，媒也，媒合衆味，古人取以調羹。《埤雅》云：杏入北方爲梅。古文作果，乃今江南江北無地不勝。

【略】

十二年樹成結實且耐久，梅熟時，以杖敲落收實。火炕烟薰，以乾爲度。又以稻草灰淋水，潤蒸過則肥澤。若久枯者，亦用此法。每生果三十斤而乾十。造白梅，梅微嫩時，摘下喂柔，鹽醃透，碎其核，日晒以乾爲度。《多能鄙事》：梅花半開時，清旦帶蒂收摘。每花一兩，炒鹽一兩，納瓶中，不可手犯。以紙密封，至次年取出，置蜜于盞，取花兩三朵，滾湯一泡，香美異常。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》 核桃。《圖經》云：樹高丈許，春初生葉，【略】

收採。秋季果熟時，或摘下，或杖敲。積堆微溫去皮，取核爲果晒乾，停透風處可久。宜常晾，恐濕浥，否則油膩仁黑，不堪食用。

柿。《圖經》云：樹高大皮黑，【略】

製柿。柿雖紅熟，澀味猶存，摘下置器中，自然澀除味甘，如火烘成。淋柿，用水一瓮，置柿于内，數日即熟。亦有鹽藏者，又有灰汁澡三四次，去汁，着器中，可入食。造柿餅□大而美者，刻去皮捻扁，日晒夜露至乾，納甕中。待生白霜，一名白柿，一名柿花。烏柿者，置炕上，以火燻熟而成。造柿糕。糯米一斗淘淨，乾柿五十枚，如乾煮棗泥法。去核和拌之，蒸熟，食甘美。造柿酒。糯米合柿蒸熟，人麵藥，亦同造酒法。水酒火酒皆宜。

效力。瘡入目，白柿日日服之。解桐油毒，以乾柿餅食之。胃弱食難消化，面起黑暈者，用乾柿二斤，酥一斤，蜜半斤，酥蜜煎匀，下柿煮十千沸，以磁器停之。每日空心食三五。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》 藏梨。初霜即收，于屋下掘窖，底令無濕潤。人梨在中，不許復蓋，便可經夏。摘時勿令損傷，但梨身頗有微痕即腐，須揀去之。《綱目》云：梨就樹上，以囊包裹，過冬摘佳。《物類相感志》云：梨與蘿蔔相兼收，或削梨蒂插蘿蔔内藏，可經年不壞。王楨云：産處取甜梨去皮作厚片，火烘乾，謂之梨花，究爲佳果。凡味酸者澀者，換水煮，味甘不損人。

柰。《圖經》云葉似梨而尖小，【略】

製收。果熟收納瓮，勿令蠅入。六七日待爛，以酒淹，痛拌如粥，再拌濾去皮子，澄去清水，傾布上。以灰襯引汁，盡劃開，日晒乾爲末，可以治果，能致遠。《家塾》云：每百枚取二(十)(千)枚搥碎，入水煎候冷，納器中，入此八十枚浸之，蜜封甕口，以浸着爲度，可留久。

蘋果

蘋果乃柰也，西北産者最豐，樹身聳直，葉林檎相似，果似梨而圓滑。【略】

收藏。秋果取畧熟者，收水窖中，至夏月味凡美。秋月切作片晒乾，食亦佳。又云：凡果連枝葉留寸餘，大香油瓮内，經久出油如新。

林檎

林檎。《圖經》云：葉似梨樹不高大，仲春月開粉紅花，結實若柰而差圓，六七月熟，淡紅可愛，稱爲花紅甜者，早熟脆美，酸者晚熟較脆，色有水蜜金紅三色，果可脯乾，研末點湯。《方士記》名蜜果，《本草》云冷金丹。《通雨》云：始生渤海間，其味甘，能召鳥，謂之來禽，又名林禽。

藏收。《便民圖》云：桃、杷、楊梅、林檎等果。用臘月水，薄何葉一握，明礬

少許，入瓮內，投果于中，顏色不變，味更清涼。

効方。《清異録》云：林檎百枚，蜜浸十日，取出，別人蜜五斤，丹砂末二兩，拌攪，泥封。一月出之，陰乾。或飯後酒時，食一枚甚益，名冷金丹。

張宗法《三農紀》卷五《果屬》 收藏。《便民圖》云：干月，將橘入鍚器內，或以芝蘇雜之，經久不壞。橘柑之屬，藏菜豆中更妙，若近米即壞。《多能鄙事》云：鋪乾松毛中，不近酒處，多不爛。以白糖充實壓扁，名橘餅。

本性：味甘者潤肺，酢者聚痰，生啖不益人，蜜煎糖充乃佳。醬淹作菹，多食生痰。同蟹食令人患煩作痘。花收三茶，入茶清香。

黃叔璥《臺海使槎録》卷五《北路諸羅番五・飲食》 【略】遠出則開鑿地穴，置芋薯於中，火煨，以土覆之，隨手取食，可代餱糧。

李化楠《醒園録》卷下 芝蘇茶法

先用芝蘇去皮炒香磨細，先取一酒盃下碗，入鹽少許，用快子順打至稠硬不開，再下鹽水順打至稀稠約有半碗多，然後用紅茶熬釅，俟略温，調入半碗，可作四碗吃之。又法：用牛乳隔水頓二三滾，取起晾冷結皮，將皮揭盡，配碗和芝蘇茶吃。

杏仁漿法 作茶吃

先將杏仁泡水去皮尖，與上白米飯米對配磨漿，墜水加糖頓熟，作茶吃之，甚爲潤肺。或單用杏仁磨漿加糖亦可。或用杏仁爲君，米用三分之一，無小磨，用臼搗爛布濾。

千里茶法

白沙糖四兩，白茯苓三兩，薄荷葉四兩，甘草一兩，共爲細末，煉密爲丸如棗子大。每用一丸噙化，可行千里之程不渴。

李化楠《醒園録》卷下 煮西瓜糕法

揀上好大西瓜劈開，剖瓤撈起另處，瓜水汁另作一處。先將瓜瓤瀝水下鍋煮滾，然後下瓜瓤，煮至滴水不散取起，用罐裝貯，具子另揀炒香，取仁下去。如久雨潮濕發霉，將浮面霉點用快子揀去，連罐坐慢火爐上，徐徐滾之，取起勿動。

山查糕法

將鮮山查水煮一滾撈起，去皮核，取淨肉搗爛，再用細竹篩手磨擦去根，秤重與白糖對配。不紅加紅顏料拌勻，或印或攤，整個切條塊收貯。倘水氣不收難放，用爐火排平隔紙，將糕排在紙上，紙蓋一二層，水氣收乾裝貯。

又法：水煮熟，去皮留肉并核，將煮山查之水下糖煮滾，泡浸查肉酸甜，可作圍碟之用。

薔薇糕法

薔薇天明初開時取來，不拘多少，去心蒂及葉頭有白處，鋪於罐底，用白糖蓋之，紫緊。明日再取如法，後倣此。候花過，將罐內糖花不時翻轉，至花畧爛，將罐坐於微火煮片時，加飴糖和勻，紫緊候用。

桂花糖法

用白糖十斤，先煮至滴水不散，下粉漿二斤，粉漿即以麥麩做麵筋麵筋成後所餘之水是也。再煮至如龍眼肉樣，下桂花滷，梅桂滷亦可。再煮，傾起候冷，用麵趕攤開，整領剪塊。若要煮明糖，候煮硬些取起，上下用芝蘇鋪墜，以麵趕攤開。按：西瓜糕及此桂花糖內，均可量加飴糖。

李化楠《醒園録》卷下 晒番薯法

揀好大條者去皮乾淨，安放層籠內蒸熟。用米篩摩細去根，晒去水氣，揉作條子，或印或糕餅，晒乾裝入新磁器內，不時作點心甚佳。

李化楠《醒園録》卷下 醃青梅法

青梅買來，即用石灰加水潮濕，手搓翻一遍。隔宿，將水添滿泡一天，嘗看酸澀之味，去有七八爲度。如未即當再換薄灰水再泡，淨淨撈起，鋪開晾風，略乾就好。不可太乾，以致縐縮。每梅十斤，配鹽七八兩，先拌醃一宿，然後用冰糖清灌下令滿，隔三四天傾出煎滾，加些白糖，候冷仍灌下，隔十天八天再傾再煎，纔可裝貯罐內，庶可久存不壞。如日久或雨後發霉，即當再煎爲要。甜薑法同。

醃鹹梅杏法

當梅杏成熟之時，擇其黃大有肉者，每斤配鹽四兩，先下點水將鹽梅，杏同一齊下盆內，用手順順翻攪，令鹽化盡爲度。每日不時攪之，切勿傷破其皮，上面用物輕輕壓之，三天後裝貯甕內，有病時吃之甚美。若欲晒乾，每斤只加鹽二兩五錢，醃壓六七天，取起晒之，晚用物壓之使扁。

醃落花生法

將落花生連壳下鍋，用水煮熟，下鹽再煮一二滾，連汁裝入缸盆內，三四天可吃。又法：用水煮熟撈乾棄水，醃入鹽菜滷內，亦三四天可吃。又法：將落花生同菜滷一齊下鍋煮熟，連滷裝入缸盆，登時可吃。若要出門，撈乾包帶，作

路菜不壞。按：後法雖較便，但豆皮不能擠去。若用前法，豆皮一擠就去，雪白好看。

製南棗法

用大南棗十個蒸軟去皮核，配人參一錢，用布包寄米飯中蒸爛，同搗勻，作彈子丸收貯，吃之補氣。

仙菓不飢方

大南棗一片，好柿餅十塊，芝蘇半斤，去皮炒。糯米粉半斤炒，將之蘇先研成極細末候用，棗柿同入在飯中蒸熟，取出去皮核子蒂，搗極爛，和蘇米二粉再搗勻，作彈子丸，晒乾收貯臨，飢時吃之。若再加人參，其妙又不可言矣。

西瓜久放不壞法

用綿沙鋪地令厚，置瓜其上，可以久放。安橙橘等及瓜，安放之處，俱不可見酒。

藏橙橘不壞法

將橙橘藏菉豆中，經久不壞。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・春》 採青楊葉瀹熟，晒作乾菜，若至穀雨則老。做徽乾菜，將秋醃菜食不盡者，沸湯淖過晒乾，磁罌收貯。夏間將菜温水浸過，壓水盡出，香油拌勻，以碗盛，頓飯上。蒸食甚佳，炒肉亦美。

採臭棘芽，滾水焯過，逐日換水，浸至不苦，晒乾收。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 梅餅，用乾梅壹斤，水泡漉出，蒸去核搗爛。再入鮮紫蘇葉五錢，薄荷葉三斤，壹層桃，壹層糖，醃至次日。用竹篩襯油紙二層，將桃排上，炭火烘，至夜冷定，仍入汁浸。來日再烘，俟收完糖汁，再烘乾，磁罌收。

桃紙，將桃蒸熟，去皮核，夏布扭出汁，攤漆桌上如紙薄。日晒將乾，撒白糖壹層，揭起，盒盛，勿見風。

摘文官果，此君如栗之乍乳而加嫩，似蓮之初目而尤甘，加以房中心密，若規楊梅之通體橫陳室內神清，如誚荔支之將膚都艷，誠山中之白雲，亦寰宇之介士也，但恨殼大而無當，實少而僅存耳。

梔子花折處槌碎，插鹽內則不變色。大朵重臺者，糖蜜製之，可作佳果，麪拖，油煎，入糖亦妙。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 玉簪花瓣，拖麵，香油煠過，入少白糖，香中晒。

山丹花大開者，摘瓣蒸晒，即紅花菜，夏月置炕上。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 青梅切片去核，每斤用鹽三兩，醃兩宿。去汁，礬水焯過，晾乾，白糖培之。

蜜梅，用青梅切開去核，每斤入鹽三兩，醃兩宿，加礬醃兩宿，去汁。又加蜜四兩，醃兩宿，將汁空出，入梅醬用。再入多蜜浸之，加玫瑰花更妙。七日後，蜜漸稀，取果出，將蜜入鍋熬水氣盡，再加新蜜，冷定，方入果浸。

糖脆梅，用青梅以刀劃成路，將熟冷醋浸過夜，取出控乾。別用熟醋調沙糖浸沒，盛以新瓶，竹衣紮口，仍覆以碗，藏地內，深半尺，上用泥蓋，過白露節，取出，換糖浸。

鹽梅，用大青梅每斤拌鹽四兩，日晒夜浸，俟乾任用。

紅梅，用八九分熟梅子，單排籠內蒸熟，連籠置日中晒乾。若再露壹夜，拌皂突內灰即烏梅。

梅醬，用熟梅蒸爛去核，每肉壹斤加鹽三錢，攪勻，日晒至紅黑色，加白豆蔻仁、檀香末些須，紫蘇、白糖調，磁罌收。又方：熟梅四斤打破，加鹽壹斤，醃以無鹽粒爲度。加紅糖五斤，紫蘇葉四兩，薄荷葉二兩，輕紗罩定，日晒成醬。入罐，再晒數日，勿着雨水。

桃乾，用五月桃八分熟者十斤，蒸皮縐，取出，去皮，剖兩半，去核。加白糖三斤，壹層桃，壹層糖，醃至次日。用竹篩襯油紙二層，將桃排上，炭火烘，至夜冷定，仍入汁浸。來日再烘，俟收完糖汁，再烘乾，磁罌收。

梅蘇丸，用乾梅壹斤，水泡漉出，蒸去核，搗爛。再入鮮紫蘇葉五錢，薄荷葉四兩，檀香末二兩，白糖斤半，熟糯米麪不拘多少，同搗爲丸，磁罐收。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・夏》 櫻桃乾，用熟櫻桃十斤，白糖三斤，將櫻桃從蒂上去核，實糖其中，餘糖拌勻，放碗內過宿。次早滾湯蒸碗，看糖汁起星取起，用竹篩襯油紙托之，炭火烘乾。冷定，仍入汁浸，磁罐收貯，時常晒之。

狀元紅，用玫瑰花去心蒂，并白色者，礬水漉過，再將鹽梅用水洗，剉碎，鋪花壹層於碗內，稀撒梅壹層，白糖壹層，醃過宿。入鍋蒸極透，磁罐收。薔薇同法。

玫瑰糖，取純紫玫瑰花瓣搗成膏，梅水浸少時，夏布絞去濁汁，多糖研勻，日

清味美。取未開者裹以鉛粉線紮兩頭日久猶芳兼治雀斑。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 梨膏，將梨搗爛扭汁，入沙鍋，或銅鍋內，文火熬至滴水成珠。凡酸梨，換水煮熟，則甜美。

梨乾，甜梨去皮，切厚片，火焙乾，允爲佳果。

新棗纔熟，乘清晨，連小枝葉摘下，勿損傷，通風處晾去露氣。用新缸無油酒氣者，清水刷淨，火烘乾，晾冷。淨稈草晒乾，候冷。壹層草，壹層棗，入缸，封嚴。冬月勿致凍壞傷熱，可至新正，充鮮品。

嫩藕搗碎，鹽醋拌食，可以醒酒。綠豆粉調沙糖，灌藕孔中，紮定，煮熟，切片用。藕切斜片則不脫。

蜜煎藕，取嫩藕去皮，切條或片，焯半熟。每斤用白梅四兩，煮湯壹大碗，浸藕壹時。撈出控乾，以蜜六兩浸過宿，去汁。另取好蜜十兩，漫火煎如琥珀色，放冷，入磁罐收。

糖煎藕，用大藕五斤切碎，日晒出水氣。沙糖五斤，蜜壹斤，金嬰末壹兩，同入磁器內。泥封口，漫火煮壹時，待冷開用。

淨藕蒸爛，風前吹晾少時，石臼中搗極細，入糖蜜再搗令勻。取出作團，停冷硬，淨刀隨意切食。糖爲佳，蜜須適中，過用則稀。百合、芋，俱可照法做。藕以鹽水供食，則不損口。同油爆米麵果食，則無渣。

醃柿，用水壹甕，置柿其中，數日即熟。或埋河沙水中，二日取食，更甜脆。與蠣同食，令腹疼。

柿餅，用大柿去皮捻扁，日晒夜露至乾，納甕中，自生柿霜。食柿飲醇酒，患心疼。

核桃熟時摘下，漚爛皮肉，取核用麻布袋盛，掛當風處，則不腻。留種者勿摘俟其青皮裂自落乃佳。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 熟柿去蒂，入好麵末，蒸酒浸沒，封口，來春取用。

酸棗取紅軟者，箔上晒乾，入鍋，加水僅掩棗，煮沸，即漉出。入盆研，布絞取濃汁，塗器上，晒乾取爲末。遠行和米炒解饑渴，甚妙。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 芝蔴酪，將芝蔴用滾水盪過，布包搥去皮，搗爛。加粉團調成糊，入鍋熬熟，加松子、瓜子、核桃仁、白糖調之。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 蜜煎冬瓜，用經霜老冬瓜，去皮及近瓤者，用近皮肉切片，沸湯焯過，放冷。以石灰湯浸壹宿，去灰水，以蜜放沙鍋內熬熟，文火熬至滴水成珠。凡酸梨，換水煮熟，則甜美。

梨乾，甜梨去皮，切厚片，火焙乾，允爲佳果。

新棗纔熟，乘清晨，連小枝葉摘下，勿損傷，通風處晾去露氣。用新缸無油酒氣者，清水刷淨，火烘乾，晾冷。淨稈草晒乾，候冷。壹層草，壹層棗，入缸，封嚴。冬月勿致凍壞傷熱，可至新正，充鮮品。

嫩藕搗碎，鹽醋拌食，可以醒酒。綠豆粉調沙糖，灌藕孔中，紮定，煮熟，切片用。藕切斜片則不脫。

蜜煎藕，取嫩藕去皮，切條或片，焯半熟。每斤用白梅四兩，煮湯壹大碗，浸藕壹時。撈出控乾，以蜜六兩浸過宿，去汁。另取好蜜十兩，漫火煎如琥珀色，放冷，入磁罐收。

糖煎藕，用大藕五斤切碎，日晒出水氣。沙糖五斤，蜜壹斤，金嬰末壹兩，同入磁器內。泥封口，漫火煮壹時，待冷開用。

淨藕蒸爛，風前吹晾少時，石臼中搗極細，入糖蜜再搗令勻。取出作團，停冷硬，淨刀隨意切食。糖爲佳，蜜須適中，過用則稀。百合、芋，俱可照法做。藕以鹽水供食，則不損口。同油爆米麵果食，則無渣。

醃柿，用水壹甕，置柿其中，數日即熟。或埋河沙水中，二日取食，更甜脆。與蠣同食，令腹疼。

柿餅，用大柿去皮捻扁，日晒夜露至乾，納甕中，自生柿霜。食柿飲醇酒，患心疼。

核桃熟時摘下，漚爛皮肉，取核用麻布袋盛，掛當風處，則不腻。留種者勿摘俟其青皮裂自落乃佳。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・秋》 熟柿去蒂，入好麵末，蒸酒浸沒，封口，來春取用。

酸棗取紅軟者，箔上晒乾，入鍋，加水僅掩棗，煮沸，即漉出。入盆研，布絞取濃汁，塗器上，晒乾取爲末。遠行和米炒解饑渴，甚妙。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 芝蔴酪，將芝蔴用滾水盪過，布包搥去皮，搗爛。加粉團調成糊，入鍋熬熟，加松子、瓜子、核桃仁、白糖調之。

丁宜曾《西石梁農圃便覽・冬》 蜜煎冬瓜，用經霜老冬瓜，去皮及近瓤者，用近皮肉切片，沸湯焯過，放冷。以石灰湯浸壹宿，去灰水，以蜜放沙鍋內熬熟，下瓜片微煎，漉出。別用蜜再煎，看瓜色微黃傾出，待冷，磁罐收貯，煉蜜養之。蜜浸亦美。

木瓜膏，小雪後，木瓜水氣少乾，用滾水煮熟，勿太爛。揣攤稀布掙上，其細膏即透過，用竹刀刮下。每斤加白糖壹斤，趕碎，粗羅羅過，拌入膏內，攤油紙上，少刻成膏。山楂同法。

木瓜切片，沸湯焯過，不可爛。涼水拔過，節盛空乾。糖瓜相間培之，廿日可用。欲久留者，多加糖。又方，先

藕粉非自磨者，信之不真。百合粉亦然。

阿桂《滿洲源流考》卷二〇《國俗・雜綴》　《大金國志》：金太祖十四年，生紅芍藥花，北方以爲瑞。女真多白芍藥花，皆野生，絶無紅者。好事之家採其芽爲菜，以麪煎之，凡待賓齋素，則用之，金人珍甚，不肯妄設。遇大賓縷切數絲，置楪中以爲異品。按：今英莪門外獵場中，有芍藥兩叢相對，繁柯密葉，鬱然猶存，其下不生雜草。土人云，凡鳥獸避跡不敢踐踐，花時人過之畏不採擷。或有所犯必致疾病，因名其地爲花園。詳見《御製花園詩》序及注。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》　藥製柑橘餅

《北硯食規》：用元明粉、半夏、青鹽、百藥草、天花粉、白茯苓各五錢，訶子、甘草、烏梅去核各二錢，硼砂、桔梗各三錢。以上俱用雪水煎半乾，去渣澄清，取湯煮柑橘，炭墜微火烘，日翻二次，每次輕輕細捻，使藥味盡入皮內，如捻破則不妙。能清火化痰，寬中降氣。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》　青鹽陳皮

《百草鏡》：製青鹽陳皮，即蘇州宋公祠遺法也。陳皮二觔，河水浸一日，竹刀輕刮去浮白，貯竹筐內，沸湯淋三四次，用冷河水洗淨，不苦爲度，曬至半乾，可得淨皮一觔。初次用甘草烏梅肉各四兩，煎濃汁拌曬夜露，俟酥捻碎如豆大，再用川貝母去心四兩，青鹽三兩，研爲細末，拌勻曬露，乾收貯。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》　藕粉節粉

冬日掘取老藕，擣汁澄粉乾之，以刀削片，潔白如鶴羽。入食品，先以冷水少許和勻調，次以滾水沖入，即凝結如膠，色如紅玉可愛，加白糖霜摻食，大能和營衛生津。《綱目》：藕下止載，澄粉作食，輕身延年，而不知其功用更專益血止血也。凡一切症皆不忌，可服養餘。《月令》有澄藕粉法。取粗藕不限多少，洗淨截斷，浸三日夜，每日換水，看極淨漉出搗如泥，以布絞淨汁，又將藕渣搗細，又絞汁盡，卻輕濾去渾腳，以清水少和攪之，然後澄去清水，下即好粉，曬乾收貯。和糯粉白糖蒸食之，或以白糖開水沖服俱可。菱粉芡粉，俱用此法。

味甘，氣芬芳，性平，調中開胃，補髓益血，通氣分，清表熱。常食安神生智慧，解暑生津，消食止瀉。

節粉，出淮安寶應一帶，多有之，乃藕節擣澄取粉曬乾，其價較藕粉數倍。

味甘，微帶苦，性平，開腸，補腰腎，和血脈，散一切瘀血，生一切新血，產後及吐血者食之尤佳。

《宦遊筆記》：淮以南皆澤國，居人蒔藕，暇則濾爲粉，淘汰既淨，去其渣滓，存其甘液，風吹日曝，漸成碎珠，以湯沃而食之，純任天然，別有風味，亦野物之可尚者矣。尤著名者曰片粉，澤藕之極佳者，淘曬人工十倍尋常，及其既成，則如白雲，片片纖塵不染，味亦絶勝，非大有力者不能製也。

八仙藕粉，《經驗廣集》：此粉滋胃保元，治一切虛勞雜症。白花藕粉，白茯苓、白扁豆炒，蓮肉、川貝母、山藥、白蜜各等分，人乳另入，滾水沖，不拘時食。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》　菱粉蒂殼

《湖州府志》：菱本兩角者，有果菱差小，有湖趺菱色紅而大，有青菱色青角曲而利。四角者野菱，最小者角極銛，有棗州菱實豐而美。近又有無角者，名餛飩菱。德清有雞腿菱、文武菱。

菱有多種，老則皆可爲粉，造粉之法與造藕粉同，食菱粉而腹脹者，用薑湯或酒解之。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《果部上》　芡粉

《嘉泰會稽志》：芡一名雞頭，山陰梅市産之最盛，有數等，小白皮最佳，大白皮中，白皮其皮甚堅難剝，黃嫩者太軟，皆不逮也。造粉與藕菱同法。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》　荸薺粉

《童北硯食規》：出江西虔南，土人如造藕粉法製成，貨於遠方，作食品一名烏芋粉，又名黑三稜粉。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》　橙餅

《同壽録》有製橙餅法。方擇半黃無傷損橙子，太青者性硬難酥。將小刀花成稜，入淨水浸去酸澀水，一二天每日須換水，待軟取起，擠去核，再浸一二天取起，將箸腳插入，每縫觸碎內瓤，然後入鍋用清水煮之，勿令焦，約有七八分爛，取出拌上潔白洋糖，須乘熱即拌即日曬之，待糖吃進，再摻再曬，令糖吃足，將乾糖再塞入橙肚內，罌壓扁入瓶貯用，亦可點湯服。

師範《滇繫》卷四之一《賦産・異産》　百合花，滇俗以插瓶，而其實則比佳果以爲饋出。于曲靖、南甯、宣威且洗之以爲粉，清香粹美。滇俗以臨安藕粉，南甯百合粉，宣威蕨粉，充官塲餽送。

楊炳南《海録・西南海・邦項》　沙穀米亦以木液爲之，其木大者合抱，砍伐破碎，舂之成屑，則以水洗之，去其滓，俟其水澄，取其下凝者，暴乾成粉，復以水洒之，則累累如顆珠，煮食之可以療饑。

秦嘉謨《月令粹編》卷三《春總》 蜜漬梅花。《山家清供》楊誠齋詩云：甕澄雪水釀春寒，蜜漬梅花帶露餐。句裏略無烟火氣，更教獨上少陵壇。剥白梅肉少許，浸雪水，梅花温釀之，露一宿取去。蜜漬之，可薦酒。較之敲雪煎茶，風味不殊也。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·夏總雜識》 羅浮橘。《廣州記》：羅浮山有橘，夏熟，實大如李，剥皮噉則酢，合食極甘。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·十一月雜識》 藏金橘。《常氏日録》：十一月收藏金橘法，安錫器内，芝蘇雜之，經久不壞。苦橙橘之屬，藏菉豆中極妙，勿近米邊，見米即爛。

秦嘉謨《月令粹編》卷二三《補遺·十二月令雜識》 土栗。《山家清供》：芋名土芝，小者煨乾入甕，候寒月，用稻草蓋熟，色香如栗，名土栗，雅宜山舍擁爐之夜供。

顧仲《養小録》卷上《醬之屬》 藕粉

以藕節浸水，用磨一片架缸上，以藕磨擦，淋漿入缸，絹袋絞濾，澄去水曬乾。每藕二十斤，可成一斤。

松柏粉

帶露取嫩葉搗汁，澄粉作糕，用之緑香可愛。

顧仲《養小録》卷上《餌之屬》 梅醬

三伏取熟梅搗爛，不見水，不加鹽，曬十日，去核及皮，加紫蘇，再曬十日收貯，用時或鹽或糖。代醋亦精。

梅滷

醃青梅滷汁至妙，凡糖製各果，入汁少許，則果不壞，而色鮮不退。代醋拌蔬更佳。

顧仲《養小録》卷中《果之屬》 青脆梅

青梅必須小滿前採，總不許犯手，此最要訣。以筯去仁，篩内略乾。每梅三斤十二兩，用生甘草末四兩，鹽一斤，炒待冷，生薑一斤四兩，不見水搗碎。青椒三兩，旋摘晾乾，紅乾椒半兩，揀净，一齊炒拌，用木匙抄，入小瓶。先留些鹽摻面，用雙層油紙加緜紙，緊扎瓶口。

又法

礬水浸透，粗麻布二塊，先用炒鹽納錫瓶底，上加礬布一塊，以筯取生青梅放入，上以礬布蓋好，以鹽摻面封好。此法雖不能久，然盛夏極熱時，取以供客，有何不可。

橙餅

大橙子連皮切片，去核搗爛，絞汁，略加水，和白麵少許煮之，急朵熟加白糖，急朵入瓷盆，冷切片。

藏橘

松毛包橘入罐，三四月不乾。緑豆藏橘亦可久。

山查餅

同橙餅法，加烏梅湯少許，色紅可愛。

假山查餅

老南瓜去皮去瓤切片，和水煮極爛，剉匀煎濃，烏梅湯加入，又煎濃，紅花湯加入，急剉趁溼加白麪少許，入白糖盛瓷盆内，冷切片，與查餅無二。

醉棗

揀大黑棗，用牙刷刷净，入臘酒娘浸，加真燒酒一小杯，瓶貯封固，經年不壞。

梧桐豆

梧桐子一炒，以木搥搥碎，揀去殼，入鍋加油鹽，如炒豆法，以銀匙取食，香美無比。

櫻桃法

大熟櫻桃去核，白糖層疊，按實瓷盆，半日傾出糖汁，沙鍋煎滾，仍澆入。一日取出，鐵箭上加油紙攤匀，炭火焙之，色紅，取下大者兩個讓一個，讓，套入也。小者三四個讓一個，曬乾。

蜜浸諸果

滷諸果，先以白梅汁拌，以提净上白糖加入，後加蜜，色鮮味不走，久不壞。

桃參

好五月桃飯鍋頓，取出，皮易去，食之大補。

桃乾

半生桃，蒸熟去皮核，微鹽摻拌，曬過再蒸再曬，候乾，白糖層疊，入瓶封固，飯鍋頓三四次，佳。李乾同此法。

醃柿子

秋柿半黄，每取百枚，鹽五六兩，入缸醃下，入春取食，能解酒。

酥杏仁

杏仁泡數次，去苦水，香油煠浮，用鐵絲杓撈起，冷定，脆美。

素蟹

核桃擊碎，勿令散，菜油炒，入厚醬白糖砂仁茴香酒少許燒之，食者勿以殼輕棄，大有滋味在內，愈餂愈佳。

天茄兒

鹽焯糖製，俱供茶，醬醋焯拌，過粥尤佳。

桃漉

爛熟桃，納瓮蓋口，七日漉去皮核，密封二十七日，成酢，香美。

藏桃法

午日煮麥麪粥糊，入鹽少許，候冷入瓮，以半熟鮮桃納滿，瓮內封口，至冬月如生。

杏漿

熟杏研爛，絞汁，盛瓷盤曬乾收貯，可和水飲，又可和麪作餅。李同此法。

鹽李

黃李鹽挼去汁，曬乾去核，復曬乾，用時以湯洗淨，供酒佳。

糖楊梅

每三斤，用鹽一兩淹半日，重湯浸一夜，控乾，入糖二斤，薄荷葉一大把，輕手拌勻，曬乾收貯。

楊梅生

臘月水，同薄荷一握，明礬少許，入瓮投浸枇杷、林擒、楊梅，顏色不變，味涼可食。

栗子

炒栗，先洗淨入鍋，勿加水，用油燈草三根，圈放面上，只煮一滾，久悶，甜酥易剝。熟栗風乾，栗糟食，甚佳。

地梨

帶泥封乾剝淨，糟食下酒，至品也。

郝懿行《寶訓》卷五《果實》 藏棃法。初霜後即收，霜多則不得經夏也。於屋下掘作深窖，阬底無令潤溼，收棃置中，不須覆蓋，便得經夏。摘時必令好接，勿令損傷。凡醋棃易水熟煮則甜美而不損人也。

郝懿行《寶訓》卷五《果實》 作白梅。梅子酸核，初成時摘取，夜以鹽汁漬之，晝則日曝。凡作十宿十浸，十日便成矣。調鼎和鹽，所在多入也。作烏梅，亦以梅子核初成時摘取，籠盛，於突上熏之令乾，即成矣。烏梅入藥，不任調食也。作杏李麨法，杏李熟時多收取，盆中研之，生布絞取濃汁，塗盤中，日曬乾，以手磨刮取之，可和水爲漿及和米麨，所在多入也。

郝懿行《寶訓》卷五《果實》 作酸棗麨法。多收紅輭者，箔上日曝令乾。大釜煑之，水僅足淹，一沸即漉出。盆研之，生布絞取濃汁，塗盤上或盆中，盛暑日曝使乾，漸以手摩掌取爲末。以方寸七投于一椀水中，酸甜味足，即成好漿。遠行用和米麨，飢渴得當也。

郝懿行《寶訓》卷六《木材》 崔寔曰：二月榆莢成，及青收，乾以爲旨蓄。收青莢小蒸，曝之，至冬以釀酒，滑香，宜養老。色變白將落，可作醬醷。醬音牟，醷音頭，榆醬。隨節早晏，勿失其適。《務本新書》：榆葉曝乾，擣羅爲末，鹽水調勻，日中炙曝。天寒，于火上熬過，拌菜，食之味頗辛美。案：荒歲，榆皮磨粉可食。又榆麨如膠，用黏瓦石極有力。

吳應逵《嶺南荔支譜》卷六《裸事下》 某所作荔支湯，擘生荔支肉，別貯其自然汁，以水解白沙蜜，漸入和合，令味相得，即并荔支肉上火煮減半，以瓷合貯之，計客數，人一勺。又令入湯小半盞煎沸，用紗囊盛龍腦，先撲熱盞乃注湯。黃庭堅《再答王補之》

吳應逵《嶺南荔支譜》卷六《裸事下》 鄉人常選鮮紅者，於竹林中擇巨竹，鑿開一竅，置荔子節中，仍以竹籜裹泥固封其隙，藉竹生氣滋潤，可藏至冬春，色香不變。徐勃《荔支譜》

吳應逵《嶺南荔支譜》卷六《裸事下》 舊時採貢，以蠟封其枝，或蜜漬之。而近代奸幸之徒，連株以進，南人苦之。《廣州志》

又法，在樹時，并荔葉翦之，置新瓦壜中，泥柊葉封其口，倒沈井中，有佳宴非時出之，色如新，可支一日。崔弼《白雲山志》

佚名《救荒良方・療饑良方》 千金麨

白麵（六斤）、茯苓（去皮，四兩）、甘草（去皮，二兩）、乾薑（二兩），三味焙燥磨末。蜜（一斤）、菜油（二斤）、生薑（四兩，打汁），右和成塊切片，甑內蒸熟，陰乾。舂末每服一酒鍾，湯水皆可下，最能耐饑。其麵絹袋盛之，可留經久。或淡鹽湯調服，亦可。

行糧

白茯苓（一斤）、淮山藥（一斤）、白蜜（二斤）、乾薑末（二兩）、黃米（二斤）、白麵（二

斤)、香油(半斤)、鷄豆粉(半斤),共勻蒸熟,切片,陰乾後磨末。絹袋盛之,十年不壞。每服一二匙,新水調下。乙日一服,氣力如常,亦不饑餓。

又方

白茯苓、山藥(用白果取漿,拌濕)、香油、白糖霜(各一斤),乾薑末(二兩)、薄荷末(二兩)、炒黃米粉(三升)、炒白麵(三升),共蒸熟,用紙糊蒲□盛之,少食極能濟饑。

太乙糧

茯苓(去皮,四兩)、頭白麵(二兩),水和作餅,以黃蠟三兩煎熟。飽食一頓,便絕食。辟穀至三日,覺難忍,以後氣力漸生也。熟果芝蘇湯米,飲涼水,微用些少,以潤腸胃,無令涸竭。仍用飯食時,用葵菜湯並米飲湯稀粥,少少服之。

辟穀治病

松香(淨者十斤),以桑柴灰淋汁一石,煮五七沸,濾出冷水中,旋煮十次,乃白。每斤如雲茯苓(四兩)爲細末,每服粥湯下二錢,每日三服,久則不饑,兼治百病(一方止用松香,服十兩已上不饑)。

四仙丹

松脂(即松香)、杏仁(去雙仁,去皮尖)、棗肉、茯苓(去皮),各等入,搗爲丸。食後五十粒,可不饑。

松柏

松柏葉同骨碎,補食,有味。骨碎補,一名猴薑,去皮,忌鐵器。

餐柏食松

紫花地丁草陰乾,貫衆、乾薑、熟地、當歸、白茯苓、陳皮、花粉、大黑棗各等分爲末,煉蜜爲丸,如彈子大。每用大黑豆一升,用七九小新砂鍋煮透,曬乾收貯。每採松柏,或各種樹葉同豆食,不澀苦。服乙飽,自不饑矣。

柏葉

扁柏葉燒成白灰,每服三錢,冷水服,七日不饑。渴飲涼水,忌茶。

食柏葉

杜仲(一斤,去皮,醋浸焙乾)、荆芥穗、茯苓(去皮)、甘草(去皮,各一斤)、薄荷(八兩),共細末,蜜丸如小指大。將柏葉水洗,和丸入口,細嚼食之。

又方

茯苓(去皮)、杜仲(去皮,醋浸焙乾)、甘草(去皮)、荆芥(穗各一斤),共爲末,蜜丸如桐子大。每服數丸,細嚼,即吃草木,可以充飢。止有惡草竹葉不可食。

常見苦行僧人入山耽靜,必炒鹽入竹筒携往,云食草葉有毒,惟鹽可解。或云先食碧雲草,則草木葉皆可食。

食松柏葉

茯苓(去皮)、骨碎補(去毛)、杏仁(去雙仁)、甘草(去皮)、共搗末,醋水同食,香美(一方無甘草,有芝蘇。食柏葉,有味;食松葉,有火辣氣)。

蠟油煮柏

黃蠟(八兩)、麻油(八兩),共熬入竹筒中。每用,傾鍋中,取扁柏嫩葉入鍋煮食。三四兩,十日半月不饑不渴,生津。此油蠟,日日作之皆不耗折。

祖師救饑方

核桃仁(去皮)、茯苓(去皮)、薄荷葉(各四兩)、杏仁(去雙仁皮尖一兩,煮熟)、甘草(去皮,一兩)、嫩桔梗(二兩,去小枝)、小茴香(炒)、貫衆(各四兩),共細末,或烘或曬,候冷瓶收。每用一匙,含口中,百般草木枝葉細嚼。至飽乃止,依舊氣力不減。松柏葉更妙。

六祖救饑方

柏子仁、茯苓(去皮)、甘菊花,三味共末,醋蜜丸,空心冷水下。此藥名爲養道丹,休將輕泄等閒看。若人不信饑餐了,一月之中即不餐。

訪道丹

蒼术(米泔水浸去皮,爲末)、白芝蘇(生研)、紅棗(蒸去皮核,各一斗),共搗丸,胡桃大。每一丸,冷水服一二日,不饑。渴飲冷水,一切物不可食,食之反餓。又如不大饑,服之不驗。

又方

水煎百沸棗數枚,芝蘇合許,每日服之,不死。

行路不饑

生薑、杏仁各四兩,棗去皮核,用二斤,共打爲丸,桐子大。饑食一丸。

又方

凡遠行,水火不便,或修行,欲省緣休糧,用黃耆、赤石脂、龍骨(各三錢),防風(五分),烏頭(一錢炮),於石臼內搗一千杵,煉蜜丸,如彈子大。要行遠路,飽食飯一頓,服一丸。

預備療飢

白菊花、白蠟等分爲丸,如彈子大。水服一丸,可五六日不饑。又一服,可

十餘日不饑。

休糧

禹餘糧、明雄黄(水飛，各四兩)、麥門冬(去心)、茯苓(去皮，各一斤)，爲末，蜜丸彈子大。水吞三丸，可行百里，渴任飲水。

又方

明雄黄(一兩)、麥門冬(四兩)、茯苓(四兩)、蕨粉(四兩)，共爲末，蜜丸桐子大。每服三丸，一日不饑。

滾水療飢

水經百滾煎熬，亦能補人。曾在嚴陵見衲僧枯坐深崖，多積山柴，每日煎服沸水數碗，棗數枚，芝蘇合許，可百日不死。

救饑方

芝蘇三升，糯米三升(俱水淘，曬乾，悠火炒)。先將糯米磨成粉，和入芝蘇，再磨一遍。另用紅棗三斤(煮爛，只留汁肉，濾去皮核)，同粉石臼内搗熟，丸如彈子大(約重五錢)，白湯下。每服一丸，可耐一日饑，久服勿餓。

梁章鉅《浪跡三談》卷三《杏仁》 《癸辛雜識》載松雪云，杏仁有大毒，須煮令極熟，中心無白爲度，方可食用，生則能殺人。凡煮杏仁汁，若飲犬貓立死。

羅日褧《咸賓録》卷六《柯枝》 柯枝，古槃槃國也，【略】産蓬蓬奈，肉紅味甘，夷人乾以附遠。

王培荀《聽雨樓隨筆》卷三 黄豆作腐清溪，每於冬至前後日凍之，堅冰外結，幻泡中嵌，望之如蜂房蓮子以供。食單無腐相亦無腐氣，得味外味焉。建南觀察徐長發《凍豆腐》云：冰性能教玉質融，遠勢遺餉雪霜中。高情自此珍羞重，雅誼還憐菜把同。杜老延賓無俗物，坡公餽歲有鄉風。紛紛槃肉何須羨，便坐清懽免送窮。餞歲筵前風致殊，食單添注進屠蘇。作羹合遣辛柈共，截肪應教丙穴輸。餐向百年明素志，讚成三德慰清娱。自註：虞道園讚豆腐有三德。菜根滋味平生願，我本寒酸一腐儒。灌縣歲造凍豆腐，饋各憲及朋好。

黄輔辰《營田輯要》外篇《附考・雜植》 棗類甚多，西北可抵半糧，味甘能開胃健脾，果中之最良者。初截取大棗旁條二三尺移栽。棗性堅硬，其生晚芽未出者，勿遽芟除。諺有棗樹三年不算死，亦有栽久而後生者。收刺，取全赤者，撼而落之爲上。一法，將纔熟棗，清晨連枝葉摘下弗傷損，晾去露氣。用新缸洗淨，烘乾待冷，取淨稈草晒乾，亦待冷。一層草，一層棗，入缸封固，來歲猶鮮。晒棗宜箔上，勿著草臭，勤扒。夜不必聚，得露氣速成，遇雨則聚而苫之，以乾爲度。乾棗一石，以酒一升漱著器中，密泥之，經數年不壞。

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷五〇《食貨志二・物産》 造釀之屬：【略】

藕粉見《文安志》。杏仁粉按：以杏子仁甜者，磨爲粉，然不盡純，或雜以薯粉，土人和餳調水，爲杏兒茶。柿霜詳果屬。蜜漬果脯按：有杏脯、桃脯、頻婆脯。酸梅按：用杏子青者浸灰去核及滓，和以餳，加以冰塊，土人謂之酸漿水。亦有將浸烟杏子撈取略乾，模作餈，可水化食之，暑天食最宜。

李鴻章、黄彭年等光緒《畿輔通志》卷七三《輿地二十八・物産一》 玫瑰有二種，其一種色黄，出燕中，花稍小於紫玫瑰。《遵生八箋》宜肥土，常加澆灌，性好潔，最忌人溺。可入茶、入酒、入蜜。《草芳譜》紫色叢生，有刺，極酸，可作膏食之。其法：去蒂，用烏梅少許，加紅沙糖千杵，置罐内以泥封固，轉曬過三伏可食。《盤山志》

俞樾《茶香室三鈔》卷二五《芭蕉脯》 國朝王士禎《香祖筆記》云：偶閲安老懷幼方，載製芭蕉脯法。蕉根有兩種，一種黏者可食，取作手大片，灰汁煮熟，去汁，再以清水煮易水，令灰味盡。取壓乾，乃以鹽醬蕪荑乾薑熟油胡椒等，研泡一兩宿，取出焙乾，略槌令軟。食之，全類肥肉之味。

按：芭蕉可作脯，世鮮知者。余家多芭蕉，行試爲之，或亦一佳味也。其書又有製蓮子脯，牛蒡脯法，今不録。

俞樾《茶香室四鈔》卷二八《藏荔支宜密封》 宋范成大《吴船録》云：招送客燕於眉山館，偶有荔子兩柈留館中，經宿取視，緑葉紅實粲然。乃知尋常用籃絡盛貯，徒欲透風，不知爲雨露沾灑，風日炙薄，經宿色香都變。試以數百顆貯以大合密封之，走价入成都，以遺高宋二使者，亦兩夕到。二君回書云：風露之氣如新。記之以告好事者。按：今輪船往來閩廣，荔支皆可至吴下，則此法尤不可不知也。

富察敦崇《燕京歲時記・榆錢糕》 三月榆初錢時，採而蒸之，合以糖麪，謂之榆錢糕。四月以玫瑰花爲之者，謂之玫瑰餅。以藤蘿花爲之者，謂之藤蘿餅。皆應時之食物也。

富察敦崇《燕京歲時記・酸梅湯》 酸梅湯以酸梅合冰糖煮之，調以玫瑰木樨冰水，其涼振齒。以前門九龍齋及西單牌樓邱家者爲京都第一。

富察敦崇《燕京歲時記・蓮瓣西瓜》 凡中秋供月，西瓜必參差切之，如蓮花瓣形。

鄒存淦《田家占候集覽》卷九《十月》 是月亥日，食餅令人無病。

李鍾珏《新嘉坡風土記》 甘蜜樹高與人齊，其葉長三寸，兩端銳，中寬寸餘。採而搗之，其漿成蜜，甘與蜂蜜相埒，歐洲各藥中多用之，銷行甚廣。

增韞《柞蠶雜誌・柞》 柞有三種，其葉光澤，尖而長者，名尖柞，枝葉與栗子樹等。【略】

此三種樹，除養蠶之外，尚有四大利。其實房生，名曰橡子，橡子之殼爲橡碗，可以染青，南省綢緞，其青色者，雖敝垢而色不落，即用橡碗所染。其粉可食，晉庾袞傳，與邑人入山拾橡。唐杜甫流離回谷，拾橡而食，皆食其粉也。然須用水漂去苦澁，磨成細粉，再用水漂淨即可食。

馮一鵬《塞外雜識》 張掖山丹，百里之中，皆產林檎果甚甘美。居民收而搗之作成單，印爲龍鳳花卉之形，宮中以爲籠罩糖果之單，遂得是名。

蔣博《盤山志》卷一五《物產》 橡斗子。《莊子》狙公賦芧即此，實可爲粉，中秋前後熟即墮地，居人拾之，以水漬數日，曬乾去殼，復漬數日，磨濾去滓水，亭成粉不澱爲度，或云可愈痢。

孫廷銓《顏山雜記》卷二《風土歲時》 四月蠶熟槲葉長，皆取葉裹粟米麪、山花作角食。

八九月，拾橡栗作粉食。

著録

周文華《汝南圃史・自序》 余性癖閒嗜淡，每於圻堂隙地，邀漢陰丈人、青門野叟，相與商蒔花課竹，鋤豆種瓜之法，緑煙埋檻，紅雨沉牕，不使金谷梓里傲人於千載，是吾迂也。既而染指雞肋，羈身京洛，政苦黄塵蔽面，故園清夢，時時在鶯巢蝶隊間。適王君仲至，貽我《花史》十卷，閱之，乃周允齋先生所輯。一時幽馨異彩，披拂几案，覺塵土腸胃灑然若洗，真不減沸鼎中清泠泉也。稍恨詮集未該，漫取架頭野牒，并標耳目覩記，若竹木蔬藜菜菽之屬，聿爲若干卷，使世有

草》，皆因飲饌以調攝人，非爲救荒也。《救荒本草》二卷，乃永樂間周藩集録而刻之者，今亡其板。濂家食時，訪求善本，自汴攜來。晉臺按察使石岡蔡公，見而嘉之，以告于巡撫都御史蒙齋畢公。公曰：「是有裨荒政者。」乃下令刊布，命濂序之。按《周禮》大司徒以荒政十二聚萬民，五曰舍禁。夫舍禁者，謂舍其虞澤之厲禁，縱民采取以濟饑也。若沿江瀕湖諸郡邑，皆有魚蝦螺蜆菱芡茭藻之饒，饑者猶有賴焉。齊梁秦晉之墟，平原坦野，彌望千里。一遇大侵，而鵠形鳥面之殍，枕藉于道路。吁，可悲已！後漢永興二年，詔令郡國種蕪菁以助食。然五方之風氣異宜，而物產之形質異狀，名彙既繁，真贋難別。使不圖列而詳説之，鮮有不以虵床當蘼蕪，薺苨亂人參者，其弊至於殺人，此《救荒本草》之所以作也。是書有圖有説，圖以肖其形，説以著其用。首言產生之壤，同異之名；次言寒熱之性，甘苦之味；終言淘浸烹煮蒸晒調和之法。草木野菜，凡四百一十四種。見舊《本草》者一百三十八種，新增者二百七十六種云。或遇荒歲，按圖而求之，隨地皆有，無艱得者。苟如法采食，可以活命。是書也，有功於生民大矣。昔李文靖爲相，每奏對常以四方水旱爲言。范文正爲江淮宣撫使，見民以野草煑食，即奏而獻之。畢蔡二公刊布之盛心，其類是夫！

《救荒本草》總目

草木野菜等共四百一十四種出《本章》一百三十八種，新增二百七十六種。

草部二百四十五種

根及實皆可食五種
根笋可食三種
根及花可食二種
花可食五種
花葉可食五種
花葉及實皆可食二種
葉皮及實皆可食二種
莖可食三種
笋可食一種
笋及實皆可食一種

木部八十種

葉可食二百三十七種
實可食六十一種
葉及實皆可食四十三種
根可食二十八種
根葉可食一十六種

米穀部二十種

果部二十三種

菜部四十六種

曹溶《倦圃蒔植記・序》 小園花木率皆舊栽，年來稍補其缺畧，而種植之法，素所未諳，實藉場師指授，因一一識之。李贊皇平泉之記，殊覺不達，吾所不效，不過偶爾興趣所寄，涉筆及之，畧次其大概，無分品之高下，亦非以所愛者先之，所不愛者後之也。康熙甲子立夏後二日倦圃老人書。

高士奇《北墅抱甕録・序》 東坡云，士大夫逢時遇合，跬步至公卿非難，而歸田爲難。此雖有激之言，至謂歷官釋肩而去，如大熱遠行，雖未到家，得清涼館舍，解衣漱濯，已足樂矣。此非親履其境，意適於中者不能道。歐陽公之切於釋位歸田也，至欲以得罪去，其言發於至性，如飢者之不忘食，益知士非求進之難，而乞身之難也。余以陋劣謬直禁幄，十有三年，夙夜惴惴，惟負職是慮。顧君恩深重，未敢言歸，每作草堂諸圖以自況。己巳冬日，仰託聖恩，放歸田里，急就北墅，薙荒删穢，修植竹樹，分畦種菜，手自灌溉，雖體有微勞，而心無驚怖。合之東坡大熱遠行，初得解衣漱濯之語，殊是有味，益信歐陽之欲以得罪而去之非藉口也。因疏墅中花竹、草木、果蔬、藥蔓之屬，爲抱甕録。昔東坡在南海，食蠔而美，貽書叔黨，曰無令中朝士大夫知，恐爭謀南徙以分此味。余亦不願輦下諸君子見此録，使知退閒之有以樂其樂也。康熙庚午秋七月江邨高士奇識。

藝文

嚴可均《全後漢文》卷六五劉楨《瓜賦》 楨在曹植坐，厨人進瓜，植命爲賦，促立成。其辭曰：

含金精之流芳，冠種瓜吕作珍。三星在隅，温風節暮，枕翹于藤，流美遠布。黄華炳曄，潛實獨著，豐細異形，圓方殊務。揚暉發藻，九采雜揉，厥初作苦，終然允甘。應時湫熟，含蘭吐芳。藍皮蜜理，素肌丹瓤。乃命圃師，貢其最良，投諸清流，一浮一藏。更布象牙之席，薰玳瑁之筵。凭彤玉之几，酌撩碧之樽。析吕金刀，四剖三離，承之吕雕盤，羃之吕纖絺。甘逾蜜房，冷亞冰圭。《藝文類聚》八十七，《文選》顔延年皇太子釋奠會詩注。《初學記》十，又二十七，引四條。又《御覽》二百四十六，八百十九，九百七十八。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二五《菓實部》 魏文帝《示羣臣詔》

中國珍果甚多，葡萄當其末夏，涉秋尚有餘暑，醉酒宿醒，掩露而食，甘而不飴，爲縣切。脆而不酸，冷而不寒，味長汁多，除煩解悶。又釀以爲酒，甘於麴蘗，善醉而易醒，道之固已流涎咽唾，況親食之耶，他方之果，寧有匹者。

《全三國文》卷二五鍾會《蒲萄賦并序》 余植蒲萄于堂前，嘉而賦之，命荀勗

并作。《御覽》九百七十二。

美乾道之廣覆兮，佳陽澤之至淳。覽遐方之殊偉兮，無斯果之獨珍。託靈根于玄圃，植昆山之高垠。綠葉翦鬱，曖若重陰翳羲和。秀房陸離，混若紫英乘素波。仰承甘液之靈露，下歙豐潤于醴泉。總衆和之淑美，體至氣于自然。珍味允備，與物無儔。清濁外暢，甘旨內遒。滋澤膏潤，入口散流。《藝文類聚》八十七。

嚴可均《全晉文》卷四五傅玄《菊賦》 布濩河洛，縱橫齊秦。掇巳纖手，承巳輕巾。服之者長壽，食之者通神。《藝文類聚》八十一。

嚴可均《全晉文》卷四五傅玄《瓜賦》 調土下種，播之有經。應運俟時，員甲徐生。遂日就而月將，既成母而盤縈。次落莫之密葉兮，交逶迤之修莖。敷碧綠之純采，金華炳其朗明。育之巳人功，養之巳六氣。白者如素，黑者如黔。白黑二語從《御覽》補。黔淺黑也，蓋深紫者耳，然今世此瓜甚少，余傳食十一省，未之見。黃逾金綃，青侔含翠。雖貍首之甘美兮，未若東野之奇偉。舊有蜜甫，及青栝樓，嘉味溢口，異類寡儔。一齧之頃，至三搖頭。選美芳園，重簡其珍。披巳吳刀，承巳朱盤，中割而破，雖分若完。質兼三味，氣美芳蘭。愈得冷而益甘兮，顧神爽而解煩。細肌密理，多瓤少瓣，豐旨絶異，食之不飽。《藝文類聚》八十七，《初學記》二十八，《御覽》九百七十八。

嚴可均《全晉文》卷四五傅玄《安石榴賦》 烏宿中而織條結，龍辰升而丹葉繁。其在晨也，灼若旭日棲枝桑。其在昏也，爽若燭龍吐潛光。苞玄黃之烈輝，含綠緣暐曄而焜煌。發朱榮于綠葉，時從風而飄揚。《藝文類聚》八十六，《御覽》九百七十。

嚴可均《全晉文》卷四五傅玄《棗賦》 有蓬萊之嘉樹，值神州之膏壤。擢剛莖巳排虛，誕幽根巳滋長。北陰寒門，南臨三江。或布燕趙，或廣河東。既乃繁枝四合，豐茂翁鬱。斐斐素華，離離朱實。脆若離雪，甘如含蜜。脆者宜新，當夏之珍。堅者宜乾，薦羞天人。有棗若瓜，出自海濱。全生益氣，服之如神。《初學記》二十八引兩條，《御覽》九百六十五。

嚴可均《全晉文》卷四五傅玄《李賦》 植中州之名果兮，結修根于芳園。嘉列樹之蔚蔚兮，美弱枝之妥妥。既乃長條四布，密葉重陰，夕景迴光，傍蔭蘭林。于是肅肅晨風，飄飄落英。潛實內結，豐彩外盈。翠質朱變，形隨運成。清角奏而微酸起，大宮動而和甘生。既變洽熟，五色有章，種別類分，或朱或黃。甘酸得適，美逾蜜房。浮彩點駁，赤者如丹，入口流澌，逸味難原。兒之則心悅，含之則神安。乃有河沂黃建，房陵縹青，一樹三色，異味殊名。乃上代之所不覩兮，咸升御乎紫房。周萬國之口實兮，充薦饗于神靈。昔怪古人之感睨，乃荅之巳實瓊。翫斯味之奇瑋兮，然後知報之爲輕。《藝文類聚》八十六，《初學記》二十八，《御覽》九百六十八。

嚴可均《全晉文》卷四五傅玄《桃賦》 有東園之珍果兮，承陰陽之靈和。結柔根巳列樹兮，豔長畝而駢羅。華落實結，與時剛柔，既甘且脆，入口消流。夏日先熟，初進廟堂，辛氏踐秋，厥味益長。亦有冬桃，冷侔冰霜，放神適意，恣口所嘗。華升御于內庭兮，飾佳人之令顏。實充虛而撥飢兮，信功烈之難原，嘉放牛于斯林兮，悅萬國之乂安。望海島而慷慨兮，懷度朔之靈山。何茲樹之獨茂兮，條枝紛而麗閑。根龍虬而雲結兮，彌千里而屈盤。禦百鬼之妖慝兮，列神荼巳司奸。辟凶邪而濟正兮，豈唯榮美之足言。《藝文類聚》八十八，《初學記》二十八。

嚴可均《全晉文》卷四五傅玄《蒲桃賦》 跨龍堆之險，越懸度之阻。涉乎三光之阪，歷乎身熱之野。《御覽》九百七十二。

嚴可均《全晉文》卷四五傅玄《桑椹賦》 繁實離離，含甘吐液。翠木三變，或玄或白。嘉味殊滋，食之无斁。《御覽》九百七十三。

嚴可均《全晉文》卷八五張載《安石榴賦》 有石榴之奇樹，肇結根于西海。仰青春巳啟萌，晞朱夏巳發采。揮光垂綠，擢幹曜鮮。燄若翠翡俱栖，爛若百枝竝然。煥乎郁郁，焜乎煌煌，仰映青霄，俯燭蘭堂。侶西極之若木，譬東谷之扶桑。于是天迴節移，龍火西夕，流風晨激，行露朝白。紫房既熟。《文選》潘岳《閒居賦》注作獨熟。頳膚自拆。剖之則珠散，含之則冰釋。充嘉味于庖篘，極醉酸之滋液。上薦清廟之靈，下羞玉堂之客。《藝文類聚》八十六，《御覽》九百七十。

嚴可均《全晉文》卷八五張載《瓜賦》 羊骹虎掌，桂枝蜜筩。或玄表丹裏，呈素含紅。豐膚外偉，綠瓤內醲。甘柤夏熟，丹柰含芳。朱李零于桂圃，蒲萄潰于椒牀。雖茲肴之孤起，莫斯瓜之允臧。超椰子于南海，越橘柚于衡陽。若乃檳榔椰實，龍眼荔枝，徒巳希珍，難致爲奇，論實比德，孰大于斯。《藝文類聚》八十七，《御覽》九百六十八，又九百七十八。

嚴可均《全晉文》卷八五張協《都蔗賦》 若乃九秋良朝，玄酎初出。觴浮華黃，酒飲累白。挫斯蔗而撩渴，若嗽醴而含蜜，清津滋于紫梨，流液豐于朱橘。擇蘇妙而不逮，何況沙棠與椰實。《藝文類聚》八十七，《御覽》九百七十四，《大觀本草》

二十三。

姚合《姚少監詩集》卷一〇《詠新菊》 黄金色未足，摘取且嘗新。一作新嘗。若待重陽日，何曾異衆人。一作香。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二五《菓實部・櫻桃薦酪》 杜牧之和裴傑《新櫻桃詩》云：忍用烹酥酪，從將洗玉盤。流年如可驗，何必九華丹。遂知唐人已用櫻桃薦酪也。

王禹偁《小畜集》卷五《甘菊冷淘》 經年厭粱肉，頗覺道氣渾。孟春致齋戒，勅厨唯素飧。淮南地甚暖，甘菊生籬根。長芽觸土膏，小葉弄晴暾。采采忽盈把，洗去朝露痕。俸麪新且細，溲溲如玉敦。隨刀落銀鏤，煮投寒泉盆。雜此青青色，芳香敵蘭蓀。【略】

梅堯臣《宛陵集》卷一〇《尹陽尉耿傳惠新栗》 金行氣已勁，霜實緑林梢。尺素走下隸，一奩來遠郊。中黄比玉質，外刺同茨苞。野人寒齋會，山爐夜火炮。黎慚小兒嗜，茗憶蠹官拋。此焉真可貶，遽爾及衡茅。

歐陽修《文忠集》卷一二九《辨甘菊説》 《本草》所載菊花者，世所謂甘菊，俗又謂之家菊，其苗澤美味，甘香可食。今市人所賣菊苗，其味苦烈，迺是野菊，其實蒿艾之類，强名爲菊爾。家菊性涼，野菊性熱，食者宜辨之。余近來求得家菊植於西齋之前，遂作詩云：明年食菊知誰在，自向欄邊種數叢。余有思去之心久矣，不覺發於斯。

司馬光《傳家集》卷二《晚食菊羹》 朝來趨府庭，飲啄厭腥羶。況臨敲扑喧，慣慣成中煩。歸來褫冠帶，杖屨行東園。菊畦濯新雨，緑秀何其繁。平時苦目瘍，滋味性所便。采擷授厨人，烹瀹調甘酸。毋令薑桂多，失彼真味完。貯之鄱陽甌，薦以白木盤。餔啜有餘味，芬馥逾秋蘭。神明頓颯爽，毛髮皆蕭然。迺知愜口腹，不必矜肥鮮。嘗聞南陽山，有菊環清泉。居人飲其流，孫息皆華顛。嗟予素荒浪，强爲簪緌牽。何當葺弊廬，脱略區中緣。南陽包嘉種，蒔彼數畝田。抱甕親灌溉，爛漫供晨餐。浩然養恬漠，庶足延頹年。

張舜民《畫墁集》卷二《山果》 煮酒堆山果，新茶下粉團。似梅嫌足核，如蜜少加酸。公子傾金彈，行人漏蠟丸。吾鄉元不識，歸日畫圖看。

蘇軾《東坡全集》卷二三《慧苞》 【略】絳囊懸荔支，雪粉剖桄榔。不謂蓬荻姿，中有藥與糧。春爲茨珠圓，炊作菰米香。子美拾橡栗，黄精誑空腸。今吾獨何者，玉粒照座光。

黄庭堅《山谷集》卷六《廖致平送緑荔支，爲戎州第一》 王公權家荔支緑，廖致平家緑荔支。試傾一栝重碧色，快剥千顆輕紅肌。撥醅蒲萄未足數，堆盤馬乳不同時。誰能同此勝絶味，唯有老杜東樓詩。杜子美《宴戎州東樓詩》云：重碧酤春酒，輕紅剥荔支。

黄庭堅《山谷集》卷七《鄒松滋寄苦竹泉橙麴蓮子湯三首》 新收千百秋蓮藥，剥盡紅衣搗玉霜。不假參同成氣味，跳珠椀裏緑荷香。

黄庭堅《山谷外集詩注》卷一一《寄題安福李令先春閣》 【略】安得攜手嬉，烹茶煨鴨脚。歐陽公和梅聖俞鴨脚子詩：絳囊因入貢，銀杏貴子州。又詩：鴨脚雖百箇，得之誠可珍。

祝穆《古今事文類聚》後集卷二五《菓實部》 黄魯直《戲答晁適道乞消梅》青莎徑裏香未乾，黄鳥陰中實已團。蒸豆作鳥鹽作白，屬聞丹杏薦牙盤。

又

北客未嘗眉自顰，南人詫説齒生津。磨錢和蜜誰能許，去蔕供鹽亦可人。

蘇轍《欒城集》卷五《食雞頭》 芡葉初生縐如穀，南風吹開輪脱殼。紫苞青刺攢蝟毛，水面放花波底熟。森然赤手初莫近，誰料明珠藏滿腹。剖開膏液尚模糊，大盎磨聲風雨速。清泉活火曾未久，滿堂坐客分升掬。紛然咀嚼惟恐遲，勢若羣雛方脱粟。東都每憶會靈沼，南國陂塘種尤足。東遊塵土未應嫌，此物秋來日嘗食。

蘇轍《欒城集》第三集卷二《白菊》 白菊長先黄菊開，年年九日泛新醅。猶存古歷摽花候，不奈時人信手栽。得勢從教盈九畹，俛眉聊復引三盃。愈風明目須真物，能使神農爲爾回。

蘇轍《欒城集》第三集卷三《食鷄頭》 風開芡莠鉄爲鬚，斧斫沙磨旋付厨。細嚼兼收上池水，徐嚥還成滄海珠。佳客滿堂須一斗，閒居賴我近平湖。多年不到會靈沼，氣味宛然初不殊。

唐庚《眉山詩集》卷三《武興謡》 去年山中無黍稷，只有葖根并橡實。葖根作麪如食蜜，橡實炊飯如剥栗。東家有錢食橡實，西家無錢惟食葖。今年葖盡橡實貴，山中人作寒蟬枯。

李綱《梁谿集》卷一〇《以蜜漬荔枝寄遠》 遠謫南圖食荔枝，始知圖記不予欺。欲將千顆封題去，無那三朝色味移。蜜漬僅能存典則，日乾愈更失珍奇。俗知妙質爲何似，甘露明珠絳殼皮。

李綱《梁谿集》卷一七《煨芋》 今夕何夕夜未央，天寒擁爐更漏長。縮肩環坐有飢色，呼童取芋灰爲塘。蹲鴟得火良易熟，脫落皮毛如紫玉。迭煨迭進爭相先，笑語頗喧知實腹。錦里先生亦不貧，家園收拾動千斤。凶年自可活妻子，美好不減岷江濱。鄴侯昔遊衡嶽左，懶瓚食餘貽半箇。我今歸去隱家山，豈復從人覓殘顆。臞儒奉養亦已微，一飽便吟煨芋詩。君不見齊公夜半意不嗛，易牙煎熬燔炙，和調五味而進之。

李綱《梁谿集》卷二二《蒸栗》 風霜開栗蠒，孕此頳虬卵。嘉哉古所贊，飣餖入籩豆。纍纍紫腰菱，爛爛火鑪薪。幽人夜讀書，坐對銅檠短。颼颼石鼎沸，焰焰地爐暖。式將瓦甑炊，剖殼黃玉軟。乘飢進五六，腹已果然滿。吾嘗位將相，日食萬錢饌。荒山啖芋栗，自勝太官膾。乃知一飽餘，萬品徒過眼。聊持薦杯酒，不假玻瓈盌。憂慨不成眠，夜寒空展轉。

李綱《梁谿集》卷二二《煨芋》 禪房夜坐腹半飢，寒爐撥火煨蹲鴟。凍膚傍煖漸舒暢，展轉更覺鳴聲悲。毳衣脫落豐肌滑，玉軟酥香不勞齧。芳甘著頰自生津，多病文園正消渴。吾生老矣來荊蠻，得汝聊助禦儒餐。不學當年鬼谷子，龔土堆頭拜懶殘。

李彌遜《筠谿集》卷一五《和少章罌粟湯》 旋烹雪粒勝瓊漿，撲鼻香浮繞夜窗。甘比玉蓮開太華，色分秋練淨澄江。魔軍戰睡猶堅壁，筆陣催詩欲納降。已聽鏗鏘驚俚耳，强顏猶把寸莖撞。

汪藻《浮溪集》卷二九《食十月蕈》 佳蕈出何許，南山白雲根。畦丁入雲採，徧以脫葉翻。戢戢寸玉嫩，纍纍萬釘繁。中涵烟霞氣，外絶沙土痕。下筯極雋永，加餐亦平温。伊昔貴公子，鮮肥厭羔豚。爭啖肉菌美，共品天花尊。居然此珍産，以遠莫見論。生令五鼎味，但飽三家村。伊余少所嗜，頭白歸故園。日獲甘脆享，人言老饕存。棋脯固已陋，竹枯何足言。從今大嚼處，不復思居門。蜀人以菌雜雞羊爲腊寄遠，號棋脯。陽羨三月，有蕈出竹根，正赤，土人競食之，曰竹枯蕈。

周紫芝《太倉稊米集》卷一九《韻作詩僕亦同賦聊爲江南解嘲》 【略】紅薑抹縷雜吴鹽，纖手淹梅帶微辣。【略】

周紫芝《太倉稊米集》卷三七《食橄欖記客語》 【略】紅鹽落青子，嚼玉宜芳鮮。色香苦未發，遂雜春客煎。清香雖覆椀，翠潤殊嫣然。【略】

李正民《大隱集》卷九《泉守汪兄内翰惠荔子蕉乾》 遠使擔簦到草堂，泉州太守未相忘。素書豈但寒暄問，筐實仍分果蓏香。荔子尚滋閩嶺露，蕉乾猶帶粤林霜。自憐遼鶴歸飛倦，咀嚼偏知氣味長。

曹勛《松隱集》卷二一《山居雜詩》 蒲桃天下冠，太原與全邠。邠故近西涼，種植紛士民。豈但馬乳堆，殆若荔子春。爲膏爲酒醴，香味有此珍。

張栻《南軒集》卷七《賦羅漢果》 黄實纍纍本自芳，西湖名字著諸方。里稱勝母吾常避，珍重山僧自煮湯。

范成大《石湖詩集》卷二七《四時田園雜興六十首·冬日田園雜興十二絶》之八 楷柮無煙雪夜長，地爐煨酒煖如湯。莫嗔老婦無盤飣，笑指灰中芋栗香。

陳造《江湖長翁集》卷七《竹米行》 竹君亢宗擅楚墟，一一脩聳山澤腴。風流秀整與世殊，楚俗食息皆爾須。薪之雛之且蘧蒢，笋筥箱筐籠篋笈。溝瓦厥祖羹其雛，隨索斯獲掇諸塗。今歲麥秋旱歲餘，得麥僅足償官租。竹君憫農如士夫，著化結實千林俱。密砌玉粒綴旒珠，株株擷取雖錙銖。彌頃亘畝無閑株，碓磨蒸炊勝雕葫。鄰里乞索水火如，坐令鄴蹙興歌呼。野叟好事能分吾，香清而洌甘而腴。此君行能不一書，此惠及物旋就枯。摩頂放踵忘其軀，所學無乃墨者徒。老子苟禄天之隅，袖手無策蘇婷孤，投匕三嘆吾慙渠。

楊萬里《誠齋集》卷七《夜坐以白糖嚼梅花》 剪雪作梅只堪嗅，點蜜如霜新可口。一花自可嗤一杯，嚼盡梅花幾杯酒。先生清貧似饑蚊，饞涎流到瘦脛根。贛江壓糖白於玉，好伴梅花聊當肉。

楊萬里《誠齋集》卷八《蜜漬梅花》 麴塵雪水釀春寒，蜜點梅花帶露餐。句裏略無烟火氣，更教誰上少陵壇。

楊萬里《誠齋集》卷一一《梨》 掛冠大谷肯干時，飣坐風流特地奇。骨裏馨香衣不隔，胸中氷雪齒偏知。賣漿碎搗瓊爲汁，解甲方憐玉作肌。老子醉來渾謝客，見渠倒屣只嫌遲。

楊萬里《誠齋集》卷一一《蒲桃乾》 涼州博酒不勝凝，銀漢乘槎領得歸。玉骨瘦來無一把，向來馬乳大輕肥。

楊萬里《誠齋集》卷一一《櫻桃煎》 含桃丹更圓，輕質觸必碎。外看千粒珠，中藏半泓水。何人弄好手，萬顆搗空脆。印成花鈿薄，染作氷澌紫。此果非不多，此味良獨美。

楊萬里《誠齋集》卷一四《德遠叔坐上賦肴核·蜜金橘》 風飡露飲橘洲仙，胸次清于月樣圓。俠客偶遺金彈子，蜂王撚作菊花鈿。

楊萬里《誠齋集》卷一九《大司成顏幾聖率同舍招游裴園泛舟繞孤山賞荷花晚泊玉壺得十絶句》　城中擔上買蓮房，未抵西湖泛棹航。旋折荷花剥蓮子，露爲風味月爲香。

楊萬里《誠齋集》卷二〇《嘗枸杞》　芥花菘荅餞春忙，夜吠仙苗喜晚嘗。味抱土膏甘復脆，氣含風露嚥猶香。作齏淡著微施酪，芼茗臨時莫過湯。却憶荆溪古城上，翠條紅乳摘盈箱。

楊萬里《誠齋集》卷二〇《食雞頭子二首》　江妃有訣煮真珠，菰飯牛酥軟不如。手擘鷄頭金五色，盤傾驪頷琲千餘。夜光明月供朝嚼，水府龍宫恐夕虚。好與藍田餐玉法，編歸辟穀赤松書。

三危瑞露凍成珠，九轉丹砂鍊久如。鼻觀温芳炊桂歇，齒根熟軟剥胎餘。半甌鷹爪中秋近，一炷龍涎丈室虚。却憶吾廬埜塘味，滿山柿葉正堪書。

楊萬里《誠齋集》卷二七《初食太原生蒲萄時十二月二日》　淮南蒲萄八月熟，縱可作耙已無肉。老夫臘裏來都梁，飢坐那得馬乳香。分明猶帶龍鬚在，徑寸玄珠肥十倍。太原青霜熬絳餳，甘露凍作紫水精。隆冬壓架無人摘，雪打冰封不曾拆。風吹日炙不曾腊，玉盤一朵直萬錢。與渠傾蓋真忘年，君不見道逢麴車口流涎

陳景沂《全芳備祖集》後集卷一五《木部・槐》 七言八句

漢家宮殿蔭長槐，嫩色葱葱不染埃。天使龍旌穿影去，勾陳豹尾拂枝來。青蟲挂後蜂衙子，素月生時桂並栽。我意方同杜工部，冷淘惟喜葉新開。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷一九《木部・椰子》 七言絶句

山谷椰子冠

碩果不食寒林梢，剖而器之如懸匏。故人相見各貧病，且可烹茶當酒肴。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二四《蔬部・枸杞》 雜著

天隨宅荒，少牆屋，多隙地，著圖書所前後皆植以杞菊，卷苗恣肥，得以採擷，供左右杯。案：及夏五月，枝葉老硬，氣味苦澁，旦暮猶責兒童輩掇拾不已。人或歎曰：千乘之邑，非無好事之家，日欲擊鮮爲具以飽君者多矣，君獨閉關不出，率空腸貯古聖賢道德言語，何自苦如此。天隨生笑曰：我幾年來忍饑誦經，豈不知屠沽兒有酒食耶。退而作《杞菊賦》以自廣云：惟杞與菊，偕寒互緑，或顥或苕，烟披雨沐。我衣敗絺，我飯脱粟。羞慚齒牙，苟且粱肉。蔓延駢羅，其生實多。爾杞未棘，爾菊未莎。其如予何，其如予何。天隨《杞菊賦》天隨生自言與通守劉君循古城廢圃求杞菊食之，捫腹而笑，然後知天隨之言可信不謬，作後杞菊賦以自嘲，且解之云。【略】吾方以杞爲粱，以菊爲糗，春食苗，夏食葉，秋食花實，而冬食根，尚庶幾乎河西南陽之壽。東坡《後杞菊賦》張子爲江陵之數月，時方仲春，草木敷榮，經行郡圃，意有所欣，爰命採掇，付之庖人。汲清泉以細烹，屏五味而不親，甘脆可口，蔚其芬馨，蓋日爲之加飯，而他物不足以前。陳客有問者曰：異哉，先生之嗜此也。昔蘇子之在膠西，值黨禁之方興，歎齋厨之蕭條，乃覽乎草木之英。今先生當無事之時，據方伯之位，掾吏奔走，顧指如意，廣厦延賞，毬場享士，清酒百壺，鼎臑俎載，宰夫奏刀，各獻其技，顧何求而弗獲，雖醉飽其何忌，而乃樂從野叟之餐。【略】張南軒《續杞菊賦》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷二四《蔬部・枸杞》 七言古詩

菊芽伏土糝青粟，杞笋傍根埋紫玉。雷聲一夜雨一朝，森然奔出如蕨苗。先生饑腸詩作梗，小摘珍芳汲水井。風爐蟹眼候松聲，罨雛親撈微蒂生。爛炊雕胡淅青精，羹以天隨寒緑萌。饑時作羹仍作羹，飽拔龍鳳同庖烹。大官蒸羊壓花片，宰夫腩躁削瓊輭。豹胎熬出禍胎來，貴人有眼何曾見。天隨尚有愁作魔，枸杞作棘菊作莎。君不見黄金錢照紅玉豆，秋高更覺風味多。先生釀金煉紅玉，自莎自棘如予何。金空玉盡苗復出，喫苗喫花并喫實。天隨白眼屠沽兒，不道有人頭上立。誠齋

七言八句

僧房藥樹依寒井，井有香泉樹有靈。翠黛葉生籠石甃，殷紅子熟照銅瓶。枝繁本是仙人杖，根老新成瑞犬形。上品功能甘露味，還知一勺可延齡。劉夢得

芬花松荅餞春忙，夜吠仙苗喜晚嘗。味飽土膏甘復脆，氣含風露咽猶香。作羹淡著微施酪，羹茗臨時莫過湯。却憶荆溪古城上，翠條紅乳摘盈箱。楊誠齋

七言絶句

雨餘芽甲翠光匀，杞菊成蹊亦自春。骨相定知非食肉，可能常伴箇中人。

晦翁

幽叢秀色可攬擷，煮餅菊苗新注湯。飲水食蘗浪自苦，摩挲滿懷春草香。

山谷自採菊苗爲湯餅。

陳景沂《全芳備祖集》後集卷三一《藥部・薏苡》 五言古詩

伏波飯薏苡，禦瘴傳神良。能除五溪毒，不救讒言傷。讒言風雨過，瘴癘久之，以爲士不遇窮約可也，至于饑餓嚼草木則過矣。而予仕宦十有九年，家日益貧，衣食之奉，始不如昔者。及移守膠西，意且一飽，而齊厨索然不堪其憂，日與通守劉君循古城廢圃求杞菊食之，捫腹而笑，然後知天隨之言可信不謬，作後杞菊賦以自嘲，且解之云。【略】吾方以杞爲粱，以菊爲糗，春食苗，夏食葉，秋食花實，而冬食根，尚庶幾乎河西南陽之壽。東坡《後杞菊賦》張子爲江陵之數月，時方仲春，草木敷榮，經行郡圃，意有所欣，爰命採掇，付之庖人。汲清泉以細烹，屏五味而不親，甘脆可口，蔚其芬馨，蓋日爲之加飯，而他物不足以前。陳客有問者曰：異哉，先生之嗜此也。昔蘇子之在膠西，值黨禁之方興，歎齋厨之蕭條，乃覽乎草木之英。今先生當無事之時，據方伯之位，掾吏奔走，顧指如意，廣厦延賞，毬場享士，清酒百壺，鼎臑俎載，宰夫奏刀，各獻其技，顧何求而弗獲，雖醉飽其何忌，而乃樂從野叟之餐。【略】張南軒《續杞菊賦》

陳景沂《全芳備祖集》後集卷三一《藥部・檳榔》 七言八句

初遊唐安飯薏米，炊成不減雕胡美。大如芡實白如玉，滑欲流匙香滿屋。腹腴項臡不入盤，況復飡酪誇甘酸。東歸思之未易得，每以問人人不識。嗚呼奇木從古棄草菅，君試求之籬落間。放翁

陳景沂《全芳備祖集》後集卷三一《藥部・檳榔》 七言古詩

海角人煙百萬家，蠻風未變事堪嗟。果堆羊闕烏青欖，菜飣丁香紫白茄。楊梁實酸薄荷子，山茶無葉木棉花。一般氣味真難學，自啖檳榔當啜茶。鄭松窻薄荷如棗而酸。

曾極《金陵百咏・楸檳》 形如木瓜，熟時金黄，陶弘景五和糝中用之。

子丹進饌色微黃，仙老調腑有禁方。五和糝奇無處覓，模橅新熟壓枝香。

楊愼《全蜀藝文志》卷二十史子玉《枸杞賦》 【略】逸士襲其馨而挹其味，不幸則樵夫野叟爨之，弃而斧之戕也。於是小摘荐至大烹，可期錯落琉璃之碎，青葱雨露之滋。憫寒庖之屢空，笑盛饌之莫知。燎南山之煤，嬰西澗之水，潔闕瓦缶，酌中火劑。登俎過熟，噴香霧之蒙茸。舉箸頓空，覺餘糝之滑美。混甘苦而爽口，逼寒涼而液齒，知再飯之幾加，陋八珍之鮮味。朝焉咀英，暮焉茹脆，曾不論乎韭菘，又何數乎尊豉，殆不可無此君於一日，又何拘乎去家之一思。【略】

張之翰《西巖集》卷八《食栗》 只爲中藏一味甜，豈容外護十分嚴。矮爐入夜從渠爆，深袖藏春旋自拈。蠟彈破慳侵指甲，蜜泥供軟上牙尖。燕人若准今年直，千户侯名更合添。

陳旅《安雅堂集》卷一《瓊芽賦》 欒陽之野多芍藥，人掇其芽以爲蔬茹。雖武邢遵道始治之，以代茗飲，清腴甘芳，能輔氣導血，非茗飲所能及也。至治中，有旨命如法以進，天子飲而嘉之，於是乎有瓊芽之名。夫芍藥之爲物，以花艷取重於流俗，至用爲藥餌爲烹腜之滋，皆不足以盡芍藥之妙。自著《本草》以來，至今世始得，因遵道以所蘊者見，知天子何其遇之晚也。余惟物之不遇於世者多矣，固有一無所遇而竟已者，而不欲以他伎自衒，至晚始一遇者，亦可悲也。余年四十又一，始爲國子助教，天曆二年夏，扈從至上京，因過邢生飲瓊芽，而生徵余賦其辭曰：

繄神皋之深迤兮，余嘗策馬而孤征。朱光熇陰雨復暘兮，瓊芽怒抽寖滿乎郊坰。彼婦子之踵踵兮，持頃筐以取盈。蓋淹之以爲葅兮，復芼之以爲羹。交野茹以雜進兮，至溷辱於腐腥。既不得吐層花以當春兮，又不爲雅劑以上下乎參苓。懿邢生之嗜奇兮，顧與世而相違。户腰艾其總總兮，則紉蘭而佩之。閔靈苗之純嬴兮，曾不得邑其所施。乃登廣原，涉芳澨，披翳卉，擷珍裁。盛以文竹之筥，屑以緑石之碓。瀹之以檻泉，爆之以夫遂。廣延紺霜遜其色，丹丘寶露愧其液。諸柘巴且甘，斯埒也。留夷軒于芬，斯奪也。乃若瀹霤既收，涼吹初作，鷫旄罷獵，張宴廣漠。舞魚龍於鈞天，厭牛羊於珠澤。亟命進乎瓊芽，俾得聯于玉食。當是時也，金沙紫筍，龍安騎火，乳窟仙掌，蒙頂麥顆，皆於邑以無色，甘退列于下佐。夫何一幽人兮，孥孤芳以徘徊，撫年歲之既晏兮，恐繁霜其崔嵬。念寵榮之所在兮，競膏車以先馳。或以近而易與兮，或以遠而不見推。或握瑜以來毁兮，或羣薦而非瓌。以媚世者之誠可恥兮，則寧抱吾素而委蛇。

黃溍《文獻集》卷二《灤陽邢君隱於藥市，製芍藥芽代茗飲，號曰瓊芽，先朝嘗以進御云》 君家藥籠有新儲，苦口時供茗飲須。一味醍醐充佐使，從今合喚酪爲奴。

芳苗簇簇遍山阿，珠蕾金芽未足多。千載茶經有遺恨，吴儂元不過灤河。

春風北苑圖時新，萬里函封效貢珍。羨爾託根天尺五，不勞飛騎走紅塵。

許有壬《至正集》卷六《食槐花》 庭槐老能花，色與秋俱妍。涼颸動蔽蔽，金屑堆鮮鮮。薄言頃筐墜，湘以清冷泉。薑鹽與宜之，粗熟正味全。芳日發齒類，小苦見本然。少陵賦冷淘，每誦輒垂涎。

許有壬《至正集》卷一三《地椒》 凍雨催花紫，輕風散埜香。刺沙尖葉細，敷地亂條長。楚客收成裹，奚童擷滿筐。行廚供草具，調鼎汝非良。

許有壬《至正集》卷二四《蓮子湯》 玉井經秋收翠蓋，水仙分杵出玄霜。可憐太華高千丈，辦得華磁一勺香。

洪希文《續軒渠集》卷五《啖杞菊》 《本草》：枸杞冬採根，春夏採葉，秋採莖實，久服輕身不老，一名仙人杖。千歲，其根如犬。

雷聲殷殷草頭青，又見春風拂翠屏。夜吠精神存下體，日餐功効益頹齡。雪蚕辦葛巾與芒屩，明鹽豉輕調酒半醒。葅細筆茶初熟，春要採首陽令。白樂天詩：不知靈藥根成狗，怪得時聞夜吠聲。陸機嘗詣王濟，濟指羊酪謂機曰：卿吴中何以敵此。答曰：千里蓴羹未下鹽豉。

李昱《草閣詩集》卷三《宣州城外泊》 宣州城外泊，古樹已棲鴉。客路三千里，人烟八九家。爐煨霜後菜，瓶煮雨前茶。深夜延清話，煁頻剪燭花。

李昱《草閣詩集拾遺・五月辭》 【略】果壓冰盤水晶碎，蔗漿似酒甜難醉。

顧嗣立《元詩選》初集卷六郭恩《醉梨》 白雪春香洗未殘，玄霜誰遣凍成團。涞封圓顆盤增滑，蜜和濃醬齒避寒。【略】

顧嗣立《元詩選》二集卷二一舒頔《題水墨蒲萄》 老龍騰淵雲氣溼，萬斛驪珠夜光泣。秋風吹滿西涼州，釀就清香浮玉液。

周霆震《石初集》卷二《蕨根歎》 【略】焉知屑玉貯綠繒，舂磨殷勤沫膏澤。【略】

陸深《儼山集續集》卷一《邯鄲縣南見捋柳芽充飢者》 青青楊柳樹，終眼學窺春。春風漸暄妍，品彙一以新。如何遭採折，捋之葉屯屯。初疑摘早茗，尤恐識未真。問此胡爲爾，荅云療饑貧。芽苗本可茹，何暇辯芳辛。既免私家競，復

有官道遼。連朝斷烟火，持此抵八珍。地爐酌野水，拾樵煮清淳。幸將糠粃雜，撐腹藉輪囷。去秋淫瘴厄，今春點差頻。焉知歲年計，聊度日暮身。嗚咽語難了，淚落如可紉。見此三歎息，臨岐倍傷神。黎民有菜色，何況等木皴。道路正供億，一日須萬緡。民腹已如此，民力那堪論。王政先煢獨，漢治資良循。天恩倘可乞，咫尺當重陳。

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷七《明徐興公荔支譜六》 荔支樓對酒

荔支新熟雞冠色，燒酒初開琥珀香。欲摘一枝傾一盞，西樓無客共誰嘗。

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷七《明徐興公荔支譜六》 次韻劉燾撫句蜜漬荔支

時新滿座聞名字，別久何人寄色香。葉似楊梅蒸霧雨，花如盧橘傲風霜。每憐蓴菜下鹽豉，肯與葡萄壓酒漿。回首驚塵捲飛雪，詩情真合與君嘗。

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷七《明徐興公荔支譜六》 次韻魯仲錫承議食蜜漬生荔支

代北寒蘆擣韭萍，奇苞零落似晨星。逢鹽久已成枯腊，得蜜猶應是薄刑。欲就左慈求拄杖，便隨李白跨滄溟。攀條與立新名字，見女稱呼恐不經。時有十八娘荔支

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷七《明徐興公荔支譜六》 屠本畯《荔支紀興二十六首》

【略】

其十八

飽飲壺中白玉漿，一迴相遺一迴嘗。鹽官休暇無他事，對客先談製荔方。

【略】

其二十一

小君初學煎支法，乳酪宜浮玉盌看。旋瀋荔花蜂釀蜜，清香不減蔗漿寒。

【略】

其二十六

自起開籠揀荔魁，半將白曬半烘焙。故鄉朋舊應嘲我，不遣紅塵一騎回。

鄧慶寀《閩中荔支通譜》卷一二《鄧道協荔支譜四》 謝陳正字送荔支

十年梨棗雪中看，想見江城荔子丹。贈我甘酸三百顆，稍知身作近南官。

齋餘睡思生湯餅，紅顆分甘愜下茶。如夢泊舩甘柘雨，芭蕉林裏有人家。

橄欖灣南遠客還，煩將嘉果送蓬門。紅衣襞積蠻烟潤，白晒丁香之子孫。

陳繼儒《辟寒部》卷三 嬾殘師詩云：深夜一爐火，煇家圍栗坐。煨得芋頭熟，天子不如我。

彭大翼《山堂肆考》卷二四《果品・土人爲煎》 叙州府土人善爲荔枝煎，可以致遠。黄山谷詩：王公權家荔枝緑，廖致平家緑荔枝。試傾一杯重碧色，抉剥千顆輕紅肌。醱醅葡萄未足數，堆盤馬乳不同時。誰能同此絶勝味，惟有老杜東樓詩。

彭大翼《山堂肆考》卷二〇五《果品・塗山如斗》 《洞冥記》塗山之北，有梨大如斗，紫色，千年一花。冬月，乃實煎之有膏，食者身輕。

彭大翼《山堂肆考》卷二〇八《果品・擘金傾琲》 楊廷秀《食雞頭詩》：江妃有訣煮真珠，菰飯牛酥軟不如。手擘雞頭金五色，盤傾驪頷琲千餘。夜光明月供朝嚼，水府靈宫恐夕虚。好與藍田飡玉法，編歸辟穀赤松書。

李肇亨《清異續録・饌羞》 石榴羹，皮襲美《雨中遊包山精舍詩》云：渴與石榴羹，飢憑胡蘇飯。

高士奇《天禄識餘》卷六《秋橙》 《七命》：燁以秋橙，和以春梅。燁，煮也。

姚之駰《元明事類鈔》卷三三《花草門一・桂花》 天香湯。《清供録》：木樨開時打下，揀去蒂萼，擂爛如泥，入炒塩粉甘少許，勻置磁瓶中。每用沸湯點服，名天香湯。

姚之駰《元明事類鈔》卷三二《蔬穀門・米》 海米。方孝孺《海米行》：海邊有草名海米，大非蓬蒿小非薺。煮米爲飯充朝飢，性命聊假須臾時。

姚之駰《元明事類鈔》卷三三《花草門一・桂花》 桂餅。明莊寶《桂餅詩》：寶鈿和露壓金英，爲趁秋光一日成。

姚之駰《元明事類鈔》卷三四《花草門二・茉莉》 和酒露。范梈詩：茉莉香深和酒露，桄榔葉暗煮塩烟。

陸廷燦《藝菊志》卷四《詩・四言古》 王禹偁《甘菊冷淘》

經年厭粱肉，頗覺道氣渾。孟春奉齋戒，救厨唯素餐。淮南地甚暖，甘菊生如玉墩。隨刀落銀縷，麥投寒泉盆。雜此青青色，芳香敵蘭蓀。一舉無了遺，空餘根。長芽觸土育，小葉弄晴暾。采采忽盈把，洗去朝露痕。俸麵新且細，溲攝魄越盤存。解衣露其腹，稚子爲我捫。飽愧廣文鄭，饑謝魯山元。況我草澤士，藜藿供朝昏。謬因事筆硯，名通金馬門。官供政事食，久值紫薇垣。誰言謫滁上，吾族飽且温。既無甘旨慶，爲知品味繁。子美重槐葉，直欲獻至尊。起予有遺韻，甫也可與言。

陸廷燦《藝菊志》卷四《詩・四言古》 司馬光《晚食菊羹》朝來趨府庭，飲啄厭腥膻。況臨敲朴喧，慣慣成中煩。歸來滌冠帶，杖履行東園。菊畦濯新雨，緑秀何其繁。平時苦目疴，滋味性所便。采擷授廚人，烹瀹調甘酸。母令姜桂多，失彼真味完。貯之鄱陽甌，薦以白木盤。餔啜有餘味，芬馥逾秋蘭。神明頓颯爽，毛髮皆蕭然。乃知悃口腹，不必矜肥鮮。嘗聞南陽山，有菊環清泉。居人飲其流，孫息皆華顛。嗟余素荒浪，强爲簪緌牽。何當緝敝廬，脱畧區中緣。南陽匄嘉種，蒔彼數畝田。抱甕親灌溉，爛漫供晨餐。浩然養恬漠，庶足延頹年。

鄂爾泰等《雲南通志》卷二九之一四吴應枚《滇南雜咏三十首》【略】

碩果何曾墮雪霜，樹頭數載歷青黄。餉君佛手柑如斗，漉取珠槽半甕香。

佛手柑有歷四五年者，取以釀酒味香辣。

【略】

朱黠《東郊土物詩》 任經石屏《荻蔗》諸蔗小林圩，栽植如列杖。一種挺瘦枝，蘆荻比差當。得味自同甘，有節不在壯。寒漿析朝醒，頗藉園翁餉。《咸淳臨安志》：甘蔗舊貢，今仁和小林多種之，小如蘆者曰荻蔗，尤佳。

朱黠《東郊土物詩》 凌爾銓序名爽蓀浦。《穿心蜜橘》南橘豈不佳，兹種尤足貴。虚心謝華飾，通中蘊嘉味。采之未忍擘，霜蒂破香氣。木奴領天機，戒滿託髮髽。

《木蓮汁》

木蓮垂高藤，製汁良可餐。井華浮玉乳，瑩滑徹晶盤。一瓢涼沁骨，祛暑方冰丸。借問蜀祁黎，可能勝清寒。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四九《物産》 乾隆八年御製食栗詩　小熟大者生，大熟小者焦。大小得均熟，所恃火候調。堆盤陳玉几，獻歲同春椒。何須學高士，圈鑪芋魁燒。

〔臣等謹按〕食栗御製詩，是爲首見之篇，謹編載卷内。

祁韻士《西陲竹枝詞・沙棗》 金棗嘗新貯滿籃，離離亦有赤心含。蒲萄美酒雖難匹，風味還憐小釀甘。回人取以釀酒。

祁韻士《西陲竹枝詞・蒲萄》 紫漿凝處似瓊膏，玉露垂涎馬乳高。由土得番，瑣瑣不及馬乳之甘。風味宜人留齒頰，那隨桑落釀仙醪。

韓泰華《無事爲福齋隨筆》卷上 懷遠縣出地椒草，許有壬詩所謂凍雨催花紫，輕風散野香，刺沙尖葉嫩，敷地亂條長者。羊食之肉肥而香，故《灤京雜詠》云：地椒生處乳羊肥。

王端履《重論文齋筆録》卷九 學師盧夢薇梁以東陽土棗餽先南陔師，侑之以詩云：嘉果枝頭熟，樹上熟者土稱原紅。山人摘取偏。剥棗時，先鉤取紅者，後撲青者。色非同假借，湯紅用滾水傚成，原紅則否。甜自貫中邊。原紅較甘於湯紅。小核離應早，原紅核小而不粘肉。黄庭入最先。《本草》：甘先入脾。晨餐薑配煮，用棗七枚，薑二片，煮軟，去薑服之佳。恰好奉高年。高年以能食爲本，薑棗和脾胃，進飲食，多則壅清氣，小兒尤不宜。師依韻答之云：東東筐中果，《東方朔外傳》：武帝時，上林獻棗，上以所持杖擊未央前殿檻，呼朔曰：叱叱先生，東東先生，知此筐中何等物也。朔曰：上林獻棗四十九枚。上曰：何以知之。朔曰：呼朔者上也，以杖擊檻兩木。兩木，林也。東東者，棗也。叱叱，四十九枚。上大笑，賜朔帛十匹。原紅壓樹偏。來詩注云：樹上熟者，土稱原紅。姚合詩：垂藤壓樹偏。赤心岐北極，趙整詩：北園有棗樹，内實有赤心。王子年《拾遺記》：北極岐峯之陰，多棗樹，其實長尺、百歲一實。黄布海東邊。《晏子春秋》：秦穆公以黄布裹烝棗，至東海而投其布，故水赤烝棗，故花而不實。崖蜜甜輸早，用東坡橄欖詩意。離枝辣媿先。去歲先生詠荔枝詩，有瓊液咀餘味轉辛句。安期真可比，豈止二千年。《馬明生别傳》：明生見安期生曰：食棗異美，此間棗小不及憶，此棗未久，已二千年矣。神女曰：昔與君共食一枚，乃不盡，此間小棗，聊可相比也。尋常贈答而考訂精審如是，真令才人學人一齊頫首矣。

王培荀《聽雨樓隨筆》卷四 曹九成號易菴，成都諸生，性耿介，家貧，以詩酒自娱。與陳卯生趙玉山友善，皆一時名士。《醃白菜》云：居然清白與人同，着點鹽梅别有功。健飯將軍誇正好，素餐學士刺常通。可知淡泊皆佳品，莫把酸鹹置下風。昨夜大烹還憶汝，宫商盈齒嚼來工。《凍豆腐》云：腐尚難堪凍柰何，瑩然早被雪霜磨。自他有耀還生中，泣釜何心更起窩。已分糜身調轉去，敢辭徹骨受寒多。閩中欲奏廚刀績，却下晶簾待素娥。越王樓懷古云：瀟灑西風驛路悠，亂山黄葉下綿州。平沙尚見飛雲石，傑閣誰開舊郡樓。簫管人隨殘劫換，芙蓉春滿大江流。憑高漫有興亡感，落日蒼茫古渡頭。此詩魄力沉雄，集中變調，亦集中壓卷。其餘佳句云：天涯易感惟佳節，客裏難逢是酒人。神仙也愛遊塵世，我輩何須定廟廊。可以想其胸襟。

蕭雄《聽園西疆雜述詩》卷三《瓜果》 果樹成林萬顆垂，瑶池分種最相宜。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷七《花部》　菊米

雜録

食品烹飪總部・花草果木部・雜録

焉者城外梨千樹，不讓袁家獨擅奇。

回人好植果木，土宜而味佳，桃二種，枝葉花色，皆與内地同。三月開花，六七月果熟。一種大顆色紅，極圓浄，無尖無毛，甘美多液，一種如内地桃實者。梨有數種，一種皮粗老，酸澁多渣，食之無味，留至次年，俟其凍腐，用冷水浸少頃，冰即透出包裹於外，敲冰食之。凡中煤煙毒，昏迷欲吐，可立解。小販煑熟拌糖，賣爲零食。又有大而圓者，皮厚而味亦淡。惟一種略小而長，皮薄肉豐，心細甜而多液，入口消融，哈喇沙爾所産者，較各處更嘉。阿克蘇克爾品地方之梨，亦稱特出，以余生平所食者，當品爲第一。

山北山南杏子多，更誇仙果好頻婆。棗花落後櫻桃熟，一段風光莫忽過。

江南多杏，不及西域，巴達克山所産，固爲中外極品，而天山左右者亦佳。甜輭有沙，黏而復爽，熟較早，土人常飽啖，或與麵粥交煑食之。以之去骨曬乾，每顆包仁於中，肉豐厚腴潤，食之如受蜜然，内地者遠弗及。仁有甜苦二種，南八城一帶，販者以車運之，櫬果亦特出，或青或紅，大者如盌，皮似李，光潤而薄，肉輕鬆，嚼之綿爽甘芳，味清且正。大約分兩種，一疏而脆，一泥而如腐者，即佛經舍衛國之頻婆果也，花紅略與櫬同，顆粒較小，肉尤甘脆，與櫬果並茂，山南到處皆多。又有無花果樹，徑寸許，高五六尺，葉似艾而大，冬使臥地，覆以土，三月間扶植發生，不開花而結實，八月始熟，狀似茄而多楞，色黄紫，味甜而香，名曰俺吉爾。有石榴，與内地同，種之易生，插枝即活，但須與無花果同一蓋植，否則受凍不結實矣。木瓜亦西域所有，顆色香味，内地者同。櫻桃圓小紅殷，一如中土所出，惟不可多得。野生者有沙棗，酸棗等類，沙棗樹大而多刺，葉圓而色藍，四五月開淡黄花，香氣遠撲。棗大於蠶豆，粉紅色，皮薄且焦，肉乾枯而散，味甚澁。生食者少，皆採以釀酒，或研細包入蒸餻。酸棗樹小，亦刺手，葉尖而光，五月開細花，青白色，結小棗無多味，有棗仁食之微甜。曾過伊犁果子溝，見大路兩旁峭壁，果木叢生，多山楂、花紅兩種，想見深谷中，尚有佳品在也。又一種似梅花，色實味與梅悉同，樹甚少，余聞之而未見，其餘柑橘李栗之屬，皆所未有。

處州出一種山中野菊，土人采其蕾乾之，如半粒菉豆大，甚香而輕圓。黄亮云敗毒散疔，去風清火，明目爲第一，産遂昌縣石練山。

王介《履巉巖本草》卷下　櫻櫚皮平無毒，止鼻洪吐血破癥。治崩中帶下腸風，赤白痢。其木多櫻，故名之也。

花結實，作房如魚子，食之破婦人血氣，不作胎孕。蒸煑存性，不可絶過。爲末，陳米飲下。

王介《履巉巖本草》卷下　決明子味鹹苦甘，微寒無毒，主青盲白膜眼赤痛淚出，療脣口青，久服益精光輕身，治積年失明不識人。用決明子二升，杵散，食後以粥飲服。

治肝毒熱，取決明葉作菜食之。

蘇軾《格物麤談》卷上《果品》　臘雪水淹藏果食不壞。

豬油炒櫧，皮自脱。果得麝則壞，酒得麝則敗。

雞豆一斗，用防風四兩換水浸之，久，久益佳。他果煮以防風水浸之，經月不壞。

收一切鮮果，用臘水同薄荷一握明礬少許，入不津器浸之，色味俱美。一云只近水氣，不入水尤妙。

霜後，取沈水栗一斗，用鹽一觔，調水浸栗令没。經宿漉起眼乾，用竹籃或粗麻布袋掛背日，少通風處日，搖動二三次。至來春，不損不蛀不壞。

紅柿摘下未熟，每籃用木瓜兩三枚放入，得氣即發，並無澁味。

五月五日，以麥麪煮粥，入鹽少許，候冷傾入甕中，收鮮紅色未熟桃納滿，外用紙密封口，至冬月如新。

十二月，洗潔浄瓶，或小缸盛臘水。遇時果出，用銅青末與果同入臘水内收貯，顏色不變如鮮。凡青梅、枇杷、林檎、小棗、葡萄、蓮蓬、菱角、甜瓜、緑橙、橄欖、荸薺等果，皆可收藏。

揀完好橄欖，用好錫打有蓋瓶，裝滿紙封，放浄地上，至六月尚好。

揀不損大梨，取不空心大蘿蔔，插梨枝在内，紙裹，放暖處，至春深不壞。帶枝柑橘亦同此法。

地上活毛竹它一孔，揀有蒂櫻桃裝滿，仍將口封固，夏開出不壞。

用一大椀盛橙在内，再以一小盤蓋之，用泥密封固，可至四五月。

每柿百枚用礦灰一升，湯調浸一宿，即不澁若。要稍遲，即停湯冷浸之。

地中掘一窖，或稻草或松茅鋪厚寸許，將剪刀就樹上剪下橘子，不可傷其皮，即逐個排窖內，安二三層。別用竹作梁架定，又以竹篦閣上再安二三層，卻以缸合定或烏盆亦可，四圍溼泥封固，留至明年不壞。

紅楊梅一觔，白礬二兩，白糖水四鍾，入罐內，放陰處，至冬不損。

梨與蘿蔔相間收藏，或削梨蒂種于蘿蔔上，皆可經年不爛。

佛手柑若安冰片于蒂，而以溼紙固護，經久不壞。或搗蒜罨其蒂，則香更溢。

平底栗二枚，一用香油塗底，一用白水塗底，合作一對置鍋心中，逐旋蓋栗在上將鍋蓋密，燒一飯頃俱熟，不粘殼。

檳榔同扶留藤及瓦壘子灰或蠣蚌灰食，則柔滑甘美。

藕以鹽水供食則不損口，同油煠麪米果食則無渣。

胡桃與銅錢共食即成粉。

煮杏仁栗子入油紙撚，在內則皮自脫。

煮菱角用石灰水拌過，先洗去灰，煮之則色青。

藕皮與菱米食則輭而香甜。

栗子與橄欖同食，作梅花香而無渣。

乾果子黵者，夜露之味如新。

爆栗子，銀杏拳一個在手，勿令人知，則不爆。

藏金橘于菉豆中，則經時不變。

楊梅核與西瓜子，用柿漆渣拌勻，曬乾自裂開。

食荔枝多則醉，以殼浸水，飲之則解。

菱煮過，以礬湯綽之，紅綠如生。

石榴連枝藏瓦新缸內，以紙重封密收。

食荔枝過多，飲蜜漿一盞，便可解。

木瓜以鉛霜或胡粉塗之，失酢味且無之。

湘橘以煮湯錫瓶收之，經年不壞。

核桃松子以粗布袋盛掛當風處，不油。

柿置盒中，每百枚用肥皂二枚同放，不下二宿即熟。

周守忠《養生月覽》卷下《九月》 九月九日，採菊花，與茯苓松柏脂丸服，令人不老。《太清諸草本方》

九月九日，俗以茱萸插房頭，言辟惡氣而禦初寒。周處《風土記》

九月九日，佩茱萸，食餌，飲菊花酒，令人長壽。《西京雜記》

賈銘《飲食須知》卷四《果類》 收藏青梅、枇杷、橄欖、橙、李、菱、瓜類，以臘水入些少銅青末，密封於淨罐內，久留色不變。或用臘水入薄荷、明礬少許，將諸果各浸瓮內，久藏味佳且不變色。

劉文泰等《本草品彙精要》卷一〇《草部中品之上・葛粉》 葛粉無毒　蔓生葛粉主壓丹石，去煩熱，利大小便，止渴。小兒熱痞，以葛根浸，搗汁飲之良。《名醫所録》苗《圖經》曰：葛粉即葛根之所作也，今人多食之，甚益人。《衍義》曰：葛根，澧鼎之間，冬月取生葛，以水中揉出粉，澄塊垜，先煎湯，使沸後，擘成塊下湯中，良久色如膠，其體甚韌，彼人以此供茶，蓋取其甘美耳。地《圖經》曰：生汶山川谷，今處處有之。道地江浙尤多，南康廬陵間最勝。時生春生採冬月苗，取根。收暴乾。用粉。質類豆粉而韌。色白。味甘。性大寒。氣氣之薄者，陽中之陰。臭香。主煩熱止渴。行足陽明經。製以水中揉出成粉用。

郎瑛《七修類藁》卷四七《事物類・食用製法》 橙橘藏綠豆中不損。收臘月冰雪水，浸諸般青瓜果可久。

余懋學《説頤》卷四《張琴炒栗》 臧孫行猛政，子貢非之曰：夫政猶張琴瑟也，大絃急者，小絃絶矣。遼蕭家奴重熙中爲彰愍宮使，帝問卿有異聞乎。對曰，臣惟知炒栗小者熟，則大者必生，大者熟則小者必焦。使大小均熟如爲盡美，不知其他。吁，家奴之言亦子貢之意也。

葉向高、林茂槐《説類》卷五四《雜物部・物性》 凡物有相感者，出于自然，非人智慮所及，皆因其舊俗而習知之。今唐鄧間多大柿，其初生澁，堅實如石，凡百十柿，以一榠楂置其中，則紅熟爛如泥而可食。土人謂之烘柿者，非用火乃用此爾。淮南人藏鹽酒蠏，凡一器數十蠏以皂夾半挺置其中，則可藏經歲不沙。

【略】

諸匡鼎《橘譜》 橘餅，《墨娥小録》載製橘餅法甚詳。今人稱福橘餅，爲最美。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》 栗春半時，火烙其芽，入沙甕瘗之，有十月間曬二三日，湯中煎熟，曬乾，入新甕中，可留一二年。乾甚用則再煮。有以調泥塗乾壁間，久則如風栗。

北棗、南棗、牙棗、圈棗等肥者，清明前晒過，收新甕中，閉口藏之，過夏如新。

紅棗、李乾、梨子乾、楸子乾、羊棗乾，俱火焙日曬。

荔枝、龍眼，火焙，紙封竹器中，懸近火處。

榛子、胡桃火焙，懸通風處。

烏欖仁、人面果仁火焙，雜小腐炭，收近火處。

楊梅仁帶核收。

蓮心、西瓜子仁，俱帶殼收。

榧子、銀杏，俱火焙。

柿子經霜後，日深摘不下損者，取柿葉藉入新甕中，上令通氣，可留至春。

蒲萄取帶枝顆全者，鎔蠟固其折盡處，輕置新甕中，密封之，可過冬。

柿餅、蒲萄乾，宜火焙日晒。

馬檳榔宜火焙，收近火處。

菱取風者，至春前去殼，火烘乾熟。

菱米宜火焙日晒。

橄欖以有蓋好錫瓶貯之，密封置間潔地，可留至五六月。

梨子綿著苴之，有取一枚，以數枚插於中。

蓮蒻乾宜火焙日曬。

石榴藏乾麥中。

沙橘、乾柑、蜜柑、香柑，采不損者，收大口新瓷甕中，上令通氣，可交春經夏。

蜜橘、金橘、牛乳柑之類，霜後二三朝采不擊損者，收大口新瓷甕中，上輕覆以杭稻稈，有取竹作大眼筐貫杭稻稈，收置高處，最畏糯稻稈米與酒。《歸田録》云藏菉豆中，可經時不變。

地栗帶土在地。

甘蔗、藕，以草薦藉地卧之，又覆以薦常用水濕。

松子火焙同防風，懸通風處不油，防風亦不壞。

雞頭天雨水浸，有雨則易，或入瓶，以篾箬掩口，浸清水池中，雖經年不壞。

晒乾者亦可久留。

熏果宜火焙。

凡人面果、烏欖、白梅等之鹽醃者，皆宜常日晒，入罐。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》 遠藏新果

食品烹飪總部・花草果木部・雜録

用新瓷餅入新果，如楊梅、櫻桃之類，雜薄荷鹽礬水浸，以油紙數層同木蓋、竹箬緊器其口，置之清冷泉内，雖久而色如新。必立夏時置井中，至立冬時置地間。每斤果鹽一兩，明礬六錢，水用滿。六月六日，儲水浸桃、李、梅、杏、枇杷、林檎、鮮果之類，不易壞，須入新甕中密封之。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・收藏制》 西瓜圃中摘下，露過一宿，繩絡之，高懸通風處，可以經冬。

張岱《夜航船》卷一九《物理部》 收栗子，一層稻草一層栗相間，藏之則不蛀。○藏栗不蛀，以栗簳燒灰淋汁浸二宿，出之候乾，置盆中，以沙覆之。○藏西瓜不可見日影，見之則芽。○收雞豆晒乾入瓶，箬包好埋之地中。○藏金橘於緑豆中，則經時不變。○藏柑子以盆盛，用乾潮沙蓋。木瓜同法。○收湘橘用湯煮過瓶收之，經年不壞。○藏胡桃不可焙，焙則油。○藏梨子用蘆蔔間之，勿令相著，經年不壞。○梨蒂插蘿蔔内，亦不得爛。藏香蒯同法。○栗子與橄欖同食，作梅花香。○炒栗子，白果拳一个在手，勿令人知，則不爆。○水楊梅入爐炭不爛。○以缸貯細沙，藏柑橘梨榴之屬於其中，久而不壞。○如柑橘頓近米處，便速爛。○梨子帋裹入新瓶，可藏至二月。○石榴煎米泔百沸湯淖過，晾乾，可至來年夏，不可損壞。○梨子藏北棗中，可以致遠。○柧子用盛茶瓶貯之，經久不壞。○藏生棗子，用新沙礶，一層淡竹葉枝，古老銅錢數箇，白礬少許，浸水井内，經年不壞。○藏桃梅之屬，於竹林中揀一大竹，截去上節，留五尺通之，置果於竹中，以箬封泥涂之，隔歲如新摘。○摘銀杏以竹篾箍其根，過一宿擊篾，則實盡落。○雞頭子連蒲元水，藏於新磁器内，供時旋剥甚妙。○蜜餞夏月多酸，可用大缸盛細沙，時以水浸濕置瓶其上，即不壞。○梨子怕凍，須用沙甕，著稻糠拌和藏之，以草塞瓶口，使其通氣，可留過春。○松子用防風數兩置裹中，即不油。○梨子每箇以其柄插蘿蔔中，藏漆盒内，可以久留。○風栗以皂莢水浸一宿，取出朗乾，籃盛挂當風，時時摇之。○收柑橘用黄砂罈以晒燥，松毛拌之則不爛。松毛濕則又晒燥換之。無松毛，早稻草鋤斷亦好。○閩中藏生荔枝六七分熟者，用蜜一甕浸之，蜜扎令水不入，投井中，用時取出，其色如鮮。○收胡桃松子，以麤布作袋，挂當風中。○收桃子以麥麩作粥，先入少鹽，盛盆内候冷，以桃子納其中，冬月取以侑酒極佳。桃不可太熟，須擇其顔色青紅可愛者。○凡菓品皆忌酒，酒氣薰即損壞。○葡萄方熟，用蠟紙裹緊，扎封以蠟，可留到冬。○栗蒲可安在殼中，可以久留。○食胡桃多者，令

人吐血。○黃蠟同栗子嚼成水。栗子同橄欖嚼，其味甘清，名曰風流脯。

褚華《水蜜桃譜》 桃色微黃如建蘭花，其尖罌有紅暈，香亦類之，味則與名相稱，惟枝上熟者色香味俱好。若採以餉遠，乃用半生者，以桃葉厚鋪小竹籠中貯之，約其地之遠近，爲桃之生熟，到時或不致爛壞，然色香俱減。

褚華《水蜜桃譜》 其因風雨驟過，從枝上墮下者，生食亦甜。或以絮裹藏器中而後熟，謂之窟桃，如以窟罌物而釀成之也。若桃既熟，從枝上采得，則謂之樹頭熟，非生與窟熟可比。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《果部下》 榧子

出九真交趾，子如桃實，長寸餘，二月開花，蓮著子，五月熟，色黃，鹽藏，食之味酸如梅。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸穀部》 西國米

《嶺南雜記》：出西洋西國，煮不化而色紫柔滑者真，僞者以葛粉爲之。○《通雅》：今南楚南粵專採葛根作粉食，其粉可作丸，曰葛粉丸，廣人以假西國米，能醒酒。○朱排山《柑園小識》：西國米來自閩廣洋艘，大如綠豆，以色紫煮不化者真，健脾運胃功最捷，久病虛乏者，煮粥食最宜。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸穀部》 沙米

《延綏鎮志》苗莖如麻，葉類艾而稍圓有刺，高尺許，生子成房，粒細如黍，杵去皮，用羊糞作食，服之不饑，邊外名黍喇棘。○《瀚海記》：沙蓬米，凡沙地皆有之，鄂爾多斯所產尤多，枝葉叢生如蓬，米似胡麻而小，性暖益脾胃，易於消化，好吐者多食有益，作爲粥滑膩可食，或屑之可充餅餌茶食之需。○《人海記》：張家口內保安沙城一帶，地產沙蓬，實如蒺藜，中有米如稗子，食之益人。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸穀部》 珠兒粉

洋船帶來，粵澳門杭甯波乍浦通舶市者皆有，形絶細如蘇子，勻圓而白，云係外洋人採葛根及薇箕根或茹粉所造。煮之須滾水冲泡，粒粒分明如魚子樣，極柔滑，以糖霜和食或淡食。

氣清香，味甘滑，明目運脾開胃，解酒生津，久服尤能强腎。

董元亮《柞蠶彙誌・柞樹功用》 柞葉飼蠶而外，柞樹之功用，尚有數端可以生利。一曰橡粉，晉庾袞傳與邑人入山拾橡，唐杜甫流離囘俗，拾橡而食，均橡粉也。取粉之法，將橡子去殼水浸，與水同磨，去其苦澀，以清水漂之，漉以布袋，晒乾成粉，即可充食。大凡各種草根，皆可以此法作粉，郎飢草粉亦同此法，

《宦游筆記》：出塞外，土人名烏爾格納。莖長尺餘，細如草，節如竹，葉，如竹，每二節一葉，秀穗類蓼花，結粒似穀而色紅。採之曬乾，去其皮煮粥，粥如穀香，蒙古用以充饑。兼碎麪合茶，商民均雜粟食之。色紅豔可愛，而味與穀無辨，故名之曰山穀，實生於水濱或山溝爾。

味甘香行氣利水清大小腸火亦補脾胃

根，蒙古人名墨克爾，外皮微細，內實粉白，味甘美，蒙古生啖，商民合肉熬食。秋冬之際，蒙古搜掘鼠穴，得食物盈筐，內多此物，長二三寸，俱野鼠嚙截運藏者。

味甘生津，滋潤血脈，調營衛利水。

秦嘉謨《月令粹編》卷七《夏總・大暑》 藏瓜。《四民月令》：大暑後，六月可藏瓜。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》 橙橘藏菜豆中可久。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》 錫鐍貯好橄欖，重封至夏。

鄭光祖《醒世一斑録》卷三《物理》 握銀杏一個在拳，勿令人知，炒栗不爆。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 近人有以菓子爲菜者，其法始于僧尼家，頗有風味。如炒蘋菓，炒荸薺，炒藕絲，山藥、栗片，以至油煎白果，醬炒核桃，鹽水熬花生之類，不可枚舉。又花葉亦可以爲菜者，如胭脂葉、金雀花、韭菜花、菊花葉、玉蘭瓣、荷花瓣、玫瑰花之類，愈出愈奇。

姚元之《竹葉亭雜記》卷一 武英殿有露房，即殿之東稍間，蓋舊貯西洋藥物及花露之所。甲戌夏，查撿此房，瓶貯甚夥，皆丁香、荳蔻、肉桂、油等類。油已成膏，匙匕取之不動。又有狗寶、鰲寶、蜘蛛寶、獅子寶、蛇牙蛇睛等物。其蜘蛛寶黑如藥丸，巨若小胡桃，其蛛當不細矣。又有曰德力雅噶者，形如藥膏，曰噶中，得者製成小花果，如普洱小花糕。監造列單，交造辦處進呈。上分賜諸臣，餘交造辦處。舊傳西洋堂歸武英殿管理，故所存多西洋之藥。此次交造辦處，而露房遂空，舊檔册悉焚，於是露房之稱始改矣。

董元亮《柞蠶彙誌・柞樹功用》 柞葉飼蠶而外，柞樹之功用，尚有數端可以生利。一曰橡粉，晉庾袞傳與邑人入山拾橡，唐杜甫流離囘俗，拾橡而食，均橡粉也。取粉之法，將橡子去殼水浸，與水同磨，去其苦澀，以清水漂之，漉以布袋，晒乾成粉，即可充食。大凡各種草根，皆可以此法作粉，郎飢草粉亦同此法，不獨山芋百合等粉然也。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷八《諸穀部》 山穀

綜合食品部

題解

許慎《説文解字》卷四下《文二五重一》 飤。具食也。从肉，𠆢。𠆢，亦聲。祥吏切。

許慎《説文解字》卷五下《文五重二》 飤。大熟也。从食，壬。聲如甚切。

劉熙《釋名》卷四《釋飲食》 食，殖也，所以自生殖也。

虞世南等《北堂書鈔》卷一四二《酒食部・總篇一》 食者，民之本，《淮南子》云食者民之本也。食者，物之始。《尚書大傳》云，八政何以先食，食者萬物之始，人之所本也。聖人所寶，《墨子》云：且夫食者，聖人之所寶也。人之所美，《淮南子》云，怪味人之所美。時食，《吕氏春秋》云：食能以時，身必無災。凡食之道，無飢無飽是之。謂五藏之葆，口必甘味和精端容將之以神氣百節虞歡咸進受氣飲必小咽端直無戾補。强體，墨子云：古之民未知爲飲食，時素食而分處，故聖人作誨。男耕稼樹藝以爲民食。其爲食也，以增氣、充虚、强體、適腹而已矣。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》 食。是力反。《尚書》：食哉惟時。《鴻範》：八政一曰食。孔安國曰：勸農業也。野王案：此食謂五穀可食，以護人命也。《論語》足食足兵是也。凡口所嚼咀者皆曰食也。《尚書》唯孚王食。《左氏傳》肉食者謀之是也。《尚書》：乃卜澗水東瀍水西，惟洛食。孔安國曰：卜必先墨書龜，然後灼之兆，從食墨也。又曰：朕弗食言。孔安國曰：書其僞不實也，周禮與其食。鄭玄曰：行道曰糧，糧謂糒也。心居曰食，食謂米也。世本黄帝作火食。左氏傳不可食已。杜預曰：食，消也。又曰：功以食民。杜預曰：食，養也。《禮記》則擇不食之地。鄭玄曰：不食謂不耕墾也。《爾雅》：食爲也。《史記》博之貴駿，得使則食。野王案：基相吞并，如人食也。又音慈史反。《周禮》：膳夫掌王之飲食。鄭玄曰：食，飯也。野王案：飯爲食也。《禮記》：食居人人之左，我則食之，並是也。以飲食設供，於人名曰食，爲飤字也。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》 飪。如甚反。《周易》鼎象也，以木巽火，享飪也。王弼曰：飪，孰也。《方言》：徐楊之間，謂孰曰飪。《説文》：大熟也。字書或爲腍字，在肉部，或爲恁字，在火部。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》 饌。於恭反。《周禮》内饔中士四人。鄭玄曰：饔者，割享煎和之稱也。又曰：凡賓客之食飤。鄭玄曰：食者客始至之禮，饔者將幣之禮也。於客莫盛於饔也。《説文》：熟食也，或爲今雍字在亠部。

顧野王《原本玉篇殘卷・食部第一一三》 食。是力切。飯食。《説文》曰：一米也。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 饎。時戰切。食也，與膳同。

顧野王《重修玉篇》卷九《食部第一一二》 饌。士卷切。飯食也。

歐陽詢等《藝文類聚》卷七二《食物部・食》 《禮記》曰：古者未有火化，食草木之實，鳥獸之肉。

《禮・含文嘉》曰：燧人氏始炮生爲熟。

《易》曰：君子以飲食宴樂。又曰：君子慎言語，節飲食。

《尚書・洪範三》：八政一曰食。

《大傳》曰：八政何竟先食，食者萬物之始，人之所本者也。

《周禮》曰：王齊則玉府供玉食。又曰：食醫掌和王之六食、六飲、六膳、百羞、百醬、八珍之齊。凡和，春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多鹹，調以滑甘。凡會膳，食之宜牛，宜稌羊，宜黍豕，宜稷犬，宜梁鴈，宜麥魚，宜菽，凡君子之食嘗放焉。

莊子曰：巧者勞而智者憂，無能者無所求。飽食者遨遊，汎若不繫之舟。

徐鍇《説文繫傳》卷一〇《通釋・文五重二》 飤。是力反。《尚書》：食哉惟時。鄭玄曰：《論語》曰：失飪不食。而沈反。

徐鍇《説文繫傳》卷二八《通釋・文四重二》 餕。酒食也。從食，喜聲。《詩》曰：可以餕餘。昌意反。

佚名《原本廣韻》卷四《去聲・三三線》 膳。食也。饍，上同。

佚名《原本廣韻》卷一《上平聲・一〇虞》 廚。直誅切。《説文》曰：庖屋，俗作厨五。

佚名《原本廣韻》卷二《下平聲・五肴》 庖。薄交切。食厨也十七。

佚名《原本廣韻》卷二《下平聲・六豪》 熬。煎也。

佚名《原本廣韻》卷二《下平聲・一六蒸》 蒸。煑仍切。衆也，進也，君也。又蠅曰新，細曰蒸。《説文》：析羽中幹也。又《爾雅》：冬祭曰蒸。經典亦作烝七。菜，同上。

烝，《說文》：火氣上行。臇，熟也。蓋，菹也。蒸，《玉篇》云：竹也。

佚名《原本廣韻》卷四《去聲・三七號》 電。則到切。《淮南子》曰：炎帝作火，死而爲竈三。

玄應《一切經音義》卷一《大方廣佛華嚴經》 珍饌。又作簉，同仕眷反。《說文》：備俱飲食也。《論語》云：先生饌。馬融曰：饌，飲食也。星衍曰：《說文》：饌、簉同字，云具食也。

玄應《一切經音義》卷二《大般涅槃經》 肴饌。又作簉，同士眷反。《說文》：饌具，美食也。折曰，今本《說文》作具食也，無美字。

玄應《一切經音義》卷六《妙法蓮華經》 肴膳。胡交胡刀二反，下上扇反。《國語》云：飲而無有肴。賈逵曰：肴，菹也。凡非穀而食之曰肴。《說文》：膳，具食也。《周禮》：膳用六牲。又云：膳夫。鄭元曰：膳之言善也，今時美物，亦曰珍膳。《廣雅》云：肴，肉也。字體皆從肉、爻，善是聲。經文有從食，作節饍二字。撿無所出傳寫謬誤也。

玄應《一切經音義》卷六《妙法蓮華經》 肴饌。又作簉，同仕眷反。《說文》：具食也。飤、飲食也。

玄應《一切經音義》卷九《大智度論》 燒烙。力各反，謂燒煮物著之也。論文作爍，式灼反。銷也，爍非字義也。

玄應《一切經音義》卷九《大智度論》 餌食。如志反。《蒼頡篇》云：餌，食也。案：凡所食之物，皆曰餌也。

玄應《一切經音義》卷一一《增一阿含經》 甘饌。士眷反。具食也，亦飲食也。

玄應《一切經音義》卷一五《五分律》 庖厨，蒲交反。庖之言包也。厨，庖屋也。《蒼頡篇》：主食者也。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》 饎。時戰反。食也。

僧行均《龍龕手鑑》卷四《入聲・食部第一八》 餕餘。音稔。熟食也。二同。

陳彭年等《重修廣韻》卷五《入聲・二四職》 食。乘力切。飲食。《大戴禮》曰：古者茹毛飲血，燧人鑽火，而人始裹肉而燔之曰炮。及神農時，人方食穀，加米于燒石之上而食之。及黄帝始有釜甑，火食之道成矣。又戲名博屬，又用也，僞也亦姓二。

陳彭年等《重修廣韻》卷四《去聲・七志》 饎。《方言》云：熟食也。《說文》云酒食也。

陳彭年等《重修廣韻》卷三《上聲・四七寖》 飪。熟食也。餁，同上。

陳彭年等《重修廣韻》卷二《下平聲・五肴》 庖。食厨也，薄交切。

陳彭年等《重修廣韻》卷一《上平聲・一〇虞》 厨。《說文》曰：庖屋也，俗作厨，直誅切五。

司馬光《類篇》卷一四 餚。何交切。《說文》啖也。徐鍇曰：謂己脩庖之可食也。又乎力切，膳羞也。文一重音一。

司馬光《類篇》卷一四 饋。思留切。進獻也，一曰致滋味曰羞。或从食。文一。

司馬光《類篇》卷一四 饗。於容切。《說文》熟食也。一曰劃烹煎和之稱。或从雍。文二。

司馬光《類篇》卷一五 饎。時戰切。具食也。庖人和味必嘉善，故从善。文一。

司馬光《類篇》卷二〇 糅。而由切。食也。又忍九切，雜飯也。又女救切。文一重音二。

祝穆《古今事文類聚》前集卷一二《天時部・進爐炭》 十月朔，有司進煖爐炭，民間皆置酒作煖爐會。《夢華録》京人十月朔，沃酒，乃炙鱗肉於爐中，團坐飲啗，謂之煖爐。吕原明《歲時雜記》

陳繼儒《文奇豹斑》卷九《器用》 煎，火煎也。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部一二畫》 餘。《集韻》古外切，音檜。食也。

張玉書等《康熙字典・戌集下・食部一二畫》 餚。《廣韻》《集韻》《正韻》丛時戰切，音繕。《玉篇》食也。與膳同。《説文》具食也。《周禮・天官》膳夫掌王之食飲膳羞。膳之言善也。又《正韻》上演切，音善。義同。

吴玉搢《别雅》卷四 善，膳也。《莊子・至樂篇》：具太牢以爲善。善與膳通。

清王謨《漢魏遺書鈔・漢犍爲文學爾雅注》 饎。舍人本作喜。酒食也，喜古曰饎。《釋文》。

綜述

晏嬰《晏子春秋》卷七《外篇上》 景公至自畋，晏子侍于遄臺，梁丘據造焉。公曰：維據與我和夫。晏子對曰：據亦同也，焉得爲和。公曰：和與同異乎。對曰：異。和如羹焉，水火、醯醢、鹽梅以烹魚肉，煇之以薪。宰夫和之，齊之以味，濟其不及，以洩其過。君子食之，以平其心，君臣亦然。【略】

伏勝《尚書大傳》卷上《鴻範》 水火者，百姓之所飲食也。金木者，百姓之所興作也。土者，萬物之所資生，是爲人用。

八政何以先食，傳曰：食者，萬物之始，人事之所本也，故八政先食。

孔安國《尚書注疏》卷四《虞書·益稷》 帝曰：來，禹，汝亦昌言。傳：因皐陶謨九德，故呼禹使亦陳當言。禹拜曰：都，帝，予何言，予思日孜孜。傳：拜而歎，辭不言，欲使帝重皐陶所陳。言己思日孜孜不怠，奉承臣功而已。皐陶曰：吁，如何。傳：問所以孜孜之事。禹曰：洪水滔天，浩浩懷山襄陵，下民昏墊。傳：言天下民昏昏墊溺，皆困水災。予乘四載，隨山刊木。傳：所載者四，謂水乘舟，陸乘車，泥乘輴，山乘樏，隨行九州之山林，刊槎其木，開通道路以治水也。暨益奏庶鮮食。傳：奏謂進於民。鳥獸新殺曰鮮，與益槎木，獲鳥獸，民以進食。予決九川，距四海，濬畎澮距川。傳：距，至也。決九州名川，通之至海，一畎之間，廣尺，深尺曰畎，方百里之間，廣二尋，深二仞曰澮。濬畎深之至川，亦入海。暨稷播，奏庶艱食鮮食。傳：艱，難也。衆難得食處，則與稷教民播種之。決川有魚鼈，使民鮮食之。懋遷有無化居。傳：化，易也。居謂所宜居積者。勉勸天下，徙有之無，魚鹽徙山，林木徙川澤，交易其所居積。烝民乃粒，萬邦作乂。傳：米食曰粒，言天下由此爲治本。皐陶曰：俞，師汝昌言。

疏：《正義》曰：皐陶既爲帝謀，帝又呼禹進之曰：來，禹，汝亦宜陳其當言。禹拜曰：嗚呼，帝皐陶之言，既已美矣，我更何所言。我之所思者，每日孜孜勤於臣職而已。皐陶怪禹不言，故謂之曰：吁，問其所以孜孜之事如何。禹曰：往者洪水漫天，浩浩然盛大，包山上陵，下民昏惑沈溺，皆困水災。我乘舟車轂轄等四種之載，隨其所往之山，槎木通道而治之，與益所進於人者，惟有槎木所獲衆鳥獸鮮肉爲食也。我又通決九州名川，通之至於四海，深其畎澮，進於衆人難得食處，乃決水所得魚鼈鮮肉爲食也。人既皆得食矣，又勸勉天下徙有之無，交易其所居積。於是天下衆人乃皆得米粒之食，萬國由此爲治理之政。我所言孜孜者在此也。皐陶曰：然可以爲師法者，是汝之當言。傳正義曰：上篇皐陶謀九德，此帝呼禹令亦陳當言。亦者亦皐陶也，明上篇皐陶雖與益相應，其言亦對帝。

桓寬《鹽鐵論》卷六《散不足第二九》 古者，燔黍食稗，而捭豚以相饗。其後，鄉人飲酒，老者重豆，少者立食，一醬一肉，旅飲而已。及其後，賓婚相召，則豆羹白飯，蓺膾熟肉。今民間酒食，殽旅重疊，燔炙滿案，膚鼈膾鯉，鷹卵鶉鷃，橙枸，鮐鱧醢醯，衆物雜味。

古者，庶人春夏耕耘，秋冬收藏，昏晨力作，夜以繼日。《詩》云：「晝爾于茅，宵爾索綯，亟其乘屋，其始播百穀。」非膢臘不休息，非祭祀無酒肉。今賓昏酒食，接連相因，析醒什半，棄事相隨，慮無乏日。

古者，庶人糲食藜羹，非鄉飲酒膢臘祭祀無酒肉。故諸侯無故不殺牛羊，大夫士無故不殺犬豕。今閭巷縣佰，阡伯居沽無故烹殺，相聚野外。負粟而往，挈肉而歸。夫一豕之肉，得中年之收，十五斗粟，當丁男半月之食。

古者，庶人魚菽之祭，春秋脩其祖祠。士一廟，大夫三，以時有事于五祀，蓋無出門之祭。今富者祈名嶽，望山川，椎牛擊鼓，戲倡傑像。中者南居當路，水上雲臺，屠羊殺狗，鼓瑟吹笙。貧者雞豕五芳，衛保散臘，傾蓋社場。

【略】

古者，不粥餌，不市食。及其後，則有屠沽，沽酒市脯魚鹽而已。今熟食徧列，殺施成市，作業墮怠，食必趣時，楊豚韭卵，狗腤馬腋，煎魚切肝，羊淹雞寒，胴馬酪酒，蹇捕胃脯，胹羔豆賜，殽膜鴈羹，臭鮑甘瓠，熟粱貊炙。

戴德《大戴禮記》卷一《禮三本》 大饗尚玄尊，俎生魚，先大羹，貴飲食之本也。大饗尚玄尊而用酒，案此下《荀子》有醴字。食先黍稷而飯稻粱，祭嚌大羹而飽乎庶羞，貴本而親用也。案：他本脫也字，今從方本及《荀子》。貴本之謂文，親用之謂理，兩者合而成文以歸大一，夫是謂大隆，故尊之尚玄酒也，俎之生魚也，豆之先大羹也，一也。案：各本多脫此二字，今從方本及荀子史記。

戴德《大戴禮記》卷三 食以禮，謂俎豆傳列及食之等。

史游撰顏師古註《急就篇》卷三《第一六章》 酸鹹酢淡辨濁清。酢音醋。黃本倉故反。

言飲食衆品，滋味各別，清濁異宜也。大酸謂之酢，平一作味。薄謂之淡。

司馬遷《史記》卷一二九《貨殖列傳》 通邑大都，酤一歲千釀，醯醬千瓦，漿千甔，屠牛羊彘千皮，販穀糴千鍾，薪藁千車，船長千丈，木千章，竹竿萬个，其軺車百乘，牛車千兩，木器髹者千枚，銅器千鈞，素木鐵器若卮茜千石，馬蹄躈千，牛千足，羊彘千雙，僮手指千，筋角丹沙千斤，其帛絮細布千鈞，文采千匹，榻布皮革千石，漆千斗，鼲鼦鼷鼠千荅，鮐鮆千斤，鯫千石，鮑千鈞，棗栗千石者三之，千畝，桑麻千畝，其人與千戶侯等。

班固《白虎通義》卷上《五行論上》 五行者何謂也，謂金木水火土也。言行

者欲爲天行氣之義也。【略】《尚書》曰：水曰潤下，火曰炎上，木曰曲直，金曰從革，土爰稼穡，五行所以二陽三陰。何土尊，尊者配天，金木水火，陰陽自偶，水味所以鹹，何是其性也。所以北方鹹者，萬物鹹，與所以堅之也，猶五味得鹹乃堅也。木味所以酸者，何東方萬物之生也。酸者以達生也，猶五味得酸乃達也。火味所以苦，何南方主長養苦者，所以長養也，猶五味須苦，可以養也。金味所以辛，何西方煞傷成物，辛所以煞傷之也，猶五味得辛，乃委煞也。土味所以甘，何中央者中和也，故甘猶五味以甘爲主也。《尚書》曰：潤下作鹹，炎上作苦，曲直作酸，從革作辛，稼穡作甘。【略】

嚴可均《全後漢文》卷四七崔寔《四民月令》 七月四日，命置麴室，具箔槌，取浄艾。六日饌治五穀磨具。《齊民要術》三。《齊民要術》三十一，又八百五十三。合藍六帖四作藥。丸及蜀漆丸。暴經書及衣裳。《齊民要術》三，《北堂書鈔》一百五十五。《藝文類聚》四。《初學記》四，《白孔六帖》四，《歲華紀麗》三，《御覽》三十一。習俗然也。《御覽》三十一。作乾糗。采葸耳。《齊民要術》三。

何晏《論語注疏》卷一〇《鄉黨第一〇》 【略】齊必變食。注：孔曰：改常饌。居必遷坐。注：孔曰：易常處。食不厭精，膾不厭細，食饐而餲。注：孔曰：饐，餲，臭味。變魚餿而肉敗不食，臭惡不食，失飪不食。注：孔曰：失生熟之節，不時不食。注：鄭曰：不時，非朝夕日中時。割不正不食，不得其醬不食。注：馬曰：魚膾非芥醬不食，肉雖多不使勝食氣。唯酒無量不及亂，沽酒市脯不食，不撤薑食。注：孔曰：撤，去也。齊禁葷物，薑辛而不臭，故不去，不多食。【略】

趙曄《吳越春秋》卷三《王僚使公子光傳》 【略】有頃父來，持麥飯、鮑魚羹、盎漿求之。【略】

王肅《孔子家語》卷一《問禮》 【略】夫禮初也，始於飲食。太古之時，燔黍捭豚，古未有釜甑，燔米捭肉，加於燒石之上而食之。汙齚抔飲，鑿池爲樽，以手飲之。猶可以致敬鬼神。神饗德，不求備物也。及其死也，升屋而號，告曰高某復，然後飯腥苴熟，始死含以珠貝，將葬包苴以遣奠，以送之。形體則降，魂氣則上，是謂天望而地藏也。魂氣升而在天，形體藏而在地。故生者南嚮，死者北首，皆從其初也。昔之王者未有宮室，冬則居營窟，夏則居橧巢，擾地而居，謂之營窟，有柴謂橧，在樹曰巢。未有火化，食草木之實，鳥獸之肉，飲其血，茹其毛。未有絲麻，衣其羽皮。後聖有作，然後修火之利冶金，冶金爲器用刑範也。合土合和以作瓦物。以爲宮室户牖，以炮以燔，毛曰炮，加火曰燔也。以烹以炙，煮之曰烹，炮之曰炙。以爲醴酪，醴，醴酒。酪，漿酢。治其絲麻以爲布帛，以養生送死，以事鬼神。故玄酒在室，玄酒，水也，言尚古在質近。醴醆在户，醴，盎齊也，五齊二曰醴齊，三曰盎齊。粢醍在堂，粢醍，澄齊。澄酒在下。澄清漏其酒也。陳其犧牲，備其鼎俎，列其琴瑟，管磬鐘鼓，以降上神。上神，天也。與其先祖，以正君臣，以篤父子，以睦兄弟，以齊上下。夫婦有所是，謂承天之祐，作其祝號。犧牲玉帛，祝辭皆異爲之號也。玄酒以祭，薦其血毛，腥其俎，熟其殽。言雖有所熟，猶有所腥，腥本不忘古也。越席以坐，藨蒲，席也。疏布以冪，冪，覆酒中也。質，故用疏也。衣其浣帛，練染以爲祭服。醴醆以獻，薦其燔炙，君與夫人交獻以嘉魂魄，嘉善，樂也。然後退而合烹，合其烹熟之禮，無復腥也。體其犬豕牛羊，體，解其牲體而薦之。實其籩豆，籩豆鉶羹，竹曰籩，木曰豆，鉶所以盛羹也。祝以孝告，祝，通孝子語於先祖。嘏以慈告，嘏，傳先祖語於孝子。是爲大祥，祥善。此禮之大成也。

張華《博物志》卷三 東南之人食水産，西北之人食陸畜，食水産者，鼈蛤螺蚌以爲珍味，不覺其腥臊也。食陸畜者，狸兔鼠雀以爲珍味，此以字葉本脱。不覺其膻焦也。

陶宗儀《説郛》卷九五上虞悰《食珍録》 劉孝儀曰：鄴中鹿尾，乃酒殽之最。

賀季白有青州蟹黄。

《同昌公主傳》有消靈炙，紅虬脯，宋鼈樓子膾，仇士良赤明香脯。

韋巨源有單籠金乳酥，光明蝦炙。

衣冠家有蕭家餛飩，庾家耧子。韓約能作櫻桃餤饘饘，其色不變。

煬帝御厨用九飣牙盤食。

金陵寒具，嚼著驚動十里人。

謝諷《食經》有十樣卷生，龍鬚炙，千金碎香餅子，花無憂腊，連珠起肉。

韋琳鮓表詔荅曰：省表具知，池沼搢紳，陂池俊乂，穿蒲入荇，肥滑有聞。

渾羊設最爲珍食，置羔于羊中，内實粳肉，五味全熟之。謝朓傳有鮥鮧湯法。

賈琳以瓠匏接河源水，經宿，器中色赤如絳，以釀酒芳味世中所絶。

宋明帝有蜜漬鰻鯚。

何遜《何水部集・餚饌》 公子曰：銅餅玉井，金釜桂薪，六蘇九鼎，百果千珍。熊蹯虎掌，鵝跖猩脣，潛魚兩味，立犀五肉，拾卵鳳巢，剖胎豹腹，三臠甘口，七菹愜目。蒸餅十字，湯官五熟，海椒魯豉，河鹽蜀薑。劑水火而和調，糅蘇蔌以芬芳，脯追復而不盡，犢稍割而無傷。蒓羹流歠，鼈醬先嘗，鮹温湖之美鮒，切丙穴之嘉鮪。落俎霞散，逐刃雪揚。輕同曳蟹，白似飛霜。蔗有盈丈之名，桃表兼斤之實，杏積魏國之貢，菱爲巨野所出。衡曲黄梨，汶垂蒼栗，隴西白柰，湘南朱橘，荔枝沙棠，蒲萄石蜜。瓜稱素腕之美，棗有細腰之質。並抗吻以除煩，永亦忘懷於鄙吝，此蓋滋旨之極珍，豈從余而並進。先生曰：不貴嬴食，豈甘醇咀牙而消疾。於是三雅陳席，百味開印，玉璣星稀，蘭英縹潤。既夷志於坎壈，羹，渴飲茗汁。高帝曰：羊肉何如魚羹，茗汁何如酪漿。肅曰：羊陸產之最，魚水族之長。羊比齊魯大邦，魚比鄅莒小國。茗不中與酪作奴。彭城王勰曰：卿不重齊魯大邦，而愛鄅莒小國。明日爲卿設鄅莒之會，亦有酪奴。因呼茗酪奴。

蕭子顯《南齊書》卷九《禮志上》 永明九年正月，詔太廟四時祭，薦宣帝麪起餅、鴨臛；孝皇后筍、鴨卵、脯醬、炙白肉；高皇帝薦肉脯、葅羹；昭皇后茗、糖、炙魚：皆所嗜也。先是，世祖夢太祖曰：「宋氏諸帝嘗在太廟，從我求食。可別爲吾祠。」上乃敕豫章王妃庾氏四時還青溪宮舊宅，處內合堂，奉祠二帝二后，牲牢服章，用家人禮。

陶宗儀《説郛》卷九五上謝諷《食經》 北齊武威王生羊膾細供，没忽羊羹，急成小餤，飛鸞膾，咄嗟膾，剔縷雞，爽酒十樣卷生，龍鬚炙，千金碎香餅子，花折鴛糕，脩羊寶卷，交加鴨脂，君子飣，越國公碎金飯，雲頭對爐餅，剪雲析魚羹，虞公斷醒酢，魚羊僊料，紫龍糕，十二香點臛，春香泛湯，滑餅，象牙餺飥，湯裝浮萍麵，金裝韭黄艾炙，白消熊，帖乳花面英，加料鹽花魚屑，專門膾，拖刀羊皮雅膾，折筋羹，香翠鶉羹，朱衣飯餤，露漿山子羊羔，千日醬，加乳腐，金丸玉菜臛體，添酥冷白寒具，天孫膾，暗裝籠味，高細浮動羊，乾坤夾餅，乾炙滿天星，含漿餅，撮高巧裝壇樣餅，楊花泛湯糝餅，天真羊膾，魚膾永加王特封，烙羊成美公，藏蟹含春侯，新治月華飯，無憂腊，連珠起肉。

又按：食奇如三材，九沸，具酸，楚苗，貜炙，鱔翠，搦腴，縻腱，膰皃，蠙臛，粔籹，寒具，炙糖，蚶子，梨酪，蜜醬，葫精，搌酒，細飄，蟹螰，蘇膏，棊腊，鴿臛，麻粔籹，《禮運》云：古者未有火化，食草木之實，鳥獸之肉，飲其血，茹其毛。補修火之利，以炮以燔。《禮記》云：後聖有作修火之利，以炮以燔，以爲醴酪。燧人鑽火，炮生爲熟。禮含

虞世南《北堂書鈔》卷一四二《酒食部・總篇一》 充飢協氣。陸機《七徵》云：旨甘調以充飢，芬馨發而協氣。取犧牲以充庖廚。同上。未有火化，飲血茹毛。《禮運》云：古者未有火化，食草木之實，鳥獸之肉，飲其血，茹其毛。補修火之利，以炮以燔。《禮記》云：後聖有作修火之利，以炮以燔，以爲醴酪。燧人鑽火，炮生爲熟。禮含

文嘉云：燧人氏始鑽火，炮生爲熟，人無腹疾。黃帝鑽燧，以熟葷臊，民食之無腹胃之疾。燔黍捭豚。《鹽鐵論》云：古者燔黍食稗，而捭豚以相饗，其後鄉人飲酒，老者重豆，少者立食，一醬一肉旅飲而已。補滅腥去臊。《呂氏春秋》云：湯得伊尹祓之於廟，燔以爝火，釁以犧羠。明日設朝而見之，說湯以至味。湯曰：可對而爲乎。對曰：君之國小，不足以具之，爲天子然後可具。夫三羣之蟲，水居者腥，肉獲者臊，草食者羶，臭惡有美，皆有所以。凡味之本，水最爲始，五味三材，九沸九變。火之爲紀時，疾時徐滅腥去臊除羶，必以其勝，無失其理。調和之事，必以甘酸苦辛鹹先後多少，其齊甚微，皆有自起。鼎中之變精妙微纖，口弗能言，志弗能喻，若射御之微，陰陽之化，四時之數，故久而不弊，熟而不爛，甘而不噥，酸而不酷，鹹而不減，辛而不烈，澹而不薄，肥而不腻。補

虞世南《北堂書鈔》卷一四五《酒食部・羞煮三一》 戎狄之食。《搜神記》云：羌煮，戎狄之食也，自太始以來，中國尚之。太始尚之。見上。

歐陽詢等《藝文類聚》卷八六《果部上・梅》 《尚書》曰：若作和羹，爾惟鹽梅。

陶宗儀《説郛》卷九五上韋巨源《食譜》 巨源拜尚書，令上燒尾食，其家故書中尚有食帳，今擇奇異者略記。

單籠金乳酥。是餅，但用魯隔通籠，欲氣隔。

曼陀樣夾餅。公廳爐。

婆羅門輕高麪。籠蒸。

七返膏。七卷作四花，恐是糕子。

御黃王母飯。徇縷印脂，蓋飯面裝雜味。

通花軟牛腸。胎用羊脊髓。

生進二十四氣餛飩。花形餡料各異，凡二十四種。

生進鴨花湯餅。厨典入內下湯。

見風消。油浴餅。

火燄盞口餛。上言花，下言體。

唐安餤。鬬花。

雙拌方破餅。餅料花角。

漢宮棋。錢能印花煮。

天花餢飳。九鍊香。

甜雪。蜜爐太例麪。

巨勝奴。酥蜜寒具。

貴妃紅。加味紅酥。

金鈴炙。酥攪印脂取真。

光明蝦炙。生蝦則可用。

同心生結脯。先結後風乾。

金銀夾花平截。剔蟹細碎卷。

冷蟾兒羹。冷蛤蜊。

水晶龍鳳糕。粟米蒸破，見花乃進。

玉露團。雕酥。

長生粥。進料。

賜緋含香糍子。蜜淋。

八方寒食餅。用木範。

素蒸音聲部。麪蒸象逢萊仙人，凡七十字。

白龍臛。治羸肉。

鳳凰胎。雜治魚白。

逡巡醬。魚羊體。

丁子香淋脔。醋別。

吳興連帶鮓。不發缸。

紅羊枝杖。蹄上裁一羊得四事。

八仙盤。剔聲作八副。

仙人臠。乳淹雞。

分裝蒸臘熊。存白。

青涼臛碎。封狸肉夾脂。

暖寒花釀驢蒸。耿爛。

五生盤。羊豕牛熊鹿並細治。

過門香。薄治羣物，入沸油烹。

紅羅飣。膏血。

蕃體間縷寶相肝。盤七升。

附謝諷《食經》中略抄五十三種：

北齊武威王生羊膾。

急成小餤。

咄嗟膾。

爽酒十樣卷生。

千金碎香餅子。

修羊寶卷。

君子飣。

雲頭對爐餅。

虎公斷醒酢。

紫龍糕。

春香泛湯。

象牙餢。

金裝韭黃艾炙。

金粟平餢。魚子。

羊皮花絲。長及尺。

乳釀魚。完進。

葱醋雞。入籠。

西江料。蒸鼈屑。

昇平炙。治羊鹿舌，拌三百數。

雪嬰兒。治蛙豆莢貼。

小天酥。鹿雞參拌。

卯羹。純兎。

筋頭春。炙活鴉子。

水煉犢炙。盡火力。

格食。羊肉腸臟經豆莢各別。

纏花雲夢肉。卷鎮。

徧地錦裝體。羊脂鴨卵脂副。

湯浴繡丸。肉糜治隱卵花。

細供没忽羊羹。

飛鸞膾。

剔縷雞。

龍鬚炙。

花折鴛糕。

交加鴨脂。

越國公碎金飯。

剪雲析魚羹。

魚羊仙料。

十二香點臛。

滑餅。

湯裝浮萍麪。

白消熊。

恬乳花面英。
專門膾。
折筋羹。
朱衣餻。
露漿山子羊蒸。
天孫膾。
金丸玉萊臛體。
高細浮動羊。
乾坤奕餅。
含漿餅。
楊花泛湯糝餅。
魚膾永加王特封。
無憂腊。
新治月華飯。
加料鹽花魚屑。
拖刀羊皮雅膾。
香翠鶉羹。
千日醬。
加乳腐。
添酥冷白寒具。
暗裝籠味。
乾坤奕餅。
含漿餅。
楊花泛湯糝餅。
魚膾永加王特封。
無憂腊。
新治月華飯。

附張手美家

圓闔門外通衢有食肆，人呼爲張手美家，水產陸販隨需而供。每節則專賣一物，徧京輻湊，號曰澆店。偶記其名，播告四方事口腹者。

元陽臠。元日。
六一菜。人日。
手裏行厨。上巳。
指天餕餡。四月八日。
緑荷色子。伏日。
羅喉羅飯。七夕。
盂蘭餅餻。中元。
宜盤。冬至。
法王料斗。臘八。

附建康七妙

金陵士大夫淵藪家家事鼎鑑有七妙，
盥可照面，
餅可映字，
麪可穿結帶，
寒具嚼著驚動十里人。

附花餻員外

皇建僧舍旁有餻坊，主人由此入貲爲員外官，蓋顯德中也，都人呼花餻員外，因取餻目録箋之。

滿天星金米。
金餻縻員外糝。外有花。
大小虹橋暈子。
餅可作勸盞，
糝拌。夾棗豆。
花截肚。内有花。
木蜜金毛麪棗獅子也。

李筌《太白陰經》卷五《宴設音樂篇第六二》 經曰：雲上於天，需君子以飲食，宴樂用宣王之惠，暢吏士之心。古人出師必犒以牛酒，頒賞有序，殽席有差，以激勵於衆。酒酣拔劍起舞，明家角抵，代鼓叫呼，以增其氣。絲竹哀怨悽愴，征夫感而泣下，鋭氣沮喪，復安得而用哉。酒一人二升二百五十石，羊一口分爲二十節，六百二十五口。牛肉代羊肉，一人二斤，二萬五千斤。白米一人五合，六十五石五斗。薄餅一人兩箇，二萬五千箇。每一斗麪作二十箇，一百五十石。饅頭一人一枚，一萬二千五百枚。一斗麪作三十枚散子，一人一枚，一萬二千五百枚。一斗麪作三十枚，用麪四十六石六斗七升。蒸餅一人一箇，一萬二千五百箇。一斗麪作一百枚，麪二十五石。每麪一斗，使油二十二斤，餜饠一人一枚，一萬二千五百枚。一斗麪作八十枚，麪一十五石六斗二升五合。餻餅一人三合，糯米三十七石五斗。菜一人五兩，二千九百五十斤零四兩。羊頭蹄六百二十五具充簽，醬羊肚肝六百二十五具，并四等充羹。鹽三人一合，四石一斗六升。醬一人半合，六石二斗五升。醋一人一合，二石五斗。蓝一十人一兩，七十八斤零二兩。葱三人一兩，三百九十六斤零十兩。

白居易、孔傳《白孔六帖》卷一五《食七》 白：食爲民天。《文選》。味以行氣。氣以實志。嘉肴雖有嘉肴，弗食不知其旨。食惟接氣。見儉薄門。味以平心。君子食之，以平其心。忘憂。魏子曰：惟食忘憂。不歎。傳曰：當食不歎，非歎所也。不語。食不語。美食。美味。飲食。終日。食我以禮。少施氏禮。爾肴。既將既嘉。肉食者鄙。吉蠲爲饎。食也。飲食醉飽。《書》不時不食。《語》蕙肴。《楚辭》蕙肴蒸芳蘭籍。初筵終飲。置食之間三咲。閻没汝覓傳。吾豈得而食之。一飲一食。《禮》飲食以時。《禮》大夫無秩膳。未老者無秩膳。有閣。《禮》大夫七十而有閣，閣食藏。不辭。孔子食於季氏，不辭，不食肉而餐，以待已非禮也。無禮。《禮》曰：君子苟無

禮，雖美不食焉。共飯。不澤手。覆餗。鼎折足，覆公餗。徒食。庶人耆老不徒食。徒，空也禮。素餐。無魚中置。當食之中。珍羞下箸。何曾。肉味。忘味。豐儉。隨客早晚。羊曼爲丹陽尹，客來早者得佳，設日晏則漸罄，不復及精，隨客早晚，而不問貴賤。有羊固拜臨海太守，竟日皆美。雖晚至者，猶獲盛饌，論者以固之豐腆，不如曼之真。不食珍。《禮》庶人無故不食珍。禮之初。始於飲食禮。男女之大欲存焉。飲食男女之大欲存焉。食其時。百穀理。君子以飲食宴樂。《易》洪範八政，一曰食。《尚書大傳》曰：八政何意先食，食者萬物之始，人之所本。汝郁年五歲，母疾不能食，郁亦不肯食。母憐之，強爲之食，歡言已愈。郁視母顏色未平，輒不食。

白居易、孔傳《白孔六帖》卷四《元日七》 燕粉荔枝。《金門歲節》曰：洛陽人家正旦造絲雞蠟、燕粉荔枝。

殷成式《酉陽雜俎》卷七《酒食》 折粟米法。取簡勝粟一石，加粟奴五斗舂之。粟奴能令馨香。乳羖羊胯利法。檳榔詹闊一寸，長一寸，半胡飣皮。鯉鮒鮮法。次第以竹枝齊頭，置日中書，復爲記齊字。五色餅法。刻木蓮花，藉禽獸形，按成之，合中累積五色，堅作道，名爲闕釘。色作一合者，皆糖蜜。副起粄法，湯脰法，沙碁法，甘口法，蔓菁藾菹法。飽霜柄者，合眼掘取，作撝蒲形。蒸餅法，用大例麪一升，煉猪膏三合。梨漬法，臕肉法，脖肉法，漬鮎法。治憒頭，去月骨，舌本近喉，有骨如月。木耳鱠。漢瓜菹切用骨力豆牙菹。肺餅法。覆肝法，起起肝，如起魚菹。菹族並乙去法，一曰汁。又鱠法，鯉一尺，鯽八寸，去排泥之羽，鯽負天肉，腮後鬐前，用腹腴拭刀，亦用魚腦，皆能令鱠縷不著刀。魚肉凍脡法：渌肉酸脡，用鯽魚、白鯉、魴鯸、鱖鯕。煞驢馬肉，用助底鬱驢肉。驢作鱸貯反。炙肉，鰿魚第一白，其次已前日味。

今衣冠家名食，有蕭家餛飩，澆去湯肥，可以瀹茗。庾家糗子，白瑩如玉。韓約能作櫻桃餥饠，其色不變。有能造冷胡突、鱠、鱧魚、膾、連烝詐、草草皮、索餅。將軍曲良翰能爲驢駿馳峯炙。

貞元中，有一將軍家出飣食，每說物無不堪喫，唯在火候善均五味。嘗取敗障泥胡盞一日鹿。修理，食之其味極佳，道流。陳景思說勅使齊日，昇養櫻桃，至五月中皮皺如鴻柿不落，其味數倍，人不測其法。

馮贄《雲仙雜記》卷一《洛陽歲節》 洛陽人家，正旦造絲雞、蠟燕、粉荔枝。正月十五日，造火蛾兒，食玉粱餻。寒食裝萬花輿，煮楊花粥。端午术羹、艾酒，以花絲樓閣插髻，贈遺辟瘟扇。乞巧，使蜘蛛結萬字，造明星酒，裝同心膾。重九迎涼脯、羊肝餅，佩瘿木符。冬至，煎餳，綵珠，戴一陽巾。除夜，銅刀刻門，埋小兒硯，點水盆燈。臘日，造脂花餜。《金門歲節》

曾慥《類説》卷一三《樹萱録》 團油飣。廣俗家富者，每婦産三日，或足月洗兒。及子孩晬，作團油飣，以煎鰕魚，炙雞鵝豬羊灌腸，蕉子姜桂鹽豉之屬而爲之。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 十遠羹

石耳、石髮、石線、海紫菜、鹿角脂菜、天花蓴、沙魚、海鰾、白石決明、蝦魁腊，右用雞羊鶉汁及決明、蝦、蓴浸漬，自然水澄清，與三汁相和，鹽酎莊嚴多汁爲良。十品不足聽闕，忌入別物，恐倫類雜，則風韻去矣。

小四海

孫承祐在浙右嘗饌客，指其盤筵曰：今日坐中南之蝤蛑，北之紅羊，東之鰕魚，西之粟，無不畢備，可謂富有小四海矣。

鴈櫥

富家出游，運致饌具，皆用髹櫥，蒙以紫碧重簷罩衣，兩人舁之。其行列之盛，有若雁行，旁觀號爲雁櫥。

八珍主人

醬八珍，主人也。醋食，總管也。反是爲惡醬爲厨司大耗，惡醋爲小耗。

張手美家

閭閻門外通衢有食肆，人呼爲張手美家，水産陸販隨需而供，每節則專賣一物，徧京輻湊，號曰澆店。偶記其名播告四方，事口腹者。

元陽臛。元日。

六一菜。人日。

手裏行厨。上巳。

指天餕餡。四月八。

緑荷包子。伏日。

摩睺羅飯。七夕。

盂蘭餅餤。中元。

宜盤。冬至。

法王料斗。臘八。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 建康七妙

金陵士大夫淵藪家家事，鼎鐺有七妙，鼇可照面，餛飩湯可注硯，餅可映字，飯可打擦擦臺，濕麪可穿結帶，餅可作勸盞，寒具嚼著驚動十里人。

陶穀《清異録》卷下《饌食》 糟雲

釋鑒興天台山居，頌湯玉入甌，糟雲上筯，謂湯餅瑩滑，糟薑岐秀焉耳。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 單籠金乳酥

韋巨源拜尚書令，上燒尾食。其家故書中尚有食賬，今擇奇異者畧記。

單籠金乳酥。是餅，但用獨隔通籠，欲氣隔。

曼陀樣夾餅。公膳嘘。

巨勝奴。酥蜜寒具。

婆羅門輕高麪。籠蒸。

貴妃紅。加味紅酥。

七返膏。七捲作四花，恐是糕子。

金鈴炙。酥攪印脂取真。

御黄王母飯。徧縷印脂，蓋飯面裝雜味。

光明蝦炙。生蝦則可用。

通花軟牛腸。胎用羊脊髓。

生進二十四氣餛飩。花形餡料各異，凡二十四種。

同心生結脯。先結後風乾。

生進鴨花湯餅。厨典入内，下湯。

金銀夾花平截。剔蟹細碎卷。

見風消。油浴餅。

冷蟾兒熮。冷蛤蜊。

火燄盞口餬。上言花，下言體。

水晶龍鳳糕。粟米蒸破，見花乃進。

唐安餲。闢花。

玉露團。雕酥。

雙拌方破餅。餅料花角。

長生粥。進料。

漢宫棋。錢能印花煮。

賜緋含香粳子。蜜淋。

天花蠏鑼。九鍊香。

八方寒食餅。用木範。

甜雪。蜜燈太例麪。

白龍膗。治鱖肉。

素蒸音聲部。麪蒸象蓬萊僊人，凡七十字。

鳳凰胎。雜治魚白。

金粟平餬。魚子。

逡巡醬。魚羊體。

羊皮花絲。長及尺。

丁子香淋膾。醋別。

乳釀魚。完進。

吳興連帶鮓。不發缸。

葱醋雞。入籠。

紅羊枝杖。蹄上裁一羊，得四事。

西江料。蒸餕肩髑。

八仙盤。剔鵝作八副。

昇平炙。治羊鹿舌，拌三百數。

僊人臠。乳淪雞。

雪嬰兒。治蛙豆莢貼。

分裝蒸臘熊。存白。

小天酥。鹿雞糝拌。

卵熮。純兎。

筋頭春。炙活鶉子。

水煉犢炙。盡火力。

格食。羊肉腸臟纏豆莢各別。

纏花雲夢肉。卷鎮。

徧地錦裝鼈。羊脂鴨卵脂副。

湯浴繡丸。肉糜治隱卵花。

謝諷《食經》中畧抄五十三種

北齊武威王生羊膾細供没忽羊熮。

急成小餤。

咄嗟膾。

爽酒十樣卷生。

千金碎香餅子。

修羊寶卷。

君子飣。

雲頭對爐餅。

虞公斷醒酢。

紫龍糕。

春香泛湯。

象牙餽。

金裝韭黄艾炙。

恬乳花面英。

專門膾。

折筋熮。

朱衣餤。

露漿山子羊蒸。

天孫膾。

金丸玉菜臛鱉。

高細浮動羊。

乾炙滿天星。

青涼臛碎。封狸肉夾脂。

暖寒花釀驢蒸。耿爓。

五生盤。羊兎牛熊鹿並細治。

過門香。薄治菜物，入沸油烹。

紅羅飣。膏血。

蕃體間縷寶相肝。盤七升。

飛鸞膾。

剔縷雞。

龍鬚炙。

花折鴛糕。

交加鴨脂。

越國公碎金飯。

剪雲析魚熮。

魚羊僊料。

十二香點臛。

滑餅。

湯裝浮萍麪。

白消熊。

加料鹽花魚屑。

拖刀羊皮雅膾。

香翠鶉熮。

千日醬。

加乳腐。

添酥冷白寒具。

暗裝籠味。

乾坤奕餅。

含漿餅。

撮高巧裝壇樣餅。
天真羊膾。
烙羊成美公。
藏蟹含春侯，二名如上注。
連珠起肉。

陶穀《清異録》卷下《逍遥炙》　睿宗聞金僊玉真公主飲素，曰令以九龍食畢裝逍遥炙賜之。

楊花泛湯糝餅。
魚膾永加王特封。
無憂腊。
新治月華飯。

李昉《太平廣記》卷二三四《名食》　今衣冠家名食，有蕭家餛飩。漉去，其湯不肥，可以瀹茗。庾家粽子，白瑩如玉。韓約能作櫻桃餅饊，其色不變。又能造冷胡突，鱠鱧魚膾，連蒸靡靡皮索餅。將軍曲良翰能爲驢駿駝峯炙。出《酉陽雜俎》

李昉《太平廣記》卷二三四《敗障泥》　貞元中，有一將軍家出飯食，每説無物不堪吃，唯在火候。善均五味，嘗取敗障泥胡盞修理，食之，其味佳。出《酉陽雜俎》

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《羹類》　尚音端　蹄菜得倉鰷以作羹。《吴書》曰：趙咨使魏，人曰，聞江東有作若爲咨曰當。小飯大歠。昌脱切。如湯沃雪。枚乘《七發》曰。注言易也。吴炙。宋玉《招魂》曰：和酸若苦陳吴炙。露葵羹。王筠《遊望詩》云：徒誣詎若蘭英酒。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《衆和滋味》　燀音闡人昌善切以秋橙，酢《五吕注選》作飴音。添、和也。以春梅。張協《七命》曰：接以商王之蓍，承以帝辛之杯。糅玄又以芳酸。《七啟》甘和既醇。玄冥適鹹薄收調辛，紫蘭丹椒。施和必節，滋味既殊。遺芳射越，易牙調和。枚乘《七發》曰：于是使伊尹煎熬。注：伊尹負鼎于湯，説以至味，易牙嘗和溜澠之水。勺涉藥謂和也之醬。熊蟠之膰。注：膰，爛也。濡炙也熬炮羔有柘漿。宋玉《招魂》注：柘，甘蔗也，用其水爲之漿。

晏殊《晏元獻公類要》卷二八《珍羞》　六禽。鳧雁雉鴛鶉鷃。殊珍。張協《七命》曰尔乃。四膳。四時所食也。異肴窮海之錯。極陸之毛，伊公炊鼎，庖子捽乃味重。九沸。和其勺藥。注：伊尹云，五味九沸，取其熟乃可食之。九，陽數。勺藥音知畧切，音略。伊公庖，見上。晨鳧露鵠霜鷄。丁乱切。纖員案星乱方丈華錯。員，案。方丈，食器。温淳甘膬。枚乘《七發》曰：飲食則膬。昌芮切。腥音程，肉之精也。醲肥厚。注醴酒之上者。

江休復《嘉祐雜誌》　余奉勑五龍廟謝晴，司天監擇日供神位板，太僕供羊，司農供猪、粟、黄白鹽餻、油胡脂、韮菁、葱、明油，大府供幣帛温香，少府供蠟燭，將作供神位水火，光禄供禮料蓮子、雞頭、胡桃、乾棗饌、鹽笋俎、乾魚、玉鈹、鹿脯、薑椒、橘豉、魚、兔、鹿、羊、醯、餳、醋、酒、柴、炭。將作所供壘沈水香餅爾。

彭乘《續墨客揮犀》卷七《頭食》　余一日會賓于館，庖人薦粉。有客即席而問曰：此味宴會將終方食，謂之頭食何也。或對曰：本朝太祖皇帝時，每内宴進樂，先以弦聲發之，然後衆樂和之，故號絲抹將來。今所在起曲，遂先之以竹聲，不惟訛其名，亦失其實矣。

龐元英《文昌襍録》卷三　以駕部郎中王欽臣爲陝西轉運副使

唐歲時節物，元日則有屠蘇酒、五辛盤、咬牙餳。人日則有煎餅，上元則有絲籠。二月二日，則有迎富貴果子。三月三日，則有鏤人。寒食則有假花鷄毬、鏤鷄子、子推蒸餅、餳粥。四月八日，則有餻糜，五月五日則有百索粽子。夏至則有結杏子，七月七日則有金針織女臺，乞巧果子。八月一日則有點炙杖子，九月九日則有茱萸菊花酒餻，臘日則有口脂面、藥澡豆。立春則有綵勝鷄蕪、生菜。今歲時遺問略同，但餻糜、結杏子、點炙杖子，今不行爾。杜甫春日詩云：春日春盤細生菜。又曰：勝裏金花巧耐寒。重陽詩云：茱萸賜朝士。臘日詩云：口脂面藥隨恩澤。如此之類甚多，略舉舉記，當時所重也。

龐元英《文昌襍録》卷三　唐歲時節物，元日則有煎餅。上元則有絲籠，二月二日，則有迎富貴果子。三月三日，則有鏤人。寒食則有假花鷄毬、鏤鷄子、子推蒸餅、餳粥。四月八日，則有餻糜。五月五日，則有百索粽子。七月七日，則有金針織女臺，乞巧果子。八月一日，則有茱萸、菊花酒、餻。臘日則有口脂、面藥、澡豆。立春，則有綵勝鷄、蕪菁生菜。今歲時遺問略同，但餻糜、結杏子、點炙、杖子，今不行爾。杜甫春日詩云：春日春盤細生菜。又曰：勝裏金花巧耐寒。重陽詩云：茱萸賜朝士。臘日詩云：口脂面藥隨恩澤。如此之類甚多，略舉舉記，當時所重也。

曾慥《類説》卷一〇《仇池筆記下》　盤遊飯，骨董羹。

江南人好作盤遊飯，鮓脯膾炙，無有不埋在飯中。里諺曰：掘得窖子，羅浮顆老。取凡飲食雜烹之名骨董羹。詩人陸道士出一聯云：投醪骨董羹鍋内，掘

窖盤遊飯椀中。

蘇軾《物類相感志・飲食》 炙肉以芝蘇花爲末置肉上，則油不流入火中。煎烏賊研入醬同煎，不出水且味佳，或入蜜最妙。

糟蟹留久則沙，見燈亦沙。治法，用皂角一寸置瓶下則不沙，或用烇炭少許亦妙。糟蟹法詩云：三十團臍不用尖，腳糟觔半半觔鹽。再加酒醋各半碗，喫到明年也不淹。

煠老雞以山裏果煠就爛，或用白梅煠亦好。

枳實煠魚則骨軟，或用鳳仙花子。

打血不就者用燈心在內，或壁土亦可，一云用一順攪則就，若逆攪之則不就。

醬內生蟲，以馬草烏碎切，入之蟲即死，或用川椒亦可，或加熬熟香油百部入之。

糟茄入石綠，切開不黑，或用黃道日則色黃。用線纏勒去蒂，不許用刀切。

糟薑餅內安蟬殼，雖老薑亦無筋。

煎白腸用百藥末，臨熟撒之則香脆。一云芝蘇花乾末糝亦好，或用鳳仙花爲末。

煠魚羹臨煠熟入川椒，多則去鯁。

食蒜令口中不臭，用生薑棗子同食，或呷醋一口，或食芝蘇尤妙。

煠菱要青，用石灰水拌過，先洗去灰煠則青。

煠蟹用蜜塗之，候乾煠之則青，或用北五味煠之，或以倒砂水塗候乾煠之。

酒中火焰，以青布拂之自滅。

做飯入朴硝在內，則自各粒而不相粘。

煠牛馬令易爛，入薑杏仁妙。

米醋內入炒鹽，則不生白衣。

煠河豚用荊芥煠，三四次換水則無毒。

用鹽洗豬臟胳子則不臭，或以水洗胳翻過洗淨令乾了，以乾麪糝之，一茶時久便洗去麪，垢隨麪去，久住則連肉爛了。

煠素羹，用枇杷葉爲細末入之妙。

煠木犀蟹，用木犀花鋪釜底，少水煠之則青。

煠雞子，令一層層熟相間者，以火煠令一著一滅，頻炒動，則層層熟入去。

做魚鮓，用鹽鹽淹去涎洗淨，如魚鮓法造。一云以石灰水浸之。

凡雜色羊肉入松子則無毒。

藕皮和菱米食則軟而甜。

研芥辣用細辛少許，醋與蜜同研則極辣。

晒葫蘆乾以藥本湯洗過，不引蠅子，鹽水亦可。

煠豬肉用白梅阿魏煠，或用醋，或用青鹽同煠，則易爛。

白血灌腸，用藕汁入血中灌之則白，一云用蓼薺煠，以葱莖淹之洗淨。煠羹則剔骨，茶能去涎殺腥。

桃花飯，做飯了以梅紅紙盛之，溼後去紙和匀，則紅白相間。

鴨子上以牛膽汁或寫字或畫花，令乾煠之，去殼則青色透內。

酒中置茄子柴灰，則酒到夜成水。

煠黑豆用荷花梗煠之爛甚，賣豆兒煠用此。

江茶點桐花，用針扞橄欖，少時取針畫茶面成花，上作白路妙，或以皂礬白藥煎竹絲畫花。楊梅核西瓜子用柿子漆相拌了晒乾自開，只揀取仁。

鴨蛋以碙砂畫花及寫字，候乾以頭髮灰汁洗之，則黃直透內。

乳鑒淘，用乳餅醬內妙。

梅滷，可淹梔子花、萱草花、牽牛花、林檎、藕、冬瓜、葫蘆，須得紫蘇葉入則妙。

灌肺用蒲菊汁洗後入灌，物永不老。

煠銀杏栗子，用油紙撚在內，則皮自脫。

臘內內用酒腳醋煠肉紅，酒調羹則味甜。

夏月魚肉安香油，久亦不臭。

紅糟酸入鴨子與酒則甜。

用蘿蔔梗同煠銀杏不苦。

蛤蜊餛飩，以蛤蜊洗淨，安桶盤內，月下露之，令口開，以真粉研料物鹽，以蛤蜊納之，則口閉，少時便用汁攪之去殼，真粉在殼內外如餛飩。

酒漿面上不見人影不可食。

日月蝕時飲損牙。

銅器內不可盛酒過夜。

煠芋以灰煠之則蘇。

淡醋煑雞，錫盆盛蓋了，上以灰水淋之則自凍。

煎鹽盆中能煑飯，不攪動則不鹹也。

榧子與甘蔗同食，其查自軟如紙一般。榧子一作地栗

鹽擂胡椒甚辣，葱青尤佳。

榧子殼反菉豆能殺人。

油餅與藕同食，無查更美。

密屈律能敗酒，本草名枳椇。

甘草去酒毒，小豆花亦妙。

煑臭肉，每觔半用胡桃二十箇，殼上鑽孔令多，即同煑肉，熟則臭味不見矣。

煑老豬肉，以水煑熟，以冷水淋肉冷，又浸冷，再煑，即爛。

花鹽可煑肉易爛。

蘿蔔解醬豆腥，醯醬喫不噯。

橘葉陰乾，收造臊肉不炎膩氣，可留至五月，懸烟突上，梅月水洗之再懸。

臘月收糟，以泥泥頭上，至二三月以水燒泥頭則潤，不爾則臭。

煎血入酒糟不出水。

餛飩旋裹便煑食不噯，蓋物未久也，入鮓亦得，或喫了食鮓。

晒肉須油抹，不引蠅子。

麩夏月易壞，用白湯爆過，自然如初。

食荔枝多則醉，以殼浸水飲之則解。

做灰鹽鴨子，月半日做則黃居中，不然則偏，一云日中做。

血肝鴨子雞頭蝦杏仁鵝肺脊血，皆可合汁清酒。後喫理中湯調氣散一處乾噉，則可口中無酒氣。

無名異煑蟹不變色，礬水煑亦不變。

韶粉去酒中酸味，赤豆炒過入亦變。

爛椒欖研細，燒鯽魚甚香。

荷花蒂煑肉，精者浮肥者沈。

煑紅鴨子，以金櫚根同煑，白皆紅。

天落水做飯，白米變紅，紅米變白。

飲酒欲不醉，服硼砂末。

喫栗子於生芽處咬破此，吹氣一口，剝之皮自脫。竹葉與栗同食無相。

茄柴灰可淹海蜇。

冬月就血不堅，安鍋上暖處，碗熱則血就。

血不可就汁煑，煑則汁淡無味，須用湯煑之。

豆兒水，黑豆或紫豆，以頭灰汁煑。

寸切稻草，可煑臭肉，其臭皆入於草內。

煑爛肉用朴硝，仍貫氣在肉內。

冬瓜切動未喫盡者，三五日皆爛，以石灰糝之則不爛。

淹鹹蛤蜊，以盞灰入鹽鹹之，味好且不開口，要即熟則在日中晒。

糟酒醬蟹入香白芷，則黃不散。

煎鴨子賣絲者，用濟水同煎，有用蓮蓬梗灰汁煎。

餛飩皮饅頭皮，用麪糊和則易熟不破。

煑烏賊魚，每十箇洗淨，入水一二盞煑熟，令有汁半盞止，取起入蛤蜊醬滷一茶甌許，拌勻，少時喫妙。

水蘿蔔滷及鹽薑內做甘露子則不黑，以細籤穿之易取。

酒酸用糠醋投之則不酸惟淡，每酒一升用醋半盞。

煑麪令湯清，北方用花鹼，南方用糠醋撮。

煑猪賭及血臟羹，不可入椒同煑，作豬糞氣，臨熟後入就起。

煑老鵝不爛，就竈邊取瓦一片同煑，即爛如泥，羊亦然。

喫西瓜喫子不噯。

喫蟹了以蟹鬚洗手則不腥。

新煑酒灰氣者，開時入水一盞。

五月不可做臘肉，餘月皆可造。六月須用酒醋鹽同淹，當日晒乾。

豆油煎豆腐有味。

籬上舊竹篾縛肉，煑則速糜。

餛飩入香藥在內不噯。

醬水內煑蟹不腥，青蝦蟹之類觜腳和煑不腥。

芽茶得鹽不苦而甜，忌此不可用，引諸病。

蘇頌《丞相魏公譚訓》卷八《恬淡器玩飲饍》 曾祖平生厚於賓客之饌，爲三司判官，與李少師同寮，皆飲食豐潔。嘗製醴清奠，李其異之。求其法，笑而不與。

祖父嘗云：食不貴豐而貴潔；味不貴厚而貴和。

朱彧《萍洲可談》卷二 閩、浙人食蛙，湖湘人食蛤蚧，大蛙也。中州人每笑東南人食蛙，有宗子任浙官，取蛙兩股脯之，紿其族人爲鶉臛，既食然後告之，由是東南謗少息。或云蛙變爲黃鵝。廣南食蛇，市中鬻蛇羹，東坡妾朝雲隨謫惠州，嘗遣老兵買食之，意謂海鮮，問其名，乃蛇也，哇之，病數月，竟死。瓊管夷人食動物，凡蠅蚋草蟲蚯蚓盡捕之，入截竹中炊熟，破竹而食。頃年在廣州，蕃坊獻食，多用糖蜜腦麝，有魚雖甘旨，而腥臭自若也，唯燒筍茁一味可食。先公使遼日，供乳粥一椀甚珍，但沃以生油，不可入口。諭之使去油，不聽，因紿令以他器貯油，使自酌用之，乃許，自後遂得淡粥。大率南食多鹽，北食多酸，四夷及村落人食甘，中州及城市人食淡，五味中唯苦不可食。

陶宗儀《說郛》卷一九下黃庭堅《涪翁雜說》 醢人云：羞豆之實，酏食糝食。鄭司農云：：酏食以酒爲餅。賈公彥云：糝食，菜餚蒸。賈公彥云：若今煑菜謂之蒸菜，起膠餅蓋今膠餅。鄭司農云：：酏，粥也，以酒酏爲餅，若今起炊餅，蒸菜蓋今裹鮪邪。蜀人凡果蔬皆漬之醯，以爲蒸餌。《周官》醢人云：醢人掌五齊七菹，王舉則供齊菹醢物六十甕。齊即薤也，豈蜀人尚有古風耶。

陶宗儀《說郛》卷九五上黃庭堅《士大夫食時五觀》 古者君子有飲食之教在鄉黨、曲禮，而士大夫臨尊俎則忘之矣，故約釋氏法，作士君子食時五觀云：

一計功多少，量彼來處。

此食墾殖、收穫、舂磨、淘汰、炊煮乃成，用功甚多。何況屠割生靈，爲己滋味。一人之食，十人作勞。家居則食父祖心力所營，雖是已財，亦承餘慶。仕宦則食民之膏血，大不可言。

二忖己德行，全缺應供。

始于事親，中于事君，終于立身。全此三者，則應受此供，缺則當知愧恥，不敢盡味。

三防心離過，貪等爲宗。

治心養性，先防三過，美食則貪，惡食則嗔，終日食而不知食之所從來則癡，君子食無求飽，離此過也。

四正事良藥，爲療形苦。

五穀五疏以養人，魚肉以養老。形苦者，飢渴爲主病，四百四病爲客病，故須食爲醫藥以日扶持。是故，知足者舉箸常如服藥。

陶宗儀《說郛》卷一九下黃庭堅《涪翁雜說》 醢人云：羞豆之實，酏食糝食。鄭司農云：：酏食以酒爲餅。賈公彥云：糝食，菜餚蒸。賈公彥云：若今煑菜謂之蒸菜，起膠餅蓋今膠餅。鄭司農云：：酏，粥也，以酒酏爲餅，若今起炊餅，蒸菜蓋今裹鮪邪。蜀人凡果蔬皆漬之醯，以爲蒸餌。《周官》醢人云：醢人掌五齊七菹，王舉則供齊菹醢物六十甕。齊即薤也，豈蜀人尚有古風耶。

蘇轍《古史》卷二五《管晏列傳第二》 【略】晏子對曰：據亦同也，焉得爲和。公曰：和與同異乎。對曰：和如和羹，水火醯醢鹽梅，以亨魚肉，燀之以薪，宰夫和之，齊之以味，濟其不及，以洩其過，君子食之以平其心。

朱弁《曲洧舊聞》卷五《東坡論食》 東坡與客論食次，取紙一幅，書以示客云：「爛蒸同州羊羔，灌以杏酪，食之以匕不以箸，南都麥心麵，作槐芽溫淘，糝以襄邑抹猪，炊共城香粳，薦以蒸子鵝，吳興庖人斫松江鱠。既飽，以廬山康王谷簾泉，烹曾坑鬬品茶。」少焉，解衣仰臥，使人誦東坡先生赤壁前、後賦，亦足以一笑也。東坡在儋耳，獨有二賦而已。

朱弁《曲洧舊聞》卷五《東坡記海漆》 東波至儋耳，見野花夾道，如芍藥而小，紅鮮可愛，樸樕叢生。土人云：「倒黏子花也。」結子如馬乳，爛紫可食，殊甘美。中有細核，并嚼之，瑟瑟有聲。亦頗澀，童兒食之，或大便難。葉背白，如石韋狀。野人秋夏病痢，食其葉輒已。海南無柿，人取其皮，剥浸爛杵之。得膠，以代柿漆，蓋愈於柿也。吾久苦小便白濁，近又大府滑，百藥不瘥。取倒黍子嫩葉蒸之，焙燥爲末，以酒糊丸，日吞百餘，二府皆平復，然後知其奇藥也。因名海漆，而私記之，貽好事君子。明年子熟，當取子研濾，酒煑爲膏以劑，不復用

糊矣。

陶宗儀《説郛》卷六九下吕原明《歲時雜記》 煖爐，京人十月朔沃酒，乃炙鱗肉於爐中，圍坐飲啗，謂之煖爐。

洪皓《松漠紀聞》卷二 金之待中朝使者，使副日給細酒二十量罐，羊肉八斤，果子錢五百，雜使錢五百，白麵三斤，油半斤，醋二升，鹽半斤，粉一斤，細白米三升，麵醬半斤，大柴三束。上節細酒六量罐，羊肉五斤，麵三斤，雜使錢一百，白米一升半。中節常供酒五量罐，羊肉三斤，麵三斤，雜使錢一百，白米一升半。下節常供酒三量罐，羊肉二斤，麵一斤，雜使錢一百，白米一升半。

金盈之《醉翁談録》卷三《京城風俗記・二月》 寒食節，冬至後一百五日即有疾風甚雨，謂之寒食。民間以一百四十日始禁火，謂之大寒。一月寒食者，今姑不講矣。今云斷火三日者，謂冬至後一百四日、一百五日、一百六日也。唐杜甫《小寒食詩》云：佳辰强飲食猶寒。乃知食猶寒，則是一百六日也。一百四日爲大寒食，一百六日爲小寒食明矣。或以一百五日爲官寒食，一百四日爲私寒食。又云一百三日爲炊熟；以爲後三日禁火，爲烹炮燂湯之具。燂音藍。湯，土當反。慶厤中，京師人家庖厨滅火三日。是節合都士庶之家，多蓄食品，故京師諺語有寒食十八頓之説。又諺云：饞婦思寒食，饞，士咸反，不廉也。嬾婦思正月。正月女工多禁忌故也。又謂寒食爲一月節者，自一百四日，人家出修墓祭祀如是，經月不絶，故俗傳有一月節之語。是日世傳婦人死于産蓐者，其鬼唯於一百五日得自湔濯，故人前一日皆蓄水，是日不上井，以避之。又以棗麵爲餅，如北地棗菰而小，謂之子推窮以楊枝，插之户間，而不知何得此名也。或者以謂昔人以此祭介子推，如端午角黍祭屈原之義。都民不論貧富，隔歲以豕肉先糟熟掛竈側，名曰臘月肉。至是日，特取浄洗而食之，蓋預備禁火之意也，今人皆不知其義。

金撰之《新編醉翁談録》卷三《京城風俗記・十月》 舊俗：十月朔開爐向火，乃沃酒及炙鱗肉於爐中，圍坐飲啗，謂之暖爐。至今民家送親黨薪炭、酒肉、縑綿，新嫁女並送火爐。

趙令畤《侯鯖録》卷八《黄魯直品食》 黄魯直云：爛蒸同州羊羔，沃以杏酪，食之以匕不以筯，抹南京麪，作槐葉冷淘，糝以襄邑熟豬肉，炊共城香稻，用吴人鱠松江之鱸。既飽，以康王谷簾泉，烹曾坑鬬品。少焉，卧北窗下，使人誦東坡赤壁前、後賦，亦足少快。

趙佶《宋徽宗聖濟經》卷六《食頤篇》 因時調節章第一

食飲致用以六穀、六牲、六清者，舉地數之中也。疾病致養以五味、五穀、五藥者，舉天數之中也。夫物芸芸，俱受天地之中，胃爲天地之中數，故食穀醬飲，有四時温熱涼寒之眡，鼎俎籩豆，於形精之養，豈能外天地之中數，故食穀醬飲，有四時温熱涼寒之眡，鼎俎籩豆，有陰陽奇耦之象，凡以四時陰陽，不可偏廢故也。

稌黍稷粱麥菽者，六穀也。馬牛羊豕雞犬者，六牲也。水醬醴酏醫酪者，六清也。食用六穀，膳用六牲，飲用六清，所以爲飲食之用。其數以六者，六爲地數之中也。鹹苦酸辛甘者，五味也。麻黍稷麥豆者，五穀也。草木蟲石穀者，五藥也。五味養精，五穀養形，五藥療病，所以爲疾病之養。其數以五者，五爲天數之中也。食飲致用，未始有變，故舉地數之中，疾病致養，未始有常，故舉天數之中。夫物芸芸，受中以立，所謂命也。冲和之氣，胃實圖焉。或動或植，天地之産，雖則不同，資爲形精之養以入於胃者，豈能外天地之中數哉。是故飤宜温食，齊眡春時，羹宜涼醬，齊眡秋時，飲宜寒飲，齊眡冬時，鼎俎以實天産，其數奇，陽之義也。籩豆以實地産，其數耦，陰之義也。或取於四時，或取於陰陽而不偏廢，所以食之而底於安平也。

是以春氣温，食麥以涼之。夏氣熱，食菽以寒之。秋氣燥，食麻以潤之。冬氣寒，食黍以熱之。春夏爲陽，食木火之畜以益之。秋冬爲陰，食金水之畜以益之。長夏土也，食稷與牛，則以胃氣爲本，無時而不謹養也。春祭先脾，養土也，夏祭先肺，養金也，秋祭先肝，養木也，水静而辨，莫能勝也。故冬祭先腎，土居中央，故長夏之祭先心。

麥之爲穀其性涼，菽之爲穀其性寒，春温夏熱，春不可一於温也，故食麥以涼之。夏不可一於熱也，故食菽以寒之。麻之爲穀其性潤，黍之爲穀其性熱，秋燥冬寒，秋不可一於燥也，故食麻以潤之。冬不可一於寒也，故食黍以熱之。雞木畜也，司晨而有東方之仁。羊，火畜也，跪乳而有南方之禮。春夏食木火之畜以益之，春夏養陽故也。犬，金畜也，守禦而有西方之義。豕，水畜也，發隱而有北方之智。秋冬食金水之畜以益之，秋冬養陰故也。稷之色黄而味甘，故爲土穀，牛之性順於牽，僕以示信，故爲土畜，長夏土也，胃亦土也。胃者，水穀之府，流播於諸脈，故長夏食稷與牛，以謹養胃氣焉。方春木旺爲勝土也，故祭先脾以養之。方夏火旺爲勝金也，故祭先肺以養之。方秋金旺爲勝木也，故祭先肝以養之。凡五行動而與物交，則勝彼矣。至於静而與物辨，莫能勝焉。冬祭先腎

爲是故也，土居中央，分王四時，長夏之祭先心，心居中故也。

肝苦急，緩以粳米牛肉棗葵之甘。心苦緩，收以小豆犬肉李韭之酸。肺苦氣上逆，泄以麥羊肉杏薤之苦。腎苦燥，潤以黄黍雞肉桃葱之辛。脾爲中州，性雖苦濕，藏真所稟，其氣欲濡，則佐以所利，大豆豕肉栗藿之鹹是已。此皆陰陽五行，氣味見於穀畜果菜，雖皆五藏之養，未嘗不以胃氣爲本。

春酸夏苦，秋辛冬鹹，調以滑甘，五味之宜，各因時也。辛散、酸收、甘緩、苦堅、鹹耎，五味之性，各有用也。急者濟之以緩，緩者濟之以收，逆則泄以濟之，燥則潤以濟之，相濟以相成也。粳米牛肉棗葵味皆甘也，肝苦急，急食甘以緩之，所謂急者濟之以緩也。小豆犬肉李韭味皆酸也，心苦緩，急食酸以收之，所謂緩者濟之以收也。麥羊肉杏薤味皆苦也，肺苦氣上逆，急食苦以泄之，所謂逆則泄以濟之也。黄黍雞肉桃葱味皆辛也，腎苦燥，急食辛以潤之，所謂燥則潤以濟之也。至於脾爲中州，性雖苦濕，然藏真所稟，其氣欲濡，則以鹹潤焉，所以佐之也。故其食宜以大豆豕肉栗藿之鹹，五穀爲養，五畜爲益，五果爲助，五菜爲充，皆陰陽五行之至理也，君子之食當倣焉。五藏別論曰：胃者，水穀之海，六府之大源也，五味入口，藏於胃以養五藏，則五藏之養，又皆以胃氣爲本也。是以穀畜果菜雖養五藏，然皆由胃而播焉。

蓋天地之專精爲陰陽，陰陽襲精爲四時，四時散精爲萬物，惟人萬物之靈，備萬物之養，飲和食德，以化津液，以淫筋脈，以行榮衛，全生之術，此其要者。内經論食飲有節，爲知道之人，凡以窮理盡性，非特從事於肥甘而已，況五方之民，嗜欲不同，味陰陽之一偏，故有一偏之病。養生者所以欲消息應變，不欲久服，雖五穀致養，猶有過食生患，如豆令人重者，矧非稼穡者乎。

真精之府，本無二致，天地專之，妙生成於陰陽，陰陽襲之，運合闢於四時，四時代散，散之爲萬物，萬物離張得之爲性命，均物也。惟人爲物之靈，故能備萬物之養，以飲天和，以食地德，化津液而潤五藏，淫筋脈而溉經絡，行榮衛而通血氣，達全生之術而得其要。飲食有節，不以嗜欲蕩其情性，有道者能之，蓋窮理而不迷，盡性而不惑，夫豈徒弊，弊然從事於肥甘之美而已哉。彼五方之民，嗜欲不同，或食魚而嗜鹹，其病癌瘍，或食腊而嗜酸，其病擘痺，以其味陰陽之一偏，故有一偏之病也。養生者誠能和陰陽之消息，隨時服食，無偏其所嗜，則葆精全真，於是乎在。蓋五穀爲養，豆其一也，苟多食焉，且令人重，矧非稼穡，其爲傷也多矣。故《莊子》曰：飲食之間，不知爲之戒者，過也。

故食鵲者巧，食鳩者蝡，食鶉者强，食狐者惑，菌以蒸成，食菌則傷，不若芝之益壽，氣之和乖異也。魚以濕化，食鯉則損，不若鯽之益胃，物之形化殊也。凡物性味久，能易志而引年，其可屬性於五味，失至理之求哉。

鵲知太歲，故食鵲者巧。鳩拙於營巢，故食鳩者蝡。狐性多疑，故食狐者惑。不知晦朔者，菌也，食之則傷，不若芝備五行之秀，可以益壽。氣之和乖異也如此，不能循變者鯉也，食之則損，不若鯽備稼穡之和，可以益胃。物之形化殊也如此，以至一物具一妙理，一藏形一妙義。故凡物性味久，斯能易志而引年，是又養生者不可不察也。

夫醴泉卻老，臘雪弭毒，菊水愈痺，水本無二，天地草木之和氣異傳也。春取榆柳，夏取棗杏，秋取柞楢，冬取槐檀，變四時之火以救時疾。火本無二，四時之木氣異傳也。水火之用，見於朝夕烹餌，聖人每致其變，況夫氣味生剋，消息盈虚係焉，以時爲宜，庸可忽諸。

在天者莫明於日月，在地者莫大於水火，在人者莫重於精神，爲月爲水者坎也，人得之爲精。爲日爲火者離也，人得之爲神。水火之體，充滿太虚，無不在焉。以五行推之，木出於土，水滋焉灌之而升，火宿焉鑽之而出。金生於土，水藏焉蒸之而潤，火伏焉擊之而光。水剋於土，亦可以滋土，故土不得水則不生，水不得土則不停。土出於火，亦可以養火，故土不得火則不生，火不得土則不存。是則水，陰也，火，陽也，一陰一陽，其道無乎不在，水之性無乎不在，故天地草木之和氣異傳，水亦與之俱焉。或爲醴泉而卻老，或爲臘雪而弭毒，或爲菊水而愈痺，以無不在之性，而託於天地之氣物者然也。火之性無乎不在，故四時之木氣異傳，火亦與之俱焉。或榆柳取於春，或棗杏取於夏，秋取柞楢，冬取槐檀，以無不在之性，而見於四時之木氣者然也。昔易牙於水，飲之而能辨淄澠之合。師曠於飯，食之而能知勞薪之爨。水火之異也如此，見於朝夕烹餌。聖人每致其變，凡以至理所寓，不可苟也。況夫氣味生剋，消息盈虚之理係焉，飲食之間，烏得不慎而以時爲宜耶。

孟元老《東京夢華録》卷二《州橋夜市》

出朱雀門，直至龍津橋。自州橋南去，當街水飯、蒸肉、乾脯。王樓前獾兒、野狐、肉脯、鷄。梅家鹿家鵝鴨鷄兔肚肺鱔魚包子、鷄皮、腰腎、鷄碎，每個不過十五文。曹家從食。至朱雀門，旋煎羊、白腸、鮓脯、燠凍魚頭、姜豉剗子、抹臟、紅絲、批切羊頭、辣脚子、姜辣蘿卜。夏月麻腐鷄皮、麻飲細粉、素簽紗糖、冰雪冷元子、水晶皂兒、生淹水木瓜、藥木

瓜、鷄頭穰沙糖、緑豆、甘草冰雪涼水、荔枝膏、廣芥瓜兒、鹹菜、杏片、梅子薑、萵苣笋、芥辣瓜旋兒、細料餹餡兒、香糖果子、間道糖荔枝、越梅、鏇刀紫蘇膏、金絲黨梅、香根元，皆用梅紅匣兒盛貯。冬月盤兔、旋炙猪皮肉、野鴨肉、滴酥水晶鱠、煎夾子、猪臟之類，直至龍津橋須腦子肉止，謂之雜嚼，直至三更。

孟元老《東京夢華録》卷二《東角樓街巷》 自宣德東去東角樓，乃皇城東南角也。十字街南去姜行。高頭街北去，從紗行至東華門街，晨暉門、寶篆宫，直至舊酸棗門，最是鋪席要鬧。宣和間展夾城牙道矣。東去乃潘樓街，街南曰「鷹店」，只下販鷹鶻客，餘皆真珠匹帛香藥鋪席。南通一巷，謂之「界身」，並是金銀彩帛交易之所，屋宇雄壯，門面廣闊，望之森然，每一交易，動即千萬，駭人聞見。以東街北曰潘樓酒店，其下每日自五更市合，買賣衣物書畫珍玩犀玉。至平明，羊頭、肚肺、赤白腰子、嫰房、肚胘、鶉兔、鳩鴿、野味、螃蟹、蛤蜊之類訖，方有諸手作人上市買賣別碎作料。飯後飲食上市，如酥蜜食、棗餻、磴砂團子、香糖果子、蜜煎雕花之類。向晚賣河婁頭面、冠梳領抹珍玩動使之類。東去則徐家瓠羹店。街南桑家瓦子，近北則中瓦，次里瓦。其中大小勾欄五十餘座。内中瓦子、蓮花棚、牡丹棚、里瓦子、夜叉棚、象棚最大，可容數千人。自丁先現、王團子、張七聖輩，後來可有人於此作場。瓦中多有貨藥、賣卦、喝故衣、探搏、飲食、剃剪、紙畫、令曲之類。終日居此，不覺抵暮。

孟元老《東京夢華録》卷二《潘樓東街巷》 潘樓東去十字街，謂之土市子，又謂之竹竿市。又東十字大街，曰從行裏角，茶坊每五更點燈，博易買賣衣服圖畫花環領抹之類，至曉即散，謂之「鬼市子」。以東街北趙十萬宅街，南中山正店、東榆林巷、西榆林巷。北鄭皇后宅。東曲首向北墻畔單將軍廟，乃單雄信墓也，上有棗樹，世傳乃棗槊發芽生長成樹，又謂之棗家子巷。又投東，則舊曹門街，北山子茶坊，内有仙洞、仙橋，仕女往往夜游，吃茶於彼。又李生菜小兒藥鋪、仇防禦藥鋪。出舊曹門，朱家橋瓦子。下橋，南斜街、北斜街，内有泰山廟，兩街有妓館。橋頭人烟市井，不下州南。以東牛行待、下馬劉家藥鋪、看牛樓酒店，亦有妓館，一直抵新城。自土市子南去鐵屑樓酒店、皇建院街、得勝橋鄭家油餅店，動二十餘爐，直南抵太廟街、高陽正店，夜市尤盛。土市北去，乃馬行街也，人烟浩鬧。先至十字街，曰鷄兒市，向東曰東鷄兒巷，向西曰西鷄兒巷，皆妓館所居。近北街曰楊樓街，東曰莊樓，今改作和樂樓，樓下乃賣馬市也。近北曰任店，今改作欣樂樓，對門馬鐙家羹店。

孟元老《東京夢華録》卷二《飲食果子》 凡店内賣下酒厨子，謂之「茶飯量酒博士」。至店中小兒子，皆通謂之「大伯」。更有街坊婦人，腰繫青花布手巾，綰危髻，爲酒客換湯斟酒，俗謂之「焌糟」。更有百姓入酒肆，見子弟少年輩飲酒，近前小心供過，使令買物命妓，取送錢物之類，謂之「閑漢」。又有向前換湯斟酒歌唱，或獻果子香藥之類，客散得錢，謂之「厮波」。又有下等妓女，不呼自來，延前歌唱，臨時以些小錢物贈之而去，謂之「札客」，亦謂之「打酒坐」。又有賣藥或果實蘿卜之類，不問酒客買與不買，散與坐客，然後得錢，謂之「撒暫」。如此處處有之。唯州橋炭張家、乳酪張家，不放前項人入店，亦不賣下酒，唯以好淹藏菜蔬，賣一色好酒。所謂茶飯者，乃百味羹、頭羹、新法鵪子羹、三脆羹、二色腰子、蝦蕈、鷄蕈、渾炮等羹、旋索粉、玉棋子、群仙羹、假河鮎、白渫齏、貨鰍魚、假元魚、決明兜子、決明湯瀹、肉醋託胎襯腸沙魚、兩熟紫蘇魚、假蛤蜊、白肉、夾面子茸割肉、胡餅、湯骨頭、乳炊羊肫、羊鬧廳、羊角、炙腰子、鵝鴨、排蒸荔枝腰子、還元腰子、燒臆子、入爐細項、蓮花鴨、簽酒炙肚胘、虚汁垂絲羊頭、入爐羊羊頭、簽鵝鴨、簽鷄、簽盤兔、炒兔、葱潑兔、假野狐、金絲肚羹、石肚羹、假炙獐、煎鵪子、生炒肺、炒蛤蜊、炒蟹、炸蟹、洗手蟹之類，逐時旋行索喚，不許一味有闕，或別呼索變。造下酒亦即時供應。又有外來託賣炙鷄、燠鴨、羊脚子、點羊頭、脆筋巴子、薑蝦、酒蟹、獐巴、鹿脯，從食蒸作、海鮮時果、旋切萵苣生菜、西京笋。又有小兒子，着白虔布衫，青花手巾，挾白磁缸子，賣辣菜。又有托小盤賣乾果子，乃旋炒銀杏、栗子、河北鵝梨、梨條、梨乾、梨肉、膠棗、棗圈、梨圈、桃圈、核桃、肉牙棗、海紅嘉慶子、林檎旋烏李、李子旋櫻桃、煎西京雪梨、夫梨、甘棠梨、鳳栖梨、鎮府濁梨、河陰石榴、河陽查子、查條、沙苑榲桲、回馬孛萄、西川乳糖、獅子糖、霜蜂兒、橄欖、温柑、綿椀金桔、龍眼、荔枝、召白藕、甘蔗、漉梨、林檎乾、枝頭乾、芭蕉乾、人面子、巴覽子、榛子、榧子、蝦具之類。諸般蜜煎香藥、果子罐子、薰梅、柿膏兒、香藥、小元兒、小臘茶、鵬沙元之類。更外賣軟羊諸色包子，猪羊荷包，燒肉乾脯，玉板鮮犯，鮓片醬之類。其餘小酒店，亦賣下酒，如煎魚、鴨子、炒鷄兔、煎燠肉、梅汁、血羹、粉羹之類。每分不過十五錢。諸酒店必有廳院，廊廡掩映，排列小閣子，吊窗花竹、各垂簾幕，命妓歌笑，各得穩便。

孟元老《東京夢華録》卷四《食店》 大凡食店，大者謂之「分茶」，則有頭羹、石髓羹、白肉、胡餅、軟羊、大小骨角、炙犒腰子、石肝羹、入爐羊罨、生軟羊面、桐皮面、姜潑刀、回刀、冷淘、棋子、寄爐面飯之類。吃全茶，饒齏頭羹。更有川飯

店，則有插肉面、大燠面、大小抹肉淘、剪燠肉、雜煎事件、生熟燒飯。更有南食店：魚兜子、桐皮熟膾面、煎魚飯。又有瓠羹店，門前以枋木及花樣啓結縛如山棚，上掛成邊豬羊，相間三二十邊。近里門面窗户，皆朱緑裝飾，謂之「驩門」。每店各有廳院東西廊稱呼坐次。客坐，則一人執箸紙，遍問坐客。都人侈縱，百端呼索，或熱或冷，或温或整，或絶冷、精澆、臚澆之類，人人索喚不同。行菜得之，近局次立，從頭唱念，報與局内。當局者謂之「鑵頭」，又曰「着案」訖。須臾，行菜者左手權三碗，右臂自手至肩馱叠約二十碗，散下盡合各人呼索，不容差錯。一有差錯，坐客白之主人，必加叱罵，或罰工價，甚者逐之。吾輩入店，則用一等琉璃淺棱碗，謂之「碧碗」，亦謂之「造羹」，菜蔬精細，謂之「造齏」，每碗十文。面與肉相停，謂之「合羹」；又有「單羹」，乃半個也。舊只用匙，今皆用箸矣。更有插肉、撥刀、炒羊、細物料、棋子、餛飩店。及有素分茶，如寺院齋食也。又有菜面、胡蝶齏肫� 、及賣隨飯、荷包、白飯、旋切細料餡餎兒、瓜齏、蘿蔔之類。

孟元老《東京夢華録》卷六《十六日》 【略】宣和年間，自十二月於酸棗門門上，如宣德門元夜點照，門下亦置露臺，南至寶篆宮，兩邊關撲買賣，晨暉門外設看位一所，前以荆棘圍遶，周回約五七十步，都下賣鵪鶉骨蝕兒、圓子、餛飩、白腸、水晶鱠、科頭細粉、旋炒栗子、銀杏、鹽豉、湯鷄、段金橘、橄欖、龍眼、荔枝。

孟元老《東京夢華録》卷七《清明節》 清明節，尋常京師以冬至後一百五日爲大。寒食前一日謂之「炊熟」，用面造棗鋦飛燕，柳條串之，插於門楣，謂之「子推燕」。【略】都城之歌兒舞女，遍滿園亭，抵暮而歸。各携棗餻、炊餅，黄胖、掉刀，名花異果，山亭戲具，鴨卵鷄兔，謂之「門外土儀」。【略】節日坊市賣稠餳、麥糕、乳酪、乳餅之類。緩入都門，斜陽御柳，醉歸院落，明月梨花。諸軍禁衛，各成隊伍，跨馬作樂四出，謂之「摔脚」。其旗旄鮮明，軍容雄壯，人馬精鋭，又别爲一景也。

孟元老《東京夢華録》卷八《是月巷陌雜賣》 是月時物，巷陌路口，橋門市井，皆賣大小米水飯、炙肉、乾脯、蔴腐、芥辣瓜兒、義塘甜瓜、衛州白桃、南京金桃、水鵝梨、金杏、小瑶李子、紅菱、沙角兒、藥木瓜、水木瓜、冰雪、涼水荔枝膏，皆用青布傘當街列床凳堆垛。冰雪惟舊宋門外兩家最盛，悉用銀器。沙糖菉豆、水晶皂兒、黄冷團子、鷄頭穰、冰雪、細料餡餎兒、麻飲鷄皮、細索涼粉、素簽、成串熟林檎、脂麻團子、江豆碗兒、羊肉小饅頭、龜兒沙餡之類。都人最重三伏，蓋六月中别無時節，往往風亭水榭，峻宇高樓，雪檻冰盤，浮瓜沉李，流杯曲沼，苞鮮新荷，遠邇笙歌，通夕而罷。

洪皓《松漠紀聞》卷一 金國舊俗，多指腹爲婚姻，既長，雖貴賤殊隔，亦不可渝。壻納幣，皆先期拜門，戚屬偕行以酒饌往，少者十餘車，多至十倍。飲客佳酒，則以金銀器貯之，其次以瓦器列於前以百數，賓退則分餉焉。男女異行而坐，先以烏金銀盃酌飲，貧者以木。酒三行，進大軟脂、小軟脂，如中國寒具。蜜糕，以松實胡桃肉漬蜜，和糯粉爲之形，或方或圓，或爲柿蔕花，大略類浙中實楷糕。人一盤，曰茶食。宴罷，富者渝建茗，留上客數人啜之，或以釅者煎乳酪。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 食橄

弘君舉食橄，有廢肶、牛膟、炙鴨、脯魚、熊白、麋脯、糖蜵、車螯。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 食品

隋煬有鏤金龍鳳盤，蕭家麥穗生，寒消粉，辣驕羊，玉尖麵。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 汴中節食

上元油鼄，人日六一菜，上巳手裹行厨，寒食冬凌，四月八指天餕餌，重五如意圓，伏日緑荷包子，二社辣鷄臠，中秋翫月羹，中元盂蘭餅餌，重九米錦，臘日萱草麵。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 牙盤食

御厨進饌，用九飣牙盤食。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 名食

衣冠家名食有涼胡突、鱠鱧魚、臆連蒸、麋麋皮、索餅、上牢丸。

朱翌《猗覺寮雜記》卷上 東坡云：青浮卵盌槐牙餅，紅點水盤藿葉魚。槐牙冷淘，見杜詩。藿葉膾，見《禮記》注。牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。注：聶，牒也。先藿葉切之，復報切之，然後爲膾。

李燾《續資治通鑑長編》卷二六三 熙寧八年閏四月戊午，杭州言：鹽官縣自三月至是月，地産物如珠，可造飯，水産菜如菌，可爲蓴，飢民賴以充食。

李燾《續資治通鑑長編》卷六一 景德二年十二月己卯，召輔臣於龍圖閣觀契丹禮物及祖宗朝所獻者，自後使至，必以綺帛分賜中書、樞密院，果實、脯腊賜近臣、三館。【略】法漬法麴麪麴酒二十壺，蜜晒山果十棟檻，蜜漬山果十棟檻，盛列山梨柿四棟檻，榛栗、松子、郁李子、黑郁李子、麪棗、楞梨、棠梨二十箱，麪秔糜梨粆十椀，蕪荑白鹽十椀，青鹽十箱，牛、羊、野猪、魚、鹿腊二十二箱，御

馬六匹，散馬二百匹。正旦，御衣三襲，鞍勒馬二匹，散馬一百疋。其母，又致御衣綾珠貂裘、細錦刻絲透背、合線御綾羅綺紗穀御樣，果實、雜粆、臘肉凡百品、水晶鞍勒，新羅酒，青白鹽。國主或致戎器寶鐵刀，鶉禽曰海東青之類。承天節，遣庖人持本國異味，前一日就禁中造食以進御云。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》　五侯鯖。漢婁君卿遊五侯之門，每旦五侯饋餉之，君卿乃合五侯所餉爲鯖。鯖與胾同音征，蓋煎和之名。《太平廣記》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》　滫瀡。《內則》：滫瀡以滑之。注：秦人溲曰滫，齊人滑曰瀡。滫音思酒切，瀡音髓。溲，所九切。又《內則》：棗栗飴蜜以甘之，滫瀡以滑之，脂膏以膏之。注謂調和飲食也。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》　盤遊飯，谷薰熬。江南人好作盤遊飯，鮮脯膾炙，無有不埋在飯下。里諺曰：掘得窖子，羅浮顯老。取凡飲食雜烹之類，名谷薰熬。陸道士出一聯云：投膠薰谷熬鍋內，掘窖遊盤飯椀中。《仇池筆談》

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》　杏炙雹炙。飲食有杏炙、雹炙。

佚名《錦繡萬花谷》後集卷三五《食饌》　同心鮝。《金門歲節》曰：洛陽人家，七夕裝同心鮝。出《雲仙散録》

羅泌《路史》卷三三《發揮二・共和辯》　【略】伊尹之負鼎俎，蓋亦以滋味說，豈庖人哉。滋味之說，鹽梅之說也，具之呂覽本味之篇。由此語之，太公之尊龜。尊龜，熒之絶美，江東謂之一尊龜。並出《酉陽雜俎》事，益可知矣。然則莊子謂湯以庖人籠伊尹，而范睢以太公爲漁父，厥有由也。

范成大《吳郡志》卷二《風俗》　吳中自昔號繁盛，四郊無曠土，隨高下悉爲田，人無貴賤，往往皆有常產，以故俗多奢少儉，競節物，好遊遨，歲首即會於佛寺，謂歲懺。士女闐咽，殆無行路，親友有經歲不相面者，多於此時相見，或慶或弔紛然，議姻親，覘壻婦，亦多決於此時。上元影燈巧麗，它郡莫及，有萬眼羅及琉璃毬者，尤妙天下。以糖糰春盤爲節食，爆糯穀於釜中，名孛婁，亦曰米花，每人自爆，以卜一歲之休咎。春時用六柱船，紅幕青蓋，載簫鼓以遊，虎邱、靈巖，爲最盛處。寒食則拜掃墳墓，競渡亦用清明寒食。四月八日，浮屠浴佛，徧走閭里。重午以角黍、水團、綵索、艾花、畫扇、相餉。夏至復作角黍以祭，以柬糍之草，繫手足而祝之，名健梭，云令人健壯。又以李核爲囊帶之，云療齒。七夕有乞巧會，令兒女輩悉預，謂之小兒節。重九以菊花菜萸嘗新酒，食栗糍花糕。十月朔再謁墓，且不賀朔，是日開爐，不問寒燠皆熾炭。俗重冬至而略歲節。臘日併力舂一歲糧，藏之土瓦龕中，經歲不蛀壞，謂之冬舂米。十六日婦女祭厠姑，男子不得至。二十四日祭竈，女子不得預。二十五日食赤豆粥，云辟瘟，舉家大小無不及，下至婢僕貓犬，皆有之，家人有出外者，亦貯其分，名曰口數粥。

徐夢莘《三朝北盟會編》卷三《政宣上帙》　女真，古肅慎國也，本名朱理真，訛爲女真。【略】其飲食則以糜釀酒，以豆爲醬，以米爲飯，葱韭之屬，和而食之，羊以蕪荑。食器無瓠陶，無匕箸，皆以木爲盆。春夏之間，止用鮮粥。下粥肉味無多品，止以魚獐生食，間用燒肉。冬亦冷飲，却以木楪盛飯，木盤盛羹。下飯肉味與下粥一等。飲酒無算，炙股烹脯，以餘肉和羹擣爛而進，率以爲常。

徐夢莘《三朝北盟會編》卷二一〇《政宣上帙》　【略】第十程，至金界清州。【略】行馬四十里至清州，會食，各相勞問，原是石城縣，金人新改是名，以兵火之後，居民百餘家。是晚，酒五行進飯，飯用粟，抄以匕，別置粥一盂，抄以小杓。與飯同下好研芥子和醋拌肉，食心血臟瀹羹，羊以韭菜，辛辣，不甚可口，而彼中酷嗜之。

佚名《西湖老人繁勝録》　清明節。公子王孫富室驕民踏青游賞城西。店舍經營，幅湊湖上，開張趕趁。

酒名。玉練槌、思春堂、皇都春、中和堂、珍珠泉、有美堂、雪腴、太常、和酒、夾和、步司小槽、宣賜碧香、內庫流香、殿司鳳泉、供給酒、瓊花露、蓬萊春、黃華堂、六客堂、江山第一、蘭陵、龍游、藩蓟、府第酒、慶遠堂、清白堂、藍橋風月。

起店。鋪羊、三鮮、炒鷄、桐皮、澆皮、盒生、蝦燥三刀、棋子、火燠、經帶、鋪鷄、造羹、鹽煎、飥餺、餛飩、帶汁煎、羊泡飯、生熟燒。

食店。海鮮頭羹、三軟頭羹、江蟚柱、大片腰子、松花腰子、燥子決明、二色齒兒、江魚玉葉、鯚魚拖潼、羊頭煮魚、錦鷄羹件、韋素簽、錦鷄簽、雜菜羹、蝤蛑簽、貼煲羊、蠏蒸羊、羊炙焦、大包子、羊血粉、龜背、大骨、乾京果、南京棗、番蒲萄、巴欖子、御棗圈、松陽柿、蜂兒榧、藥滓魚、錦荔枝、大圓眼、頂山栗、蜂兒乾、蓮子肉、糖霜、梨花、梨條、梨肉、桃條、大蝦巨、蜂鮎乾、大鱘魚、人面乾、江蟚肉、芭蕉乾、大決明、沙魚綫、鰉魚乾、銀魚乾、荳蔻花、索果、餅果、餪子、孔酥、時果、羅浮橘、洞庭橘、花木瓜、余甘子、賞花甜、亢堰藕、青沙爛、陳公梨、乳柑、鵝梨、甘蔗、温柑、橄欖、匾橘、香棖、海鮮、江蟚、青蝦、

白蟹、香螺、辣螺、石首、鯸蚌鮪魚、烏賊、鯧魚、江魚、鮚魚、蚶子、蛤蜊、淡菜、鮮蛤、白蝦、車螯、水母綫、蜜丁、比目魚、望潮魚、火珠魚、蚵蛎魚、河魚、白魚、鯽魚，鯇魚、鯽魚、鯉魚、銀魚、鱔魚、青魚、白白類、鮎魚、螃蟹、黃螃蟹、鯽鯿魚。肉食：入爐炕羊、窩綜骟豉、雙條劉子、皮骨骟豉、豬舌頭、凍白魚、白炸鷄、白燠肉、花事件、八糙鴨、炕鷄、炕鵝、燠肝、肚肺、糟鮑魚、犯脯鮓醬、紅羊犯、影戲犯、筭條犯、皂角鋌、綫條兒、肉瓜瀝、雪團鮓、鯽魚鮓、春子鮓、黃雀鮓、荷包鮓、玉版鮓、桃花鮓、三和鮓、大魚鮓、旋鮓咸鮓、鵝鮓、削脯、苷脯、松脯、切鮓、飯鮓。茶果仁兒：榛子仁、括子仁、松子仁、橄欖仁、楊梅仁、胡桃仁、西瓜仁。蜜煎：蜜金橘、蜜木瓜、蜜林檎、蜜金桃、蜜李子、蜜木彈、蜜橄欖、昌園梅、十香梅、蜜根、蜜杏、瓏纏茶果。糖煎尤多，搶杖抬木架子：香藥灌肺、七寶科頭、雜合細粉、水滑糍糕、玲瓏剔子、金鋌裹蒸、生熟灌藕、水晶爆子、筋子膘皮、乳糖魚兒、美醋羊血、澄沙團子、天花餅、皂兒膏、宜利少、煎鴨子、釀栗子、蓮子肉、爐肝肉、望口消、蜜棗兒、兔耳朵、酥棗兒、重劑棗、糖壽帶、酸紅藕、寶索兒、玉柱糖、澤州餳、玉消膏、烏梅膏、韻梅膏、薄荷膏、香橙膏、橘紅膏、糖烏李、楊梅糖、法豆、輕餳。

佚名《西湖老人繁勝録》 酥蜜裹食、天下無比，入口便化。撲賣時樣翻騰養餛促織盆、諸般口筯、生餡饅頭、鵝鴨包子、相銀杏、炒椎栗、方頂柿、鹽官棗、玉石榴、紅石梅、晚橙、紅柿、巧柿、緑柿、欖柿、雪梨、水晶蒲萄、太原蒲萄。木犀盛開，東馬塍、西馬勝園館争賞。

葉時《神經會元》卷二上《膳羞》 書曰：惟辟作福，惟辟作威，惟辟玉食。玉食與威福並言，則是惟辟獨專，而非人臣之所得有也。蓋玉食，言美食也，膳亦食之善者也。鄭康成謂今時美食謂珍膳，皆玉食之謂也。是以天官之屬，自宫衛之外未追他事，而首及膳夫之職，寧不以膳羞爲重歟。膳夫，食官之長。詩曰：仲允膳夫。又曰：膳夫左右。古人拳拳於膳夫者，蓋以膳夫得人，則可以導人君奉養之節，而窒人君嗜欲之原。左右前後之人，必不至以一飲一食而忘君之疾也。或者徒知以一人而治四海，以四海而奉一人，固宜受天下備物之供，享天下備味之奉，而不知古人所以受而享之無愧者，要必有以養其心也，豈徒爲是口體之養而已哉。且以膳夫下數官考之，食膳飲之用，六珍之用，八羞醬之用，百有二十，鼎俎之物，皆十有二，此膳夫掌之也。六畜六獸六禽之名，死生盈蘞薦羞之物，膳羞好羞庶羞禽獸之供，此庖人掌之也。內而膳羞，割烹煎和之事。脩刑膴胖骨鱐之具，內饗共之。外而割烹，脯脩刑膴之共鼎，俎牲體魚腊之實，外饗共之。亨人共鼎鑊，給水火之齊，以職於外。內饗何師，共槃盛帥，薪烝之徒，以役於外。內饗獸人共獸，獻人共魚鼈。人共魚鼈龜蜃，腊人共脯腊膴胖，此皆備物之供，備味之養，以奉承乎一人，是之謂玉食也。然聖人豈自奉養，而使肥甘日足於口邪。今觀膳夫之掌膳也，王燕食則奉膳，賛祭所以起其敬，授祭品嘗食，王乃食。所以謹其微侑食以樂卒，食以樂所以導其和。庖人則辨香臊腥羶之宜，而欲適四時之宜。內饗則辨庶羞酏糗糒糗糇，腥螻之臭，而去其六物之不可食。獸人則辨冬夏春秋狼麋獸物之獻，而取其聚散温涼，以救四時之苦。古人之於飲食，凡可以均平其氣體而衛護其生理者，無不曲致其詳。是以居移氣，養移體，耳目聰明，血氣和平，蓋存我則可以厚養生，安身則可以保國家也。又況膳夫之膳，諸臣祭祀歸脤，於王如祭僕。凡祭祀致福者，展而受之，及受都宗人家，宗人之致福者，則受之以給王膳，以羔鴈雉爲摯而見於王，如司士賞擯士者膳其摯，即宗伯以禽作摯者，亦受之以給王膳羞致福之内享，摯見之禽，不惟起人主之敬心，亦見王之不妄費物也。獸以時田，魚以時梁，鼈蜃亦以時簭，則是王之奉養有節，而交萬物有道也。雖曰王后世子之膳與禽，膳夫庖人不敢會。然太宰已有膳羞之式，王既無妄用，臣亦無妄供，雖不會猶會也。至於殺牲盛饌，日舉王舉，則内饗陳其鼎俎，以牲體實之。醢人則共醢六十罋，醢人則共醢六十甕，王日一舉，齊日則三舉。蓋其將交神明必變，食以致養，宜豐於常日也。否則一日一舉焉，若有喪荒禮哉變故，則又徹常日之膳而不舉。蓋人君以天地萬物爲一體，一有凶變則戚，而心蹙面顑，而莫敢遑安矣，況敢以盛饌自豐邪。歷考數官，凡所以奉承於王者，其辨物也以時，其用物也不妄，其取物也有道，其視物也同體，不徒爲口體之養，而且有以養其心也，此之所謂飲食宴樂，之所謂養八珍九鼎，之所謂饌而耳目聰明。大人格心之學，此爲有助於王而掌於太宰也。西漢太官令猶膳夫等官也，漢以隸於少府而掌於丞相御史，猶有《周官》遺意，東漢則以奄人主，晉人則屬之光禄，渡江以後，則又隸之侍中。至唐，則隸之内侍省，而大臣皆無所政令於其間矣。大臣無所統，則小臣無所忌，養體且不足，況能養心乎。

高似孫《緯略》卷四《食檄》 弘君舉食檄，有所謂麈肫、牛膘炙鴨、臛魚、熊白、麈脯、糖蟹、車螯，如何胾極侈於味去其甚者，猶食白魚鮓脯糖蟹。嘗食蚶蠣，使門人議之。鍾岳曰：鮓之就脯，驟於屈伸，蟹之將糖，躁擾彌甚。仁人用意深懷如怛，至於車螯蚶蠣眉目内闕，獷殼外緘無香無臭，與瓦礫何異，宜充庖

厨，永爲口實。胤之視君舉，蓋無以優劣也。宋景文公《絶葷詩》：宣文蒲菹真可學，鍾岳蛆蠣更無求。其視所謂赤米、白鹽、緑葵、紫蓼，春初早韭，秋末晚菘，萬萬不侔矣。

趙汝适《諸蕃志》卷上《吉慈尼國》　人食餅、肉、乳酪，少魚、米，或欲飲飯，以牛湩拌水飲之。

趙汝适《諸蕃志》卷上《海上雜國》　默伽獵國，【略】人民食餅肉，有麥無米，牛羊、駱駝、菓實之樹甚多。

耐得翁《都城紀勝・食店》　都城食店，多是舊京師人開張，如羊飯店兼賣酒。凡點索食次，大要及時：如欲速飽，則前重後輕；如欲遲飽，則前輕後重。南食店謂之南食，川飯分茶。蓋因京師開此店，以備南人不服北食者，今既在南，則其名誤矣，所以專賣麵食魚肉之屬，如下至皆是也。若欲索供，逐店自有單子牌麵。飽餘店專賣菜麵店專賣此處不甚尊貴，非待客之所。素食店賣。凡麩笋乳蓴飲食，充齋素筵會之備。衢州飯店又謂之悶飯店，蓋賣盒飯也。專賣家常。欲求粗飽者可往，惟不宜尊貴人。

市食點心，涼暖之月，大概多賣。夜間頂盤挑架者，如遍路歌叫，都人固自爲常，若遠方僻土之人乍見之，則以爲稀遇。其餘店鋪夜市不可細數，如豬胰胡餅，自中興以來只東京臟三家一分，每夜在太平坊巷口，近來又或有效之者。大抵都下買物，多趨有名之家，如昔時之肉前下家從食，街市王宣旋餅，望仙橋糕家常。欲求粗飽者可往，惟不宜尊貴人。

市食點心，涼暖之月，大概多賣。夜間頂盤挑架者，如遍路歌叫，都人固自爲常，若遠方僻土之人乍見之，則以爲稀遇。其餘店鋪夜市不可細數，如豬胰胡餅，自中興以來只東京臟三家一分，每夜在太平坊巷口，近來又或有效之者。大抵都下買物，多趨有名之家，如昔時之肉前下家從食，街市王宣旋餅，望仙橋糕糜是也。如酪麵，亦只后市街賣酥賀家一分，每個五百貫，以新樣油餅兩枚夾而食之，此北食也。其餘諸行百户亦如此。市食有名存而實亡者，如瓠羹是也；亦有名亡而實存者，如瓮羹，今號齏麵是也；又有誤名之者，如呼熟肉爲白肉是也，蓋白肉別是砧壓去油者。

又有專賣小兒戲劇糖果，如打嬌惜、蝦須、糖宜娘、打秋千、稠餳之類。

魏了翁《鶴山集》卷一〇五《周禮折衷》　膳夫掌王之食飲膳羞，以養王及后世子。

鄭食，飯也。飲酒，漿也。膳，牲肉也。羞，有滋味者。凡養之具，大略有四：曰珍，曰衍，曰羞，曰糝。珍，出於牲及禽獸以備滋味謂之庶羞。公食，《禮・内則》：下大夫十六，上大夫二十，其物數備焉。天子諸侯有其數而物未得盡，聞珍謂淳熬、淳母、炮豚、炮牂、擣珍、漬熬肝膋也。醬謂醯醢也。王舉則醢人共醢六十甕，以五齊、七醢、七菹、三鷖尼實之。醢人共齏菹醢物六十甕。鄭司農云：羞，進也。六穀，稌黍稷粱麥菰雕胡也。六清，水漿醴醷醫酏。賈進物於尊者曰饋。鄭注玉府云：通行曰饋，羞，出於牲及禽獸者，釋經羞用百有二十品，此庶羞皆及於牲及禽獸。案公食，大夫下大夫十六豆中，從腳膮膾，已下皆出於牲，不見有出禽獸者。上大夫加以雉兎鶉鴽，此則出禽獸也，以其有牲及禽獸，故云備滋味謂之庶羞也。《内則》云：雉兎鶉鴽四豆，添前十六，則是二十，是上大夫禮，天子諸侯有其數。此經云百有二十，是天子有其數。掌客云上公食四十，侯伯三十二，子男二十四，是諸侯有其數也。天子諸侯之數，皆從上大夫二十豆上加之。《内則》云：牛脩及爵鷃蜩范芝栭已下三十一物。鄭注云：人君燕食所加庶羞也，天子羞百有二十品，記者不能次録。已下皆《内則》文。淳熬，煎醢加於陸稻上，沃之以膏，曰淳熬。淳毋，煎醢加於黍食上，沃之以膏，曰淳毋。毋，模也。炮取豚，若牂刲之刳之，實棗於腹中，編萑以苴之，塗之以墐塗，炮之塗，皆乾擘之，濯手以摩之去其皵，爲稻粉糔溲之以爲酏。以付豚煎諸膏，膏必滅之鉅鑊，湯以小鼎，鑊脯於其中，使其湯毋滅鼎，三日三夜毋絶火，而後調之以醯醢。擣珍，取牛羊麋鹿麕之肉必腴，每物與牛若一捶，反側之去其餌，熟出之去其皵，編萑布牛肉焉，屑桂與薑以洒諸上而鹽之，乾而食之。施羊亦如之。肝膋，取狗肝一幦之，以其膋濡炙之，舉焦其膋不蓼也，是爲八珍。彼有糝與餰，彼是羞豆之實，非珍故不取。云醬謂醯醢也者，醬是總名，知醬中兼有醯醢者。經云：百有二十甕，醢人共醢六十甕，醯人共醢六十甕。鄭司農云：六穀知有稌黍稷粱麥菰者，據食醬而知菰雕胡者，南方見有菰米釀良醫。豬

饋上下通用，後鄭於此言進於尊者曰饋。玉府注又云：通行曰饋，自無定論，如此者不一。六牲本用馬牲狗牲，今宗廟中不用此二者。熙寧間，有人建議用馬牲，竟不行。此一節凡言王備物之享第，《詩》、《書》皆無及此禮者。《周禮》一部可疑，此亦其一。王荆公專本此意，以人主當享備物極至。童貫、王黼專拂人主侈心，禍至不可勝言。學術誤國原於康成，先儒未有發此義者。

百有二十甕。

王日一舉鼎，十有二物皆有俎，以樂侑食。膳夫授祭品嘗食，王乃食，卒食以樂徹於造。

鄭殺牲盛饌曰舉，王日一舉以朝食也，后與王同庖鼎十有二，牢鼎九，陪鼎三。物謂牢鼎之實，亦九俎。買一日食有三時，同食一舉鼎十有二。案：聘禮致饔餼。注云：飪，一牢鼎十有二是也。牢鼎九在西階前，云牛羊豕魚腊腸胃同鼎，膚鮮魚鮮腊。云陪鼎三者，當內兼腳膾膮，並陪牛羊豕鼎後是也。云亦九俎者陪鼎三腳膾膮者，謂庶羞在於豆，唯牢鼎之物各在俎，故云亦九俎。案：趙商問王日一舉鼎十有二，是爲三牲備焉。商案《玉藻》，天子日食少牢，朔月太牢。鄭答云：《禮記》後人所集，王制之法與禮違者，多當以經爲正，此周禮周公太平法。《玉藻》據衰世或異代，故與此不同。案：大司樂云：王大食，皆令奏鐘鼓，大食是朔食日舉之，樂不言之。殷祭肝，周祭肺，但祭肺有二種，一者名爲舉肺，亦名離肺，此爲食而有也。二者名爲祭肺，亦名刌肺，此爲祭而有也。王將食必祭先，膳夫品皆嘗之，王乃食。天子徹食作樂，樂章未聞，惟祭祀雍以徹造後。鄭云作也先。鄭云徹置故處，皆謂造食之處即厨也。

禮飲食必祭，示有所先，凡祭皆祭先造食者，今士大夫此禮已廢，惟公燕開酒先酹於地。近之釋老二氏飲食尚先祭三禮辨陪鼎。三腳音香，牛臐也。臐，許云切，羊臐也。膮，許堯切，豕臐也。牢鼎九，所謂俎實也。陪鼎三，所謂豆實也。皆所謂羞也。荆公品嘗食養至尊，當慎故也，其所防也微矣。

祝穆《古今事文類聚》前集卷一〇《天時部・京師舊俗》 京師七月七日，潘樓街，州東宋門外瓦子，州西梁門外瓦子，北門外南朱雀門街及馬行街內，皆賣磨喝樂，乃小塑土偶耳，悉以雕木綵裝欄座，或用紅碧紗籠，或飾以金珠牙翠，有一對直數千者。禁中及貴家與士庶爲時物追陪，又以黃蠟做爲鳧鴈鸂鶒鼈魚之類，綵畫金縷，謂之水上浮。又以小板上傅土施種粟，令生其苗，置小茆屋花木，作田舍家小人物，皆村落之態，謂之花瓜。又以瓜雕刻成花樣，謂之花瓜。又以油麵糖蜜造爲笑靨兒，爲之菓食，花樣奇巧百端，如楪香方勝之類，若買一斤數，內有一對被介胄者如門神之像，蓋自來風俗不知其說，謂之菓食將軍。又以录豆、小豆、小麥於磁器內，以水浸之，生牙數寸，以紅藍絲縷束之，謂之種生，皆於街心綵幕張設貨賣。至初六初七晚，貴家多結綵樓於庭，謂之乞巧。樓鋪陳磨喝樂本，花瓜酒，炙筆研針線，或兒童裁詩，女郎呈巧，焚香列拜，謂之乞巧。婦女望月穿針，或以小蜘蛛在合子內，次日看之，若網圓正，謂之得巧。里巷與妓館往往列之門首，爭以侈靡相尚，磨喝樂本佛經摩侯羅，今通俗而書之。《夢華錄》

祝穆《方輿勝覽》卷三六《惠州》 盤游飯、谷蓎羹。土人好造盤游飯，取鮮蒪膾炙。皆埋之飯中。又好作谷蓎羹，取凡飲食雜烹之。陸道士詩：投醪谷蓎羹鍋口，掘窟盤游飯椀中。蘇子瞻見之大喜。

李昂英《文溪集》卷二《壽安院記》 【略】病無依者以告，隨得入診，必工藥，必良食，必精烹煎。

吳自牧《夢粱録》卷五《九月》 日月梭飛，轉盼重九。蓋九爲陽數，其日與月並應，故號曰：「重陽」。是日孟嘉登龍山落帽，淵明向東籬賞菊，正是故事。今世人以菊花、茱萸，浮於酒飲之，蓋茱萸名「辟邪翁」，菊花爲「延壽客」，故假此兩物服之，以消陽九之厄。年例，禁中與貴家皆此日賞菊，士庶之家，亦市一二株玩賞。其菊有七八十種，且香而耐久，擇其尤者言之，白黃色蕊若蓮房者，名曰「萬齡菊」；粉紅色者名曰「桃花菊」；純白且大者名曰「喜容菊」；黃色而圓名曰「金盞銀臺菊」；白而大心黃者名曰「金鈴菊」；白而檀心者名曰「木香菊」；數本最爲可愛。兼之此日都人店肆，以猪羊肉鴨子爲絲簇飣，插小彩旗，名曰「重陽糕」。禁中閤分及貴家相爲饋送。蜜煎局以五色米粉堆成獅蠻，以小彩旗簇之，下以熟栗子肉杵爲細末，入麝香糖蜜和之，捏爲餅糕小段，或如五色彈兒，皆入韻果糖霜，名之「獅蠻栗糕」，供襯進酒，以應節序。其日諸寺院設供衆僧。頃東都有開寶、仁王寺院設獅子會，諸佛菩薩皆馭獅子，則諸僧亦皆坐獅子上作佛事，杭都郤無此會也。

吳自牧《夢粱録》卷一三《天曉諸人出市》 每日交四更，諸山寺觀已鳴鐘，庵舍行者頭陀，打鐵板兒或木魚兒沿街報曉，各分地方。若晴則曰「天色晴明」，或報「大參」，或報「四參」，或報「常朝」，或言「後殿坐」；陰則曰「天色陰晦」；雨則言「雨」。蓋報令諸百官聽公上番虞候上名衙兵等人，及諸司上番人知之，趕往諸處服役耳。雖風雨霜雪，不敢缺此。每月朔望及遇節序，則沿門求乞齋糧。最是大街一兩處麵食店及市西坊西食麵店，通宵買賣，交曉不絕。緣金吾不禁，公私營干，夜食於此故也。御街鋪店，聞鐘而起，賣早市點心，如煎白腸、羊鵝事件、糕、粥、血臟羹、羊血、粉羹之類。冬天賣五味肉粥、七寶素粥，夏月賣義粥、饊子、豆子粥。又有浴堂門賣麵湯藥二陳湯，及調氣降

氣並丸劑安養元氣者。有賣燒餅、蒸餅、糍糕、雪糕等點心者。以趕早市，直至飯前方罷。及諸行鋪席，皆往都處，侵晨行販。和寧門紅杈子前買賣細色異品菜蔬，諸般嗄飯，及酒醋時新果子，進納海鮮品件等物，填塞街市，吟叫百端，如汴京氣象，殊可人意。孝仁坊口，水晶紅白燒酒，曾經宣喚，其味香軟，入口便消。六部前丁香餛飩，此味精細尤佳。早市供膳諸色物件甚多，不能盡舉。自內後門至觀橋下，大街小巷，在在有之，不論晴雨霜雪皆然也。

吴自牧《夢粱録》卷一三《夜市》

杭城大街，買賣晝夜不絶，夜交三四鼓，游人始稀；五鼓鐘鳴，賣早市者又開店矣。大街關撲，如糖蜜糕、灌藕、時新果子、像生花果、魚鮮豬羊蹄肉，及細畫絹扇、細色紙扇、漏塵扇柄、異色影花扇、銷金裙、段背心、段小兒、銷金帽兒、逍遥巾、四時玩具、沙戲兒。春冬撲賣玉棚小球燈、奇巧玉棚屏風、捧燈球、快行胡女兒沙戲、走馬燈、鬧蛾兒、玉梅花、元子槌拍、金桔數珠、糖水、魚龍船兒、梭毬、香鼓兒等物。夏秋多撲青紗、黄草帳子、挑金紗、異巧香袋兒、木犀香數珠、梧桐數珠、藏香、細扇、茉莉盛盆兒、帶朵茉莉花朵、挑紗荷花、滿池嬌、背心兒、細巧籠仗、促織籠兒、金桃、陳公梨、炒栗子、諸般果子及四時景物，預行撲賣，以爲賞心樂事之需耳。衣市有李濟賣酸文，崔官人相字攤，梅竹扇面兒，張人畫山水扇。並在五間樓前大街坐鋪中瓦前，有帶三朵茉莉花點茶婆婆，敲響盞，撥頭兒拍板，大街游玩人看了，無不哂笑。又有蝦須賣糖，福公個背張婆賣糖，洪進唱曲兒賣糖糖。又有擔水斛兒，内魚龜頂傀儡面兒舞賣糖。有白鬚老兒看親箭摟鬧盤賣糖。有標竿十樣賣糖，效學京師古本十般糖。賞新樓前仙姑賣食藥。又有經紀人擔瑜石釘鉸金裝架兒，共十架，在孝仁坊紅杈子賣皂兒膏、澄沙團子、乳糖澆。壽安坊賣十色沙團。聚安橋賣澄沙膏、十色花花糖。市西坊賣鮑螺滴酥，觀橋大街賣豆兒糕、輕餳。太平坊賣麝香糖、蜜糕、金鋌裹蒸兒。廟巷口賣楊梅糖、杏仁膏、薄荷膏、十般膏子糖。内前杈子裏賣五色法豆，使五色紙袋兒盛之。通江橋賣雪泡豆兒、水荔枝膏。中瓦子前賣十色糖。更有瑜石車子賣糖糜乳糕澆，亦俱曾經宣喚，皆效京師叫聲。日市亦買賣。又有夜市物件，中瓦前車子賣香茶異湯，獅子巷口媲要魚，罐里媲鷄絲粉，七寶科頭，中瓦子武林園前煎白腸、鴈腸，灌肺嶺賣輕餳，五間樓前賣余甘子、新荔枝，木檐市西坊賣焦酸餡、千層兒，又有沿街頭盤叫賣薑豉、膘皮牒子、炙椒、酸犯兒，羊脂韭餅、糟羊蹄、糟蟹，又有擔架子賣香辣罐肺、香辣素粉羹、膒肉、細粉科頭、薑蝦、海蛰、鮓、清汁田螺羹、羊血湯、胡滷、海蛰、螺頭齏、餲餎兒、齋麵等，各有叫聲。人街更有夜市賣卦：蔣星堂、玉蓮相、花字青、霄三命、玉壺五星、草窗五星、沈南天五星、簡堂石鼓、野庵五星、泰來心、鑒三命。中瓦子浮鋪有西山神女賣卦，灌肺嶺曹德明易課。又有盤街賣卦人，如心鑒及甘羅次、北算子者。更有叫「時運來時，買莊田，取老婆」賣卦者。有在新街融和坊賣卦，名「桃花三月放」者。其餘橋道坊巷，亦有夜市撲果子糖等物，亦有賣卦人盤街叫賣，如頂盤擔架賣市食，至三更不絶。冬月雖大雨雪，亦有夜市盤賣。至三更後，方有提瓶賣茶。冬閑，擔架子賣茶，饊子慈茶始過。蓋都人公私營干，深夜方歸故也。

吴自牧《夢粱録》卷一三《諸色雜貨》 凡宅舍養馬，則每日有人供草料。養犬，則供餳糠。養貓，則供魚僋。養魚，則供蠐螬蝦兒。若欲喚鋼路釘鉸、修補鍋銚、箍桶、脩鞋、脩幞頭帽子、補脩魷冠、接梳兒、染紅緑牙梳、穿結珠子、脩洗鹿胎冠子、脩磨刀剪、磨鏡，時時有盤街者，便可喚之。且如供香印盤者，各管定鋪席人家，每日印香而去，遇月支請香錢而已。供人家食用水者，各有主顧供之。亦有每日掃街盤垃圾者，每支錢犒之。其巷陌街市，常有使漆修舊人，荷大斧斫柴聞，早脩扇子，打鐵器，脩電，提漏，供香餅炭墼，並挑擔賣油，賣油苕、掃帚、竹帚、筅帚、鷄籠擔、聖堂拂子、竹柴、茹紙、生薑、薑芽、新薑、瓜、茄、菜蔬等物，賣泥風爐，小缸電兒、天窗砧頭、馬杓，銅鐵器如銅銚、湯餅、銅罐、熨斗、火鍬、火筯、火夾、鐵物、漏杓、銅沙鑼、銅匙筯、銅瓶、香爐、銅火爐、簾鉤、鐵器如樽榼、果盆、果合、酒盞、注子、偏提、盤、盂、杓，酒市急須馬盂、屈卮、滓斗、筋瓶、家生動事如桌、凳、涼床、交椅、兀子、長牀、繩床、竹椅、柑笪、裙厨、衣架、基盤、面桶、項桶、脚桶、浴桶、大小提桶、馬子、桶架、木杓、研槌、食托、青白瓷器、甌、碗、碟、茶盞、茶盆、油杆杖、滑鼈、鞋楦、棒槌、烘盤、鷄籠、蟲蟻籠、竹笊籬、蒸籠、荳篦、甌箪、紅簾、斑竹簾、酒絡、酒籠、筲箕、瓷甕、炒鋅、砂盆、水甌、烏盆、三脚鑼、枕頭、豆袋、竹夫人、懶架、涼簟、蕖蔫、蒲合、席子，及文具物件如硯子、筆、墨、書架、書桉、裁刀、書鎮、簿子、連紙，又有鏡子、木梳、篦子、刷子、刷牙子、減裝、墨洗、漱盂子、冠梳、領抹、針綫，與各色麻綫、鞋面、領子、脚帶、粉心、合粉、胭脂、膠煤、托菓、墜紙等物，又有挑擔抬盤架，買賣江魚、石首、鮚魚、時魚、鯽魚、鰻魚、鱔魚、鯽魚、白鱖魚、白蟹、河蟹、河蝦、田鷄等物，及生熟猪羊肉、鷄、鵝、鴨，及下飯海腦、鮓臊、鴨子、炙鰍、糟藏大魚鮮、乾菜、乾蘿卜、菜蔬、葱薑等物，又有早間賣煎二陳湯，飯了提瓶點茶，飯前有賣饊子、小蒸糕，日午賣糖粥、燒餅、炙焦饅頭、

炊餅、辣菜餅、春餅、點心之屬。四時有撲帶朵花，亦有賣成窠時花，插瓶把花、柏桂、羅漢菓、春撲帶朵桃花、四香、瑞香、木香等花，夏撲金燈花、茉莉、葵花、榴花、梔子花、秋則撲茉莉、蘭花、木樨、秋茶花，冬則撲木春花、梅花、瑞香、蘭花、水仙花、臘梅花，更有羅帛脫蠟像生四時小枝花朵，沿街市吟叫撲賣。及買賣品物最多，不能盡述。及小兒戲耍家事兒，如戲劇糖果之類：行嬌惜、宜娘子、秋千稠糖、葫蔗、火齊郎果子、吹糖麻婆子孩兒等，糕粉孩兒鳥獸、像生花朵、風糖餅、十般糖、花花糖、荔枝膏、縮砂糖、五色糖、綫天戲耍孩兒，鷄頭撻兒、罐兒、碟兒、鑼小酒器、鼓兒、板兒、鑼兒、刀兒、槍兒、旗兒、馬兒、鬧竿兒、花籃、龍船、黃胖兒、麻婆子、橋兒、棒槌兒，及影戲綫索、傀儡兒、獅子、猫兒。又沿街叫賣小兒諸般食件：麻糖、鎖子糖、鼓兒餳、鐵麻糖、芝蘇糖、小麻糖、破麻酥、沙團、箕豆、法豆、山黃、褐青豆、鹽豆兒、豆兒黃糖、楊梅糖、荊芥糖、榧子、蒸梨兒、棗兒、米食羊兒、狗兒、蹄兒、齒兒、栗粽、豆團、糍糕、麻團、湯團、水團、湯丸、餛飩兒、炊餅、槌栗、炒槌，山里棗、山里果子、蓮肉、數珠、苦槌、荻蔗、甘蔗、茅洋、跳山婆、栗茅、蜜屈律等物，並於小街後巷叫賣。【略】

吳自牧《夢粱録》卷一六《分茶酒店》 凡分茶酒肆，賣下酒食品厨子，謂之「量酒博士」。師公店中小兒，謂之「大伯」。更有百姓入酒肆，見富家子弟等人飲酒，近前唱喏，小心供過，使人買物命妓，謂之「閑漢」。又有向前換湯斟酒，歌唱獻果，燒香香藥，謂之「厮波」。有一等下賤妓女，不呼自來，筵前只應，臨時以些少錢會贈之，名「打酒座」，亦名「禮客」。有賣食藥香藥果子等物，不問要與不要，散與坐客，名之「撒暫」。如此等類，處處有之。杭城食店，多是效學京師人，開張亦效御厨體式，貴官家品件。凡點索茶食，大要及時。如欲速飽，先重後輕。兼之食次名件甚多，姑以述於後：曰百味羹、錦絲頭羹、十色頭羹、閑細頭羹、海鮮頭食、酥没辣、象眼頭食、蓮子頭羹、百味韻羹、雜彩羹、枕葉頭羹、五軟羹、四軟羹、三軟羹、集脆羹、三脆羹、雙脆羹、群鮮羹、落索兒、焙腰子、鹽酒腰子、脂蒸腰子、釀腰子、荔枝焙腰子、腰子假炒肺、鷄絲簽、鷄元魚、鷄脆絲、筍鷄鵝、柰香新法鷄、酒蒸鷄、炒鷄蓳、五味焙鷄、鵝粉簽、鷄奪真、五味杏酪鵝、綉吹鵝、閑筍蒸鵝、鵝排吹羊大骨、蒸軟羊、鼎煮羊、羊四軟、酒蒸羊、綉吹羊、五味杏酪羊、千里羊、羊蹄筍、細抹羊生脸、改汁羊撮粉、細點羊頭、羊鷄鳧、羊頭元魚、三色肚絲羹、銀絲肚、肚絲簽、雙絲簽、童素簽、大片羊粉、大官粉、三色團圓粉、轉官粉、三鮮粉、二色水龍粉、鮮蝦粉、肫掌粉、梅血細粉、鋪蓋粉、雜合粉、珍珠粉、七寶科頭粉、撮香螺、酒燒香螺、香螺脆、江瑶清羹、酒燒江瑶、生絲江瑶、撮望潮青蝦、蝗蚷、酒炙青蝦、酒法青蝦、青蝦辣羹、酒掇蠣、生燒酒蠣、姜酒決明、五羹決明、三陣羹決明、簽決明、四鮮羹、赤魚分明，薑燥子赤魚、魚鰾二色脆、海鮮脆、鱸魚脆、鯉魚脆、鯽魚脆、群鮮脆、燥子沙魚絲兒、清供沙魚拂兒，清汁鰻鱔、假圓圓燥子、覆腸血筒燥子、麻菇絲筍燥子、潭筍、釀筍、抹肉筍簽、酥骨魚、釀魚、兩熟鯽魚、酒蒸石首、白魚、時魚、酒吹鯚魚、春魚、油炸春魚、魴魚、石首、油炸魦鯽、油炸假河魨、石首玉葉羹、石首桐皮、石首鯉魚、炒鱔、石首鱔生、石首鯉魚兜子、銀魚炒鱔、撮鱸魚清羹、魦魚肚兒羹、魦鯽滿合鰍，江魚假蚶、酒法白蝦、紫蘇蝦、水荷蝦兒、蝦包兒、蝦玉蟬辣羹、蝦蒸假婀、查蝦魚、水龍蝦魚、蝦元子、麻飲鷄蝦粉、芥辣蝦、蹄脆、麻飲小鷄頭、汁小鷄、小鷄元魚羹、小鷄二色蓮子羹、小鷄假花紅清羹、撮小鷄、拂兒筍、燠小鷄、五味炙小鷄、小鷄假炙鴨、紅熬小鷄、脯小鷄、五色假料頭肚尖、假炙江瑶肚尖、炸肚山藥、鶴子、鳩子、八糙鶴子、蜜炙鶴子、假熬鴨、清撮鶴子、紅熬鳩子、黃雀、醸黃雀、煎黃雀、辣熬野味、清供野味、野味假炙、野味鴨盤兔糊、熬野味、清撮鹿肉、黃羊、獐肉、炙犯兒、赤蟹、假炙煞根、醋赤蟹、白蟹、辣羹、螪蚌簽、螪蚌辣羹、溪蟹、柰香合蟹、辣羹蟹、簽糊齏蟹、根醋洗手蟹、根醸蟹、五味酒醬蟹、酒潑蟹、生蚶子、炸肚燥子蚶、根醋蚶、五辣醋蚶子、蚶子明芽肚、蚶子膾、酒燒蚶子、蚶子辣羹、酒鴉鮮蛤、蛤蜊淡菜、淡菜膾、改汁辣淡菜、米脯鮮蛤、米脯淡菜、米脯風鰻、米脯羊、米脯鴉子、鮮蛤、假熬蛤蜊肉、童素水龍白魚、水龍江魚、水龍肉、水龍腰子、假淳菜腰子、假炒肺羊熬、下飯假牛凍、假驢事件、凍蛤螪、凍鷄、凍鮮、凍石首、白魚、凍魦鯽、假蛤蜊、三色水晶絲、五辣醋羊、生膾十色事件、凍三色炙、潤鮮粥、蜜燒膂肉炙、犯兒江魚炙、潤熬獐肉炙、潤江魚鹹豉、十色鹹豉、下飯膂肉、假熬鴨、下飯二色炙、潤骨頭等食品。更有供未盡名件，隨時索喚，應手供造品嚐，不致闕典。又有托盤橋架至酒肆中，歌叫買賣者，如炙鷄、八焙鷄、紅熬鷄、脯鷄、熬鷄、八糙鵝鴨、白炸春鵝、炙鵝、糟羊蹄、糟蟹、熬肉蹄子、糟鵝事件、熬肝事件、酒香螺、海臘、糟脆筋、千里羊、諸色薑豉、波絲薑豉、薑蝦、海螯、鮓、膘皮炸子、獐犯、鹿脯、影戲算條、紅羊犯、槌脯綫條、界方條兒、三和花桃骨、酪羊、千里羊、羊鷄鳧、羊頭元魚、羊蹄筍、細抹羊生脸、改汁羊撮粉、細點羊頭、鮮鯉鮓、寸金鮓、筋子鮓、魚頭醬等。鰷魚、蝦茸、鰻絲、地青絲、野味臘、白魚乾、金魚乾、梅魚乾、鱭魚乾、銀魚乾、銀魚脯、紫魚螟脯絲等脯臘從食。童素點心包兒：旋炙犯兒、灌熬鷄粉羹、科頭撮魚肉、細粉小素

羹、灌肺羊、血糊窜、海蛰、螺頭、辣菜餅、熟肉餅、鮮蝦肉團餅、羊脂韭餅、四時果子、圓柑、乳柑、福柑、甘蔗、土瓜、地栗、麝香甘蔗、沈香藕、花紅、金銀水蜜桃、紫李、水晶李、蓮子、柠桃、新胡桃、新銀杏、紫楊梅、銀瓜、福李、臺柑、洞庭桔、蜜桔、匾桔、衢桔、金桔、橄欖、紅柿、方頂柿、火珠柿、緑柿、巧柿、櫻桃、豆角、青梅、黄梅、枇杷、金杏。此果未遇時，則有歌賣。更有乾果子，如錦荔、木彈、京棗、棗圈、香蓮、串桃、條梨、旋勝番糖、糖煎細酸、四時像生兒時果、春蘭、秋菊、石榴子兒、色韻果、十色蜜煎鮑螺、諸般糖煎細酸、四時像生兒時果、春蘭、秋菊、石榴子兒、馬院醍醐、乳酪、韻果、蜜薑鼓、皂兒膏、輕餳、瑪瑙餳、十色糖、麝香豆沙團子，又有陳州果兒、密雲柿、糖絲、梅、山糖烏李、反旋果、葛苣、生菜、筍薑、油多糟瓊芝、四色辣菜、四時細色菜蔬、糟藏，秋天有炒栗子、新銀杏、香藥、木瓜、棖子等類。更有臺床賣熟羊、炙鰍、炙鰻、炙魚粉、鰍粉等物。諸店肆俱有廳院廊廡，排列小小穩便閣兒，吊窗之外，花竹掩映，垂簾下幕，隨意命妓歌唱，雖飲宴至達旦，亦無厭怠也。

吴自牧《夢粱録》卷一六《麵食店》 向者汴京開南食麵店，川飯分茶，以備江南往來士夫，謂其不便北食故耳。南渡以來，幾二百餘年，則水土既慣，飲食混淆，無南北之分矣。大凡麵食麵，亦謂之「分茶店」。若曰分茶，則有四軟羹、石髓羹、雜彩羹、軟羊焙腰子、雙脆、石肚羹、猪羊大骨、雜辣羹、諸色魚羹、大小鷄羹、撏肉粉羹、三鮮大熬骨頭羹、飯食。更有麵食名件：猪羊盒生麵、絲鷄麵、三鮮麵、魚桐皮麵、鹽煎麵、筍潑肉麵、炒鷄麵、大熬麵、子料澆蝦燥麵、熬汁米子、諸色造羹、糊羹、三鮮棋子、蝦燥棋子、蝦魚棋子、絲鷄棋子、七寶棋子、抹肉、銀絲冷淘、筍燥窜淘、絲鷄淘、耍魚麵。又有下飯，則有焙鷄、生熟燒、對燒、燒肉、煎小鷄、煎鵝事件、煎觀肝腸、肉煎魚、炸梅魚、魻鯫雜燴、豉汁鷄、焙鷄、大熬爚魚等下飯。更有專賣諸色羹湯、川飯，並諸煎魚肉下飯。且言食店門首及儀式：其門首，以枋木及花樣沓結縛如山棚，上掛半邊猪羊，一帶近裏門面窗牖，皆朱緑五綵裝飾，謂之「歡門」。每店各有廳院，東西廊廡，稱呼坐次。客至坐定，則一過賣執箸遍問坐客。杭人侈甚，百端呼索取覆，或熱，或冷，或温，或絶冷，精澆熬燒，呼客隨意索喚。各卓或三樣皆不同名，行菜得之。走迎厨局前，從頭唱念，報與當局者，謂之「鐺頭」又曰「著案」。訖行菜，行菜詣竈頭托盤前去，從頭散下，盡合諸客呼索，指揮不致錯悞。或有差錯，坐客白之店主，必致叱罵罰工，甚至逐之。有店舍專賣飥麵，如大熬飥、大燥子、料澆蝦、燥絲鷄、三鮮等飥，並賣餛飩。亦有專賣菜麵、熟窜笋肉淘麵，此不堪尊重，非君子待客之處也。又有專賣素食分茶，不悞齋戒，如頭羹、雙峰、三峰、四蜂、到底簽、蒸果子、鱉蒸羊、大段果子、魚油炸、魚繭兒、三鮮、奪真鷄、元魚、元羊蹄、梅魚、兩熟魚、炸油河魨、大片腰子、鼎煲羊數、乳水龍數、笋辣羹、雜辣羹、白魚辣羹飯。又下飯如五味熬數、糟醬、燒數、假炙鴨、乾簽雜鳩、假羊事件、假驢事件、假煎白腸、葱焙油炸、骨頭米脯、大片羊、紅熬大件肉、煎假烏魚等下飯。素麵如大片鋪羊麵、三鮮麵、炒鱔麵、卷魚麵、笋澄刀、笋辣麵、乳窜淘、笋窜淘、笋菜淘麵、七寶棋子、百花棋子等麵，皆精細乳數，笋粉素食。又有專賣家常飯食，如撏肉羹、骨頭羹、蹄子清羹、魚辣羹、鷄羹、耍魚辣羹、猪大骨清羹、雜合羹、南北羹、兼賣蝴蝶麵、煎肉、大熬蝦燥等蝴蝶麵、及有煎肉、煎肝、凍魚、凍羹、凍肉、煎鴨子、煎鱔魚、醋羹等下飯。更有專賣血臟麵、窜肉菜麵、筍淘麵、素骨頭麵、數笋素羹飯。又有賣菜羹飯店，兼賣煎豆腐、煎魚、煎羹、燒菜、煎茄子，此等店肆乃下等人求食飽飽，往而市之矣。

吴自牧《夢粱録》卷一六《葷素從食店》 市食點心，四時皆有，任便索喚，不誤主顧。且如蒸作麵行賣四色饅頭，細餡大包子，賣米薄皮春繭、生餡饅頭、餛飩子、笑厴兒、金銀炙焦牡丹餅、雜色煎花饅頭、棗箍荷葉餅、芙蓉餅、菊花餅、月餅、梅花餅、開爐餅、壽帶龜仙桃、子母春繭、子母龜、子母仙桃、圓歡喜、駱駝蹄、糖蜜果食、果食將軍、肉果食、重陽糕、肉絲糕、水晶包兒、笋肉包兒、蝦魚包兒、江魚包兒、蟹肉包兒、鵝鴨包兒、鵝眉夾兒、十色小從食、細餡夾兒、笋肉夾兒、油炸夾兒、金鋌夾兒、江魚夾兒、甘露餅、肉油餅、菊花餅、糖肉饅頭、羊肉饅頭、太學饅頭、笋肉饅頭、魚肉饅頭、蟹肉饅頭、肉酸餡、千層兒、炊餅、鵝彈。更有專賣素點心從食店，如豐糖糕、乳糕、栗糕、鏡麵糕、重陽糕、棗糕、乳餅、數笋絲、假肉饅頭、笋絲饅頭、裹蒸饅頭、波菜果子饅頭、七寶酸餡、薑糖、辣餡糖餡饅頭、活糖沙餡諸色春繭、仙桃龜兒、包子、點子、諸色油炸、素夾兒、油酥餅兒、筍絲數兒、果子、韻果、七寶包兒等點心。更有饅頭店兼賣江魚兜子、雜合細粉、灌煞軟爛大骨料頭、七寶料頭。又有粉食店，專賣山藥元子、真珠元子、金桔水團、澄粉水團、乳糖槌、拍花糕、糖蜜糕、裹蒸粽子、栗粽、金鋌裹蒸茭粽、糖蜜韻果、巧粽、豆團、麻團、糍團及四時糖食點心。及沿街巷陌盤賣點心：饅頭、炊餅及糖蜜酥皮燒餅、夾子、薄脆、油炸從食、諸般糖食油炸、蝦魚劃子、常熟糍糕、餳飴瓦鈴兒、春餅、芥餅、元子、湯團、水團、蒸糍、粟粽、裹蒸、米食等點心。及沿門歌叫熟

食：熬肉、炙鴨、熬鵝、熟羊、鷄鴨等類，及羊血、灌肺、攪粉、科頭、應千市食，就門供賣，可以應倉卒之需。

陶宗儀《説郛》卷三〇下袁褧《楓窓小牘》卷下 舊京工役固多奇妙，即烹熬槃案亦復擅名，如王樓梅花包子，曹婆婆肉餅，薛家羊飯，梅家鵝鴨，曹家從食，徐家瓠羹，鄭家油餅，王家乳酪，段家燒物，石逢巴子南食之類，皆聲稱于時，若南遷湖上魚羹，宋五嫂羊肉，李七兒嬭房，王家血肚羹，宋小巴之類，皆當行不數者。宋五嫂，余家蒼頭嫂也，每過湖上時，進肆慰談，亦他鄉寒故也，悲夫。

陶宗儀《説郛》卷九五上吴氏《中饋録》 治食有法

洗猪肚用麵，洗猪臟用砂糖，不氣。煮筍入薄荷，少加鹽，或以灰則不蘇。糟蟹，罈上加皂角半錠，可留久。洗魚滴生油一二點，則無涎。煮魚，下末香不腥。煮鵝，下櫻桃葉數片，易軟。煮陳臘肉，將熟，取燒紅炭投數塊入鍋内，則不油蘇氣。煮諸般肉，封鍋口，用楮實子一二粒同煮，易爛又香。夏月肉單用醋煮，可留十日。麵不宜生水過，用滾湯，停冷食之。燒肉，忌桑柴火。醬蟹糟蟹，忌燈照則沙。酒酸，用小豆一升，炒焦袋盛，入酒罈中則好。染坊澱過淡灰，晒乾用以包藏生黄瓜、茄子，至冬月可食。用松毛包藏橘子，三四月不乾。菉豆藏橘亦可。

陶宗儀《説郛》卷九五上司膳内人《玉食批》 偶敗篋中得上每日賜太子玉食批數紙，司膳内人所書也。如酒醋白腰子、三鮮筍、炒鵪子、烙潤鳩子、燒石首魚、土步辣羹、海鹽蛇鮓、煎三色鮓、煎臥烏鴉湖魚、糊炒田鷄、鷄人字焙腰子、糊燠鮎魚、蝤蛑簽、麂膊及浮助酒蠏、江蛾、青蝦辣羹、燕魚乾燒、鯚魚酒醋蹄酥片、生豆腐百宜羹、燥子爆白腰子、清汁雜爆胡魚、肚兒辣羹、酒煎羊、二牲醋腦子、清汁雜爆胡魚、肚兒辣羹、酒炊淮白魚之類。嗚呼，受天下之奉，必先天下之憂，不然素餐有愧，不特是貴家之暴殄，罟舉一二。如羊頭簽止取兩翼，土步魚止取兩腮，以蝤蛑爲簽、爲餛飩、爲棖瓮，止取兩螯，餘悉棄之地，謂非貴人食有取之，則曰：若輩真狗子也。噫，其可一日不知菜味哉。又記高宗幸清河王張俊第，供進御筵，臘脯一行：線肉條子、皂角鋌子、蝦腊、雲夢把兒肉腊、嫩房旋酢、金山鹹豉、酒腊肉、肉瓜薑。垂手八盤子：揀蜂兒。下酒十五盞：花炊鵪子、荔枝白腰子、嫩房簽、三脆羹、羊舌簽、萌牙肚胘、肫掌簽、鵪子鬬：肚胘膾、鴛鴦爆肚、沙魚膾、炒沙魚襯湯、鱔魚炒鱟、鵝肫掌湯鏊、螃蟹釀棖，嫩房玉蕊羹、鮮蝦蹄子膾、南炒鱔、洗手蠏、鱘魚假蛤蜊、五珍膾、螃蠏清羹、鵪子水晶膾、猪腰假江蚾、蝦棖膾、蝦魚湯鏊、水母膾、二色蟹兒羹、蛤蜊生、血粉羹。插食：炒白腰子、炙肚胘、炙鵪子脯、潤鷄、潤兎、炙炊餅、不炙炊餅、彎骨。厨勸酒十味：江蚾爁肚、江蚾生、鱔蜂簽、薑醋香螺、香螺爁肚、薑酸假公權、煨牡蠣、牡蠣爁肚、蟑蚷爁肚、花鴨簽、蟹兒羹、三珍膾、南炒鱔、水母膾、鵪子羹、鱘魚膾、三脆羹、洗手蠏、爁肚胘。對展每分時果五盤。晚食五十分名件：二色蟹兒、小頭羹飯、肚子羹、笑腦兒、脯腊、雞腊、鴨鬬如此。

陶宗儀《説郛》卷六〇下泗水潛夫《南宋市肆紀》 市食

鵪鶉醃虀兒，肝臟餗子，香藥灌肺，灌腸，猪胰胡餅，羊脂韭餅，裹絲薑豉，劃子，科斗細粉，玲瓏雙條，七色燒餅，雜爁，金錠裹蒸，市羅餗兒，寬焦薄脆，糕糜，旋炙猊兒，八糖鵝鴨，炙雞鴨，爁肝，鑵裹爁，爁鰻鱔，爁團魚，煎白腸，水晶膾，煎鴨子，臟馳兒，焦蒸餅，海蛰鮓，薑蝦米，辣薤粉，糖葉子，豆糰，麻糰，螺頭，膘皮，辣菜餅，炒螃蟹，肉蔥薤，羊血，鹿肉猊子。

果子

皂兒膏，宜利少，瓜蔞煎，鮑螺，裹蜜，糖絲，澤州餳，蜜麻酥，炒團，澄沙團子，十般糖，甘露餅，玉屑膏，爁木瓜，糖脆梅，破核兒，查條，橘紅膏，荔枝膏，蜜薑豉，韻薑糖，花花糖，二色灌藕，糖豌豆，芽豆，栗黄，烏李，酪麪，蓼花，蜜彈彈，望口消，桃穰酥，重劑，蜜棗兒，天花餅，烏梅糖，玉柱糖，乳糖獅子，薄荷蜜，琥珀蜜，餳角兒，諸色糖蜜煎。

碓庵、耐庵《靖康稗史》卷一 第二十八程，自興州九十里至咸州。

未至州一里許，有幕屋數間，供帳略備，州守出迎，禮儀如制。就坐，樂作，有腰鼓、簫管、笛、琵琶、方嚮、箏、笙、箜篌、大鼓、拍板，曲調與中朝一同，但腰鼓下手太闊，聲遂下，而管、笛聲高。韻多不合，每拍聲後繼一小聲。舞者六七十人，但如常服，出手袖外，回旋回折，莫知起止，殊不可觀也。酒五行，樂作，迎歸館。老幼夾觀，填溢道路。次日早，有中使撫問，别一使賜酒果，又一使賜宴。赴州宅，就坐，樂作，酒九行。果子惟松子數顆。胡法，飲酒食肉不隨盞下，俟酒畢，隨粥飯一發致前，鋪滿几案。地少羊，惟猪、鹿、兔、雁。饅頭、炊餅、白熟、胡餅之類最重油煮。麵食以蜜塗拌，名曰「茶食」，非厚意不設。以極肥猪肉或脂潤切大片一小盤子，虚裝架起，間插青葱三數莖，名曰「肉盤子」，非大宴不設，人各攜以歸舍。

碓庵、耐庵《靖康稗史》卷一 第十程，自韓城鎮五十里至北界清州。

出鎮東行十餘里，【略】

四十里至清州，會食，各相勞問。州元是石城縣，金人新改是名。兵火之後，居民萬餘家。是晚，酒五行，進飯，用粟，鈔以匕；別置粥一盂，鈔一小杓，與飯同下。好研芥子，和醋伴肉食，心血臟瀹羹，芼以韭菜，穢污不可向口，虜人嗜之。器無陶埴，惟以木刓爲盂楪，髹以漆，以貯食物。

陳世崇《隨隱漫録》卷二 偶敗篋中，得上每日賜太子玉食批數紙，司膳內人所書也。如酒醋白腰子，三鮮筍炒鶴子，烙潤鳩子，燠石首魚，土步辣羹，海鹽蛇鮓，煎三色鮓，煎卧烏鳩，湖魚糊，炒田鷄，鷄人字，焙腰子糊，燠鮚魚，鰛蚌簽，鹿脾，及浮助酒螬，江蛾青蝦辣羹，燕魚乾，燠鰣魚，酒醋蹄酥片，生豆腐百宜羹，燥子煠，白腰子，酒煎羊二牲，醋腦子，清汁雜熰，胡魚肚兒辣羹，酒炊淮白魚之類。嗚呼，受天下之奉，必先天下之憂，不然素餐有愧，不特是貴家之暴殄，略舉一二，如羊頭簽止取兩翼，土步魚止取兩腮，以蛸蚌爲簽，爲餛飩，爲棖瓮，止取兩螯，餘悉棄之地，謂非貴人食。有取之則曰若輩真狗子也。噫，其可一日不知菜味哉。

佚名《宋史全文》卷二〇上《宋高宗十》 〔丁巳紹興七年春正月〕甲辰，輔臣奏事，上曰朕常日不甚御肉，多食蔬菜，近日頗雜以豆腐爲羹，亦可食也。水陸之珍兼陳於前，不過一飽，何所復求過殺生命，誠爲不仁，朕實不忍。沈與求曰：陛下舉斯心以加諸彼，天下不難治矣。

陶宗儀《説郛》卷六九上周密《乾淳歲時記》 元夕節物【略】節食所尚則乳糖丸子、餡餎、科斗粉、豉湯、水晶膾、韭餅及南北珍果，并皂兒糕、宜利少、澄沙糰子、滴酥鮑螺、酪麵、玉消膏、琥珀餳、輕餳、生熟灌藕，諸色瓏瓏蜜煎、蜜裹糖瓜、蘆煎、七寶薑豉、十般糖之類，皆用鏤鍮裝花盤，架車兒，簇插飛蛾，紅燈綵盞，歌吟喧闐。

周密《武林舊事》卷三《重九》 禁中例於八日作重九排當，於慶瑞殿分列萬菊，燦然眩眼，且點菊燈，略如元夕。內人樂部，亦有隨花賞，如前賞花例，蓋賞燈之宴，權輿於此，自是日盛矣。或於清燕殿、綴金亭賞橙桔。遇郊祀歲則罷宴。

都人是月飲新酒，泛黃嬭菊。且各以菊糕爲饋，以糖肉秫麵雜糅爲之，上鏤肉絲鴨餅，綴以榴顆，標以綵旗。又作蠻王獅子於上，又糜栗爲屑，合以蜂蜜，印花脱餅，以爲果餌。又以蘇子微漬梅鹵，雜和蔗霜梨橙玉榴小顆，名曰：「春蘭秋菊」。雨後新涼，則已有炒銀杏、梧桐子吟叫於市矣。

周密《武林舊事》卷三《歲晚節物》 臘日賜宰執、親王、三衙從官、內侍省官並外閤、前宰執等臘藥，係和劑局造進及御藥院特旨製造銀合，各一百兩以至五十兩、三十兩各有差。伏日賜暑藥亦同。

都下自十月以來，朝天門內外競售錦裝、新曆、諸般大小門神、桃符、鐘馗、狻狄、虎頭，及金綵縷花、春帖旛勝之類，爲市甚盛。八日，則寺院及人家用胡桃、松子、乳蔔、柿栗之類作粥，謂之「臘八粥」。醫家亦多合藥劑，侑以虎頭丹、八神、屠蘇，貯以絳囊，饋遺大家，謂之「臘藥」。至於餽歲盤合、酒檐羊腔，充斥道路。二十四日，謂之「交年」，祀竈用花餳米餌，及燒替代及作糖豆粥，謂之「口數」。市井迎儺，以鑼鼓徧至人家乞求利市。至除夕。則比屋以五色紙錢酒果，以迎送六神於門。至夜賁燭机盆，紅映霄漢，爆竹鼓吹之聲，喧闐徹夜，謂之「聒廳」。小兒女終夕博戲不寐，謂之「守歲」。又明燈牀下，謂之「照虛耗」。及貼天行貼兒財門於楣。祀先之禮，則或昏或曉，各有不同。如飲屠蘇、百事吉、膠牙餳，燒術賣懵等事，率多東都之遺風焉。守歲之詞雖多，極難其選，獨楊守齋《一枝春》最爲近世所稱，並書於此云：「爆竹驚春，競喧闐，夜起千門簫鼓，流蘇帳煖，翠鼎緩騰香霧，停杯未舉，柔剛要，送年新句，應自賞，歌字清圓，未夸上林鶯語。從他歲窮日暮，縱閑愁，怎減阮郎風度，屠蘇辦了，迤邐柳欺梅妬，宮壺未曉，早驕馬綉車盈路，還又把，月夕花朝，自今細數。」

周密《武林舊事》卷六《酒樓》

和樂樓　和豐樓
春風樓　太和樓
太平樓　豐樂樓
北外庫　西溪庫

已上並官庫，屬户部點檢所，每庫設官妓數十人，各有金銀酒器千兩，以供飲客之用。每庫有祇直者數人，名曰「下番」。飲客登樓，則以名牌點喚侑樽，謂之「點花牌」。元夕諸妓皆並番互移他庫。夜賁各戴杏花冠兒，危坐花架。然名娼皆深藏邃閣，未易招呼。凡肴核盃盤，亦各隨意携至庫中，初無庖人。官中趁課，初不藉此，聊以粉飾太平耳。往往皆學舍士夫所據。外人未易登也。

中和樓　三元樓
熙春樓　五閑樓
賞心樓　花月樓
西　樓　嚴　厨
南外庫

銀馬杓　康沈店　翁厨
任厨　陳厨　周厨
巧張　日新樓　沈厨
鄭厨　虼蟟眼　張花

已上皆市樓之表表者。每樓各分小閣十餘，酒器悉用銀，以競華侈。每處各有私名妓數十輩，皆時妝袨服，巧笑爭妍。夏月茉莉盈頭，春滿綺陌。憩檻招邀，謂之「賣客」。又有小鬟，不呼自至，歌吟强聒，以求支分，謂之「擦坐」。又有吹簫、彈阮、息氣、鑼板、歌唱、散耍等人，謂之「趕趁」。及有老媪以小爐灶香爲爲供者，謂之「香婆」。有以法制青皮、杏仁、半夏、縮砂、豆寇、小蘗茶、香藥、韻姜、砌香、橄欖、薄荷，至酒閣分俵得錢，謂之「撒嗐」。又有賣玉面狸、鹿肉、糟決明、糟蟹、糟羊蹄、酒蛤蜊、柔魚、鰕茸、鰌乾者，謂之「家風」。又有賣酒浸紅蝮、章舉蠣肉、龜脚、鎖管、蜜丁、脆螺、蝦醬、法鰕、子魚、鮓魚諸海味者，謂之「醒酒口味」。凡下酒羹湯，任意索喚，雖十客各欲一味，亦自不妨。過賣鐺頭，記憶數十百品，不勞再四傳喝。如流便即製造供應，不許少有違誤。酒未至，則先設肴菜數碟，及舉盃則又換細菜，如此屢易，愈出愈奇，極意奉承。或少忤客意，及食次少遲，則主人隨逐去之。歌管歡笑之聲，每夕達旦，往往與朝天車馬相接。雖風雨暑雪，不少減也。

周密《武林舊事》卷六《市食》

鵪鶉餡餤兒　肝臟餦子　香藥灌肺灌腸
豬胰胡餅　羊脂韮餅　窩絲姜豉剗子
科斗細粉　玲瓏雙條　七色燒餅雜煠
金鋌裹蒸　市羅角兒　寬焦薄脆糕糜
旋炙肥兒　八鎚鵝鴨　炙鵝鴨熬肝
罐里熬　熬鰻鱔　熬團魚煎白腸
水晶膾　煎鴨子　臟馳兒焦蒸餅
海蛰鮓　姜煆米　辣蟨粉糖葉子
豆團　麻團　螺頭膘皮
辣菜餅　炒螃蟹　肉葱蟨羊血
鹿肉肥子

周密《癸辛雜識》前集《三建湯》　三建湯所用附子、川烏、天雄，而莫曉其命名之義。比見一老醫云：「川烏建上，頭目之虛風者主之；附子建中，脾胃寒者主之；天雄建下，腰腎虛憊者主之。」此說亦似有理，後因觀謝靈運《山居賦》曰：「三建異形而同出。」蓋三物皆一種類，一歲爲萴子，二歲爲烏頭，三歲爲附子，四歲爲烏頭，五歲爲天雄，是知古藥命名，皆有所本祖也。

陶宗儀《説郛》卷五三下周密《高宗幸張府節次畧》　紹興二十一年十月，高宗幸清河郡王第，供進御筵，節次如後。

安民靖難功臣太傅静江軍武靖海軍節度使醴泉觀使清河郡王臣張俊進奉。

繡花高飣一行八果罩：

香圓，真柑，石榴，橙子，鴛梨，乳梨，槟楂，花木瓜。

樂仙乾果子乂袋兒一行：

荔枝，圓眼，香蓮，榧子，榛子，松子，銀杏，梨肉，棗圈，蓮子肉，林檎旋，大蒸棗。

縷金香藥一行：

腦子花兒，甘草花兒，硃砂圓子，水龍腦，木香丁香，史君子，縮砂花兒，宫桂花兒，白术人參。

雕花蜜煎一行：

雕花梅毬兒，紅消兒，雕花筍，蜜冬瓜魚兒，雕花紅團花，木瓜大段花，雕花金菊青梅荷葉兒，雕花薑蜜筍花兒，雕花橙子木瓜方花兒。

砌香鹹酸一行：

香藥木瓜，椒梅，香藥藤花，砌香櫻桃，砌香萱草拂兒，紫蘇柰香，砌香蒲萄，甘草花兒，梅肉餅兒，薑絲梅，雜思梅餅兒，水紅薑。

脯腊一行：

線肉條子，皁角鋌子，鰕腊，雲夢皂兒，肉腊，嫩房，旋鮮，金山鹹豉，酒醋肉，肉瓜薑。

垂手八盤子：

棟蜂兒，番蒲萄，番蓮事件念珠，巴欖子，大金橘，新椰子象牙板，小橄欖，榆柑子。

再坐切時菓一行：

春藕，鵝梨餅子，甘蔗，紅柿，切根子，切緑橘，乳梨月兒，生藕鋌兒。

時新菓子一行：

金橘，蔵楊梅，新羅葛，切蜜薝，切脆棖榆，柑子，新椰子，切宜母子，甘蔗柰香，梨五花兒，藕鋌兒，新柑子。

雕花蜜煎一行同前。

砌香鹹酸一行同前。

龍纏菓子一行：

荔枝甘露餅，荔枝蓼花，荔枝好郎君，龍纏桃條，酥胡桃，纏棗圈，纏梨肉，香蓮事件，香藥蒲萄，纏松子，糖霜玉蜂兒，白纏桃條。

脯腊一行同前。

下酒十五盞：

第一盞，花炊鵪子，荔枝白腰子。

第二盞，嫰房簽，三脆羹。

第三盞，羊舌簽，萌芽肚肱。

第四盞，肚掌簽，鵪子羹。

第五盞，肚肱膾，鴛鴦爊肚。

第六盞，沙魚膾，炒沙魚襯湯。

第七盞，膳魚炒爆，鵝肫掌湯鱉。

第八盞，螃蟹釀棖，嫰房玉蕊羹。

第九盞，鮮鰕蹄子膾，南炒膳。

第十盞，洗手蟹，鯚魚假蛤蜊。

第十一盞，五珍膾，螃蟹清羹。

第十二盞，鵪子水晶膾，猪肚假江瑶。

第十三盞，鰕棖膾，鰕魚湯鱉。

第十四盞，水母膾，二色蟹兒羹。

第十五盞，蛤蜊生，血粉羹。

勸酒小色一行：

炒白腰子，炙肚肱，炙鵪子脯，潤雞潤兎，炙炊餅，不炙炊餅彎骨。

勸酒菓子庫十番：

砌香菓子，雕花蜜煎，時新菓子，獨裝巴欖子，裝大金橘小橄欖，鹹酸蜜煎，對裝揀松番葡萄，獨裝新椰子，對裝春藕陳公梨，四色時菓。

厨勸酒一味：

江莮爆肚，江莮生，螪蚌簽，薑醋香螺，香螺爆肚，薑酸假公權，煨牡蠣，牡蠣爆肚，蟑蚷爆肚。

準備上細壘四卓。

又次細壘二章，内蜜煎鹹酸時新脯腊等。

對食十盞二十分：

蓮花鴨簽，蟹兒羹，三珍膾，南炒膳，水母膾，鵪子羹，鯚魚膾，三脆羹，洗手蟹，爆肚肱。

對展每分時菓五盤兒：

知省，御帶，御藥，門司，直殿官。

晚食五十分名件：

二色蟹兒，肚子羹，笑臘兒，腊鴨，小頭羹飯，脯腊雞。

直殿官大爆下酒：

鴨簽，水母膾，鮮鰕蹄子羹，糟蟹，野鴨紅，生水晶膾，五珍膾，蛤蜊羹。

直殿官合子食：

脯雞，油飽兒，野鴨，二色薑豉，雜燒，入糙雞，庫魚，麻脯雞臟，炙焦，片羊頭菜羹，一葫蘆。

直殿官菓子：

時菓十隔棋。

準備

薛方匏羹，

備辦外官食炙。

第一等並簇送

大師尚書左僕射同中書門下平章事秦檜，燒羊一口，滴粥，燒餅，食十味，大碗百味羹，餤兒盤勸，簇五十饅頭血羹，燒羊頭雙下，雜簇從食五十事，肚羹，雙下火膀子，羊舌託胎羹，三脆羹，鋪羊粉飯，大簇飣，鮓糕鵪子，蜜煎五十棋，時菓一合，切榨十棋。酒三十瓶。

少保觀文殿大學士秦嬉，燒羊一口，滴粥，燒餅，食十味，蜜煎一合，時菓一合切榨。酒十瓶。

第二等

叅知政事余若水。

簽書樞密巫伋，少師恭國公殿帥楊存中，太尉兩府吳益，普安郡王，恩平郡王，各食十味，蜜煎一合，切榨一合，燒羊一盤，酒六瓶。

【略】

周密《齊東野語》卷九《配鹽幽菽》 昔傳江西一士，求見楊誠齋，頗以該洽自負。越數日，誠齋簡之云：「聞公自江西來配鹽幽菽，欲求少許。」士人茫然莫曉，亟往謝曰：「某讀書不多，實不知爲何物？」誠齋徐檢《禮部韻略》豉字示之，注云：「配鹽幽菽也。」然其義亦未可深曉。《楚辭》曰：「大苦鹹酸辛甘行。」說者曰：「大苦、豉也。言取豉汁調以鹹酢椒薑飴密，則辛甘之味皆發而行。」然古無豆豉。史《急就篇》乃有「蕪夷鹽豉千答」。《史記·貨殖傳》有「藥鰌鹽豉千答」。《三輔決録》曰：「前對大夫范仲公，鹽豉蒜果共一笥。」蓋秦、漢以來始有之。

陳直《壽親養老新書》卷一《飲食調治第一》 【略】凡有飲食，必在人子躬親調治，無縱婢使慢其所食。老人之食，大抵宜其温熱熟軟，忌其粘硬生冷。每日晨朝，宜以醇酒先進平補下元藥一服，無燥熱者良尋以豬羊腎粟米粥一盃壓之，五味葱薤鶉鴿等粥皆可。至辰時，服人參平胃散一服，然後次第以順四時軟熟飲食進之，食後引行一二百步，令運動消散。臨卧時，進化痰利膈人參半夏丸一服。尊年之人，不可頓飽，但頻頻與食，使脾胃易化，穀氣長存，若頓令飽食，則多傷滿，緣衰老人腸胃虚薄，不能消納，故成疾患。爲人子者深宜體悉，此養老人之大要也。日止可進前藥三服，不可多餌。如無疾患，亦不須服藥，但只調停飲食，自然無恙矣。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷二 宋太宗命蘇易簡講《文中子》，有楊素遺子食經，奠藜含糗之説。上因問食品何物最珍，對曰：物無定味，適口者珍。臣止知鹽汁爲美，臣憶一夕寒甚，擁爐痛飲，夜半吻燥，中庭月明，殘雪中覆一盞盂，連咀數根，臣此時自謂上界仙厨鸞脯鳳胎，殆恐不及。屢欲作冰壺先生傳紀其事，因循未果也。上笑而然之。

唐劉晏五鼓入朝時，寒中路見賣蒸胡處，熱氣騰輝，使人買以袍袖包裙褐底唱，謂同列曰：美不可言。此亦物無定味，適口者珍之意也。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷二 黄山谷云：爛蒸同州羔，灌以杏酪，食之以匕，不以筯。南都撥心麵，作槐葉温淘，糝以襄邑抹猪。炊共城香稻，薦以蒸子鵝，吴興庖人鮓，松江鱸鱠。既飽，以廬山康王谷水烹曾坑鬬品，少焉解衣仰卧，使人誦赤壁前後賦，亦大快事。

張九韶《羣書拾唾》卷一〇《動植物第一〇》 五蘘。凡醢醬所和。細切爲蘘。昌本。昌蒲根。脾析。牛百葉。蜃。大蛤。豚拍。拍音博，曾也。深蒲。蒲翦入水深者。

七菹

韭菹。菁菹。蔓菁。茆菹。鳧葵，上音卯。葵菹。芹菹。楚葵一。菹菹。水中魚衣。上音苔。筍菹。竹萌。

二臡音泥，亦醢也。

麋臡。鹿臡。麋臡。上音君。

七醢

醯醢。肉醬。嬴醢。嬴，埜也。音移俞。○上音螺。蠃醢。蛤也。○上音排。蚳醢。魚子。魚醢。兎醢。鴈醢。

熊太古《冀越集記》前卷《飲食》 《内則》言飲食特詳，所謂八珍，今人不能記其名，況造作之法乎。免醢鹿醢，今人雖知其名，未嘗造也。虫之蜂蛹，草之堇荁，木之枌榆，今人雖知之，未嘗以爲食也。且古人士之妻、采蘋大夫之妻、采蘩以爲祭祀之用，今人多不識。至於荇藻雖間識之，亦未嘗食，況薦於鬼神，羞於王公乎。

熊太古《冀越集記》後卷《食療》 《内則》：奉親所用，棗栗飴蜜以甘之，堇荁枌榆免薨，滫瀡以滑之，脂膏以膏之。蓋親老腸胃枯燥，故醫之用藥安仁丸、順氣丸，專治老人腸胃之口，濟以飲食，勝於藥劑也。

佚名《饌史》 段成式所載食品，今摘其尤者，猩唇獾炙，鱕翠犒腴，麋腱桂蠹，石鰒熊蒸，羔鮹蘇膏，荆餳芋炙，蝤腯餦餭，餦餭粔籹，炙餈蚶子，蟹液茄精，細飄鰾梨，酱鮝醬紫，鰪述蕩墼，旄象約，河隈穌，鼈洛鱒，洞庭鮭，灌水鰩，珠翠珍，菜黄鮓，冀野粱，會稽菰，不周稻，元山米，楊山穄，南海秬，壽木華，元木葉，人誦東坡赤壁前後賦，亦足以一笑也。此雖山谷之寓言，然想像其食味之美，安得聚之以奉老人之旨甘。

夢澤芹，具區菁，楊撲薑，招搖桂，越輅菌，長澤卵，三危露，崑崙茸，黃領膍，醒酒鯖，二物見《南史・虞悰傳》。新鯖子，蒲葉菘，竹根粟，鮞子鮪，麻胡麥，綠施筍，千里蓴，萬丈鱠，鼉足鱠，萬鑿鱠，張掖九蒸豉，大貊炙，蜀檮炙，路時腊，攪天腊，兩當餅，大扁餳，馬奎餳，白龍舍，黃龍舍，阿韓特餅，櫻桃餬，蝎餅。又有籠上牢丸，湯中牢丸。即子瞻誤以爲牢丸者也。又稱當時蕭家餛飩可以瀹茗，庾家糗子白瑩如玉，韓約家櫻桃餬酏色不變，曲良翰能爲驢鬚馳峰炙。及衣冠家名食，有涼胡突鱠，鱧魚膾，連蒸麈，麈皮索餅。

御廚進饌，用九飣牙盤食。按：《隋煬紀》諸郡進食，即此牙盤也。

渾羊設最爲珍食，置鵝于羊中，內實粳，內五味全熟之。熱洛河，射鹿血煎腸食之。《同昌公主傳》有消靈炙、紅蚓脯。郭進蓮花餅餡，宋龜樓子膾，仇士良赤明香脯，玉真公主逍遙炙。素食。韋巨源《食單》有單籠金乳酥。是餅但用獨隔通籠欲氣隔。曼陀樣夾餅。公廳廳爐。巨勝奴。酥蜜，寒具。貴妃紅。加味紅酥。婆羅門輕高麪。籠蒸。御黃王母飯。徧鏤卵脂蓋飯面裝雜味。金鈴炙。酥攪卵脂取真七返膏。七捲作回花，恐是糕字。光明蝦炙。生蝦則可用。通花輭牛腸。胎用羊脊髓。生進二十四氣餛飩。花形餡料各異，凡二十四種。生進鴨花湯餅。廚典入內下場。見風消。油浴餅。同心生結脯。生結後風乾。冷蝤兒羹。冷蛤蜊。唐安餤。圖花。金銀夾花平截。雙柈方破餅。餡料花用。火燄盞口餡。上言花，下言體。水晶龍鳳膏。糲米蒸，方破兒花乃進。玉露團。酥雕。漢宮棋子。麪錢印花煮。長生粥。進料。天花餅饟。賜緋含香糍子。蜜。餛雪。蜜監大例麪。八方寒食餅。用木範。白龍臛。鱖肉。素蒸音聲部。麪蒸像蓬萊仙人，凡七十事。金粟平餡。魚子。鳳凰胎。雜治魚白。羊皮花絲。長及尺。逡巡醬。魚羊體。乳釀魚。完進。丁子香淋膾。醋別。葱醋雞。入籠。吳興連帶鮓。不發缸。西江料。蒸捻肩肩。紅羊枝杖。蹄上裁一羊，得四事。昇平炙。治羊鹿舌，拌三百數。八仙盤。剔鵝作八副。雪嬰兒。治蛙豆英貼。仙人臠。乳瀹雞。小天酥。鹿雞參拌。分裝蒸臘蒸熊。存白。卵羹。純兔。清涼臛碎。封狸肉夾脂。筋頭春。炙活鶉子。煖花寒釀驢蒸。取爓。水鍊犢炙。盡火力。五生盤。羊兔牛熊鹿竝細治。格食。羊肉腸臟縛豆英各別。過門香。薄治草物，入浮油烹。紅羅飣。骨血。湯浴繡丸。肉麋治，隱卵化。繡花雲夢肉。卷鎮。徧地錦裝鼈。羊脂鴨卵脂付。蒸體閒縷實相肝。盤七升再。

謝諷《食經》中略節五十三種，北齊武成王生羊膾，細供沒忽羊羹，急成小餤飛鶯膾，啗嗟膾，剔縷雞，爽酒十樣卷，生龍鬚炙，千金碎香餅子，花折鵝糕，修寶卷，交加鴨腊，君子飣，越國公碎金飯，雲頭對爐餅，剪雲斫魚羹，虞公斷醒鮓魚，羊仙料紫龍糕，十二香點，臛春香，泛湯滑餅，象牙鎚，湯餅，浮萍麪，金裝韭黃，艾蒸，白消熊帖，乳花面英，加料鹽花，魚目專門膾，拖刀羊皮雅膾，折筋羹，香翠鶉羹，朱衣飯，餤露醬，山子羊羔，千日醬，加乳腐，金丸玉菜臛鼈，添酥冷白寒具，天孫膾，暗裝龍味，高細浮動羊乾坤，夾餅乾炙滿天星，含漿餅撮高巧裝，壇樣餅，楊花泛湯糝餅，天真羊膾，魚膾，永嘉王特封烙羊，成美公藏蟹含春侯，二名如上注。新治月華飯，無憂腊，連珠起肉。

食品又有隋煬鏤金龍鳳蟹，唐清風飯，用水晶飯、龍睛粉、龍腦末、牛酪漿，調事畢，下冰池冷透進之。同阿餅，碎肉與麪搜和如臂，蒸之。蕭家麥穗，生寒消粉，即酥夾生也。幹騸羊，大盌裝春餓蒸之。玉尖麪，以消熊棧鹿爲餡，蓋出尖饅頭。玉筋羹，又乳粞鐵鎔，具乳而出之，乳凝筋上以爲饌。

金陵有七妙，齏可照面，餛飩湯可注硯，餅可映字，飯可打擦臺，溼麪可穿結帶，醋可作勸盞，寒具嚼著驚動十里人。

禮所謂八珍者，淳熬、淳母、炮豚、擣珍、漬、熬、糝、肝膏，炮牂，蓋八法也。其品則牛羊麋鹿麕豕狗，皆所以養老者也。後世則云龍肝、鳳髓、兔胎、鯉尾、鶉炙、猩脣、熊掌、酥酪蟬。羊脂爲之。迤北八珍，醍醐、麈吭、野駝蹄、鹿脣、駝乳糜、天鵝炙、紫玉漿、元玉漿。即馬嬭子。

宋高宗幸清河王張俊第，供進御筵脯腊一行　線肉條子，皁角鋌子，蝦腊；雲夢把兒，肉腊，嬭房，旋鮓，金山鹹豉，酒腊肉，肉瓜齏。垂手入盤子　揀蜂兒。下酒十五盞　花炊鵪子，荔枝白腰子，嬭房簽，三脆羹，羊舌簽，萌牙肚胘，肫掌簽，鵪子羹，肚胘腊，鴛鴦爆肚，沙魚膾，炒沙魚襯湯，鱣魚炒鱉，鵝肫掌湯齏，螃蟹釀枨，嬭房玉蕊羹，鮮蝦蹄子膾，南炒鱣，洗手解，鯚魚，假蛤蜊。五珍膾　螃蟹清羹，鵪子水晶膾，豬肚假江珧，蝦枨膾，蝦魚湯齏，水母膾，二色繭兒羹，蛤蜊生，血粉羹，插食，炒白腰子，炙肚胘，炙鵪子脯，潤鵪，清涼臛碎。封狸肉夾脂。節頭舂。炙活鶉子。煖花寒灣骨。廚勸酒十味　江珧爆肚，江珧生，螭蚌簽，蜜酸假公權，煨牡蠣，牡蠣爆肚，商蚷爆肚。對食十盞二十分　蓮花鴨簽，繭兒羹，三珍膾，南炒鱣，水母羹，膾鵪子羹，鯚魚膾，三脆羹，洗手蟹，爆肚胘。對展每分時果五盤　晚食五十分名件　二色繭兒，小頭羹飯，肚

《食經》、《食次》二書有脆脯法，脆見《謝賜傳》。又有混魚法，羹臛法，胡羹法，肺膰法，羊盤腸雌筋法，羌煮法，筍簪羹法，鮀臛湯法，槧次法，損腎法，蒸羔

法，胡炮法，懸熟法，裹蒸法，鮓腊法，蜜純煎法，勒鴨消法，酸肫法，捧炙法，腩炙法，牛胘炙法，擣炙法，銜炙法，啖炙法，餅炙法，範炙法，脾肉法，苞牒法。餅有酵法、髓法、粲法。膏環即宋玉賦中粔籹也館。餡，起麪也。炒埢法，糗糧法，煮糧法。以其名小異，故記之。

汴中節食，因記其名。元陽繭。元日。油畫明珠。上元袖餡。六上菜。人日。涅槃兜。二月十五。手裹行厨。上巳。冬凌。寒食。指天餕餡。四月八日。如意圓。重五。緑荷包子。伏日。幹雞臠。二社飯。羅餲羅飯。七夕。玩月羹。中秋。孟蘭餅餡。中元。米錦。重九糕。宜盤。重至。萱草麪。臘日。法王科斗。臘八。

何太宰曾有安平公《食單》，韋偃射巨源有《燒尾宴食單》，段丞相文昌有《食經》五十卷，號鄒平公《食憲章》。庖榜曰：堂在途曰行珍館，虞悰有《食方》，謝諷有《食經》，各十卷，孟蜀《食典》一百卷。

何曾日食萬錢，子劭曰二萬錢，任愷一食萬錢，和嶠曰三萬錢，高陽王元雍一食數萬錢，杜岐公悰曰五食，一食萬錢，李衛公德裕至一杯羹二萬錢，韋侍郎陟至廚中棄遺直萬錢，元丞相載用食物盤器至三千事。

蔡太師京厨婢數百人，庖子亦十五人。段丞相有老婢名膳祖，四十年閱百婢，僅九婢可嗣法。孫節度承佑一宴殺物命千數，蔡京每殺鵪子輒千餘，承佑每謂人今日富有小四海矣。謂南蟞蛘，北紅羊，東蝦魚，西粟，皆備也。尸子曰：桀紂必南海之薑，北海之鹽，西海之菁，東海之鯨。

何太宰每宴不食尚方所食，晉武帝令就其家取之。帝幸王武子第，侍婢數百人，各持琉璃器供膳。食蒸豚有異于常，問乃以人乳飲之。齊武帝幸芳林園，就虞悰求味，獻棚及雜肴數十輿，大官不及也。上欲求飲食方不得。後體不快，悰僅獻醒酒鯖鮓一方而已。當時君臣乃爾，良可笑也。

熊夢祥《析津志輯佚・歲紀》 五月天都慶端午，艾葉天師符帶虎，玉扇刻絲金線縷。懷荆楚，珠鈿綵索呈宫籤。進上涼糕並角黍，宫娥綵索纏鸚鵡，玉屑涼糕、粽餅並同。典飲局並同。光禄寺酒、涼糕、密棗糕、粘米粽、金桃、御黄子、蒲香浮緑醑。【略】將作院進綵畫扇、翠扇、金碧山水扇、金紗、金羅、白索等。如藕、甜瓜、西瓜，並同各大衙，並依上年故事。【略】是節上自三公宰輔、省院臺、大都生料庫，秩從五品。至元十一年，置生料野物庫，隸尚食局。二十年，別置庫，擬内藏庫例，置提點二員，從五品；大使二員，正六品；副使三員，正七品。

上都生料庫，秩從五品。掌受弘州、大同虎賁、司農等歲辦油麵，大都起運蒜、茄、韭、葱、玉瓜、苦菜。神位前，涼糕、粘米粽、香棗糕、扇拂百索，一如所進儀式。無敢有忒酒、馬奶子、筍、蒲、含桃。

熊夢祥《析津志輯佚・歲紀》 盧師山，二月二日，南北二城遊賞如燕九節。太廟薦新：果含桃、菜、筍，並准孟春。祭物：哈八兒魚、鮪魚，二者並黑龍江進，其地用樺皮船。神厨御飯、禿禿麻、羊頭、羊肺、粉羹、饅頭、酪解粥。餘並同前。

宋濂《元史》卷七四《祭祀三》 牲齊庶品：大祀，馬一，用色純者，有副；牛一，其角握，其色赤，有副；羊，其色白；豕，其色黑；鹿。凡馬、牛、羊、豕、鹿牲體，每室七盤，單室五盤。太羹，每室三登；和羹，每室三鉶。籩之實，每室十有二品；豆之實，每室十有二品。凡祀，先期命貴臣率獵師取鮮獐鹿兔，以供脯醢醢。稻粱爲飯，每室二簋。黍尊之實，每室十有一。明水玄酒，用陰鑑取水于月，與井水同，鬯用鬱金爲之。五齊三酒，醞於光禄寺。脾臇蕭蒿，至元十八年五月弗用，後遂廢。茅香以縮酒，至元十七年，始用沅州麻陽縣包茅。天鵝、野馬、塔剌不花、其狀如獾。野雞、鶴、黄羊、胡寨兒、其狀如鳩。渾乳、葡萄酒，以國禮割奠，皆列室用之。羊一，豕一，籩之實二栗、鹿脯，豆之實二菁菹、鹿臡，簠之實黍，簋之實稷，爵尊之實酒，皆七祀位各用之。薦新鮪、野兔、鹿、稻米飯，孟冬用之。麅、野馬，仲冬用之。鯉、黄羊、塔剌不花，季冬用之。至大元年春正月，皇太子言薦新增用影堂品物，羊羔、炙魚、饅頭、餅子、西域湯餅、圜米粥、砂糖飯糝，每月用以配薦。

宋濂《元史》卷八七《百官三》 宣徽院，秩正三品。掌供玉食。【略】其屬附見：

【略】

尚食局，秩從五品。掌供御膳，及出納油麵酥蜜諸物。至元二年置提點，領進納百色生料。二十年，省併尚藥局爲尚食局，別置生料庫。本局定置提點一員，從五品；大使一員，正六品；副使二員，正七品；直長一員，正八品。

大都生料庫，秩從五品。至元十一年，置生料野物庫，隸尚食局。二十年，別置庫，擬内藏庫例，置提點二員，從五品；大使二員，正六品；副使三員，正七品。

諸物，供奉內府，放支宮人宦者飲膳。提點一員，大使一員，副使二員，品秩同上；直長一人，正八品。大都太倉、上都太倉，秩正六品。掌內府支持米豆，及酒材米麴藥物。至元五年初立，設官三員，俱受制國用使司劄付。十二年，改立提舉太倉，設官三員，隸宣徽。二十五年，陞正六品。定置二倉各設提舉一員，正六品；大使一員，從六品；副使一員，從七品。

大都、上都柴炭局各一，至元十二年置，秩從六品。十六年，改提舉司，陞五品。大德八年，仍爲局，降正七品。置達魯花赤各一員，正七品；大都大使一員，上都大使二員，各正七品；副使各二員，正八品；直長各一人，掌蓋場；典史各一人。

尚牧所，秩從五品。至大四年始置。設提舉二員，從五品；同提舉一員，從六品；副提舉一員，從七品；吏目一員。

宋濂《文憲集》卷四《渤泥入貢記渤泥國表附》【略】其物產只吉貝、黃蠟、降真、龜筒、玳瑁、檳榔，煑海爲鹽，瀝椰漿爲酒。無稻麥，捕生魚鰕蟹食之，兼食沙糊。沙糊者，取樹實爲漿，澄澱臘如粉，食之能不饑。食無器皿，以竹編貝多葉爲之，食畢則棄之。【略】

解縉等《永樂大典》卷七六〇三《杭州府五十二・錢塘》 酒名。玉練槌、思堂春、皇都春、中和堂、珍珠泉、有美堂、雪腴、太常、和酒、夾和、步司小槽、宣賜碧香、內庫流香、殿司鳳泉，供給酒，瓊花露、蓬萊春、黃華堂、六客堂、江山第一、蘭陵、龍游、藩葑、府第酒，處遠堂、青白堂、藍橋風月，起店、鋪羊、三鮮、炒鷄、桐皮、澆皮、盞生、蝦燥三刀、綦子、火燠、經帶、鋪鷄、造羹、鹽煎、飥餺、餛飩、帶汁煎、羊泡飯、生熟燒、食店、海鮮頭羹、三軟頭羹、江蟚柱、大片腰子、松花腰子、燥子決明、二色蝑兒、江魚玉葉、鯚魚拖湯、羊頭雹魚、錦鷄雹魚、奪真元魚、剪花饅頭、煎羊事件、韋素簽、錦鷄簽、雜菜羹、蝤蛑簽、鼎煮羊、盞蒸羊、羊炙焦、大包子、羊血粉、窟背、大骨、乾京果、南京棗、番蒲萄、巴欖子、御棗圈、松陽柿、蜂兒榧、藥滓魚、錦荔枝、大圓眼、頂山栗、蜂兒乾、蓮子肉、糖霜、梨花、梨條、梨肉、桃條、大蝦、巨蜂鮎乾、大鰑魚、人面乾、江蟚肉、芭蕉乾、大決明、沙魚線、鰑魚乾、銀魚乾、荳蔻花、索菓、餅菓、饀子、孔酥、時果、羅浮橘、洞庭橘、花木瓜、餘甘子、賞花甜、亢堰藕、青沙爛、陳公梨、乳柑、鵝梨、甘蔗、溫柑、橄欖、匾橘、香棖、海鮮、江蟚、青蝦、白蟹、香螺、辣螺、石首、蝤蛑鮯魚、鳥賊、鰛魚、江魚、鮚魚、蚶子、蛤蜊、淡菜、鮮蛤、白鰕、車螯、水母線、蜜丁、比目魚、望潮魚、火珠魚、蚵蚾魚、河魚、白魚、鮰魚、鯚魚、青魚、白白類、鮎魚、螃蟹、黃螃蟹、鯚鯉魚、肉食、入爐炕羊、窩線彊豉、豬舌頭、凍白魚、白爆鷄，白燠肉，花時件，八糙鴨，炕鷄，炕鵝，燠肝，肚肺，糟鮑魚，犯脯鮓醬，紅羊犯，影戲犯，筭條犯，皂角鋌，線條兒，肉瓜瀆，雪團鮓，鯚魚鮓，春子鮓，黃雀鮓，荷包鮓，玉版鮓，桃花鮓，三和鮓，大魚鮓，旋鮓鹹鮓，鵝鮓，削脯，苜脯，松脯，切鮓，飯鮓，茶果仁兒，榛子仁，栝子仁，松子仁，橄欖仁，楊梅仁，胡桃仁，西瓜仁，蜜煎，蜜金橘，蜜木瓜，蜜林檎，蜜金桃，蜜李子，蜜木彈，蜜橄欖，昌園梅，十香梅，蜜棖，蜜杏，瓏纈茶果，糖煎尤多，檐杖檯木架子，香藥灌肺，七寶科頭，雜合細粉，水滑糍糕，玲瓏劃子，全鋌裹蒸，生熟灌藕，水晶爆子，筋子膘皮，乳糖魚兒，美醋羊血，澄沙糰子，天花餅，皂兒膏，宜利少，煎鴨子，釀栗子，蓮子肉，燻肝肉，望口消，蜜棗兒，兔耳朵，酥棗兒，重劑棗，糖壽帶，酸紅藕，寶索兒，玉柱糖，澤州餳，玉消膏，烏梅膏，韻梅膏，薄荷膏，香棖膏，橘紅膏，糖烏李，楊梅糖，法豆，輕餳。【略】

曠佑《四時宜忌・正月事宜》 洛陽人家正月元日，造絲鷄蠟燕粉荔枝。十五日，造火鵝兒，食玉梁糕。

曠佑《四時宜忌・九月事宜》 又曰：九日造迎涼脯、羊肝餅，佩瘦木符。

李賢等《明一統志》卷八〇《惠州府》 盤游飯、骨董羹。土人以魚肉諸物埋飯中，謂之盤游飯，雜羹中謂之骨董羹。

馬歡《瀛涯勝覽・阿丹國》 人之飲食，米麵諸品皆有，多以乳酪、酥油、糖蜜製造而食。

陳頎《閑中今古》卷下 予鄉人王伯讓嘗與予言，吳中名門如某某家，製造飲食，調和滋味，各臻其妙。是非爲某賓客者，素嘗飲食之人，亦只嚥嚼而已，鮮有能別其味之美，而知其用心者也。若子輩之爲文章，使讀之者不知其妙處，則亦口誦過訖而已。伯讓本非知言者，因論飲食而有及於此，則其言豈可以廢之哉，故予每稱之以曉。夫學者嗚呼，人莫不飲食也，鮮能知味也，飲食豈特可喻文章而已哉。

陳頎《閑中今古》卷下 南北風俗不同，而食性亦異。南人尋常客至，則以茶相款，北人客來便飲以酒。予抵河南，見士人飲酒不喜小盞，連進數碗，始以爲快。初甚駭之，後較其酒味則甚薄，不爾則不能多飲若此也。予性不樂飲，苦被人勸，勉强數杯，便覺腹滿，以爲不多飲好茶。士人笑予言，以爲吃此苦水何

益，又不若薄酒多酌幾盌，爲覺熱鬧。此皆食性之偏也。不特此耳，其於烹飪調和之節，亦多有異宜者。古人謂天下之口，皆相似也，豈其然哉。

田藝衡《留青日札》卷二六《七件事》 諺云：開門七件事，柴米油鹽醬醋茶，蓋言人家之所必用，缺一不可也。元人小詞有云：倚蓬窓無語，嗟呀七件兒，全無做甚麼。人家柴似靈芝，油如甘露，米若丹砂，醬麤兒恰，纔夢撒鹽，瓶山中之民，乃不得食。官法不行，終身茹淡，真可憫也。陝西有鹽池，四川有鹽井，胡地有木鹽、石鹽，浙中皆自鹽。張融《海賦》：漉沙構白，熬波出素，是也。福州有紅鹽。郭璞《鹽賦》爛然若霞是也。胸腮縣鹽井，鹽方寸，中央隆起，曰傘子鹽。見《酉陽雜俎》。又陸鹽，崑吾周十里餘，無水自生末鹽，月滿如積雪，味甘。月虧則如薄霜，味苦。月盡全無。白鹽厓鹽如水晶，名水晶鹽，又名君王鹽，今環慶鹽池所産，塊然如圾子，瑩然精白明潔。李太白詩：盤中惟有水晶鹽是也。車師鹽，白者如玉，赤者如朱，高昌赤鹽。廣東皆黑鹽。《漢書》天竺國黑鹽是也。又有黄鹽、紫鹽，即戎鹽也。《後漢書》曰：御鹽者，紫色鹽也。有青鹽，甘肅一路有青鹽池、黄鹽池、紅鹽池。貴州鎮遠民以蕨灰爲鹽。時俗味苦者曰苦鹽，甜者曰飴鹽。東方曰斥，西方曰鹵，河東曰鹽，河内曰鹹，亦曰鹺。今江干近海，人稱沙鹵之地，當曰沙廒。廒，東方鹹地。鹵，西方鹹地。《史記》東方食鹽廒，西方食鹽滷。故《説文》曰東方謂之廒，西方謂之鹵。又天生曰鹵，人生曰鹽。《釋名》：地不生物曰鹵，故沙鹵謂之确薄之地，今亦通稱斥鹵也。諺曰：鹽筋醋力。王霽云：君子喜食酸，小人喜食鹹。《方書》云：心病禁鹹，脾病禁酸。

鹽。《説文》鹹也。王彝詔云：鹽，食肴之將。黄帝臣夙沙初作煑海鹽，古者不煉治之鹽曰苦鹽，祭祀用之。煉治者曰散鹽。蓋鹽筴之利，興于管子，鹽鐵之制備于孔僅。鹽政四，一曰散鹽，煑海成之。二曰監鹽，引池化之。三曰形鹽，掘地出之。四曰飴鹽，於戎取之。今淮浙最盛海濱，地曰鹽場，籍曰竈户，民曰滷丁，煑盤或鐵或竹，有沙泥燒鹽，有草灰燒鹽，所産甚廣。而去海不三百里山中之民，乃不得食。官法不行，終身茹淡，真可憫也。陝西有鹽池，四川有鹽井，胡地有木鹽、石鹽，浙中皆自鹽。張融《海賦》：漉沙構白，熬波出素，是也。福州有紅鹽。郭璞《鹽賦》爛然若霞是也。胸腮縣鹽井，鹽方寸，中央隆起，曰傘子鹽。見《酉陽雜俎》。又陸鹽，崑吾周十里餘，無水自生末鹽，月滿如積雪，味甘。月虧則如薄霜，味苦。月盡全無。白鹽厓鹽如水晶，名水晶鹽，又名君王鹽，今環慶鹽池所産，塊然如圾子，瑩然精白明潔。李太白詩：盤中惟有水晶鹽是也。車師鹽，白者如玉，赤者如朱，高昌赤鹽。廣東皆黑鹽。《漢書》天竺國黑鹽是也。又有黄鹽、紫鹽，即戎鹽也。《後漢書》曰：御鹽者，紫色鹽也。有青鹽，甘肅一路有青鹽池、黄鹽池、紅鹽池。貴州鎮遠民以蕨灰爲鹽。時俗味苦者曰苦鹽，甜者曰飴鹽。東方曰斥，西方曰鹵，河東曰鹽，河内曰鹹，亦曰鹺。今江干近海，人稱沙鹵之地，當曰沙廒。廒，東方鹹地。鹵，西方鹹地。《史記》東方食鹽廒，西方食鹽滷。故《説文》曰東方謂之廒，西方謂之鹵。又天生曰鹵，人生曰鹽。《釋名》：地不生物曰鹵，故沙鹵謂之确薄之地，今亦通稱斥鹵也。諺曰：鹽筋醋力。王霽云：君子喜食酸，小人喜食鹹。《方書》云：心病禁鹹，脾病禁酸。

醬。《説文》醢也，从肉酉，酒以和醬也。醢肉醬也。古有豉醬，又菜葅亦謂之醬，《禮記》芥醬是也。今之醬則豆醬也，用黄豆和小麥麪，伴勻發黄，名曰醬黄。又用鹽和水成鹵而下之，晒熟成醬，以供烹調，其汁曰醬油。又鹽豆亦可造醬，磨碎者曰細醬，亦曰拌醬豉。《史記》鹽豉千合。《楚詞》大苦鹹酸辛甘行。注曰：大苦，豉也。豉配鹽，幽菥也，赤豆也。幽謂造之幽暗也，今人謂之遏醬，藏之幽室是也。《白虎通》有榆莢醬。《武帝内傳》神藥有連珠醬、玉津金醬、元靈醬。唐有葫蘆醬，宋有紅螺醬，廣人有蟻子醬。今之富家有枸杞醬、玫瑰醬。鄉間小民家豆醬，亦不多得食。至于深山窮谷中，則終身不沾唇者有之，其市井之臭而蛆者，乃貿易得食，誠可憫也。孔子不得其醬不食，又安得不絶糧。

醋，酸也，本作酢。《禮記》漿注：酢，截也。酪注：亦酢，截也。今用米或

粞，造如造酒法，而納成酸香味也。上者色紅名珠兒滴醋，次者色黃，下者色白。有臘醋或桃花醋，即唐人之桃花醋。有六月六醋，有白酒醋，小民亦不多造。諺云：若要富，賣酒醋。蓋二物甚有利也。

茶，木萌也。山中多產，采葉作飲，一曰茶，二曰檟，三曰蔎，四曰茗，五曰荈，蓋早晚之別名也。驚蟄爲上，清明次之，穀雨又次之。其事甚著，陸羽有《茶經三卷》，又《茶記》三卷。唐温庭筠《採茶録》三卷。張又新《煎茶水記》一卷。蜀毛錫《茶譜》一卷。丁謂《北苑拾遺》一卷。蔡宗顔《茶山節對》一卷，又《北苑煎茶法》一卷。曾伉《茶苑總録》十四卷，《茶場易覽》十卷。蔡襄有《進茶録》，黃儒有《品茶要録》，熊蕃有《宣化北苑貢茶録》，熊克有《北苑別録》，余亦有《煮泉小品》，論之詳矣。唐德宗時，納户部侍郎趙贊之議，初榷茶漆竹木，十取其一，而茶極盛于宋。我朝洪武二十四年，詔天下産茶之地，歲貢茶，以建寧爲上，其名曰探春，曰先春，曰次春，曰紫筍。不用碾爲龍鳳團，皆芽茶也。而西北茶馬之禁甚重，其利亦甚厚。詳見茶馬政。考茶之僞者，宋名盜葉，有柿葉，有椶櫚葉。今之僞者，雜以苦燈樹、楊柳芽，小民不能辨，其所得飲者，名曰托葉。亦有止飲米湯，而終身不知茶味者。

岳岱《陽山志》卷下《飲食第九》【略】筍惟毛竹者生最先，春初可食矣。冬月生土中者曰團筍，斷而出之，味益鮮美，但不多得。市鬻者皆達自湖浙，故味不及也。

茶頗異別土者，汲泉烹之，其色碧緑，香而味佳，誠不厭啜。

蕨以春初生者，其葉未舒，嫩可食，根可作粉。有毛者山人名曰狗脊，非蕨也。

青飯者，色青黑，甚香美。山僧至四月八日，以一種樹葉即曰青飯樹，取汁積米炊以遺人，亦曰佛飯。

蕈者惟山中有之，蓋草木之脂入土兼得膏澤則生。驚蟄時生者，山人名曰雷驚，莖高白而斑者曰谿鵝，紫而青者曰青紫，小而實者曰夫篤，青赤色損之有汁者曰朱血，色黃而味甘者曰糖，諸種竝佳。凡白摺紅面者，純白者與無摺者，采者棄之。生楓樹者曰笑蕈，食令人笑不止，飲以土漿則愈。又法，烹時以燈草數莖投釜中，燈草黑，有毒不可食。

讚曰：凡民有生，飲食爲天。紛紛粱肉，世俗同甘。藹藹山邱，有美厥産。以采以烹，足充清饌。匪沽匪市，品品來陳。朝盂暮盤，適口俱珍。詩不有言，允規士德。惡茲素食，斥彼非力。

盧翰《掌中宇宙》卷一四《博物篇下・飲饌部》八珍

食之美者曰珍，一曰淳熬，二曰炮豚，三曰淳母，四曰炮牂，五曰擣珍，六曰漬，七曰熬，八曰肝膋。又云龍肝、鳳髓、豹胎、熊掌、弱炙、紫駝峰、猩猩唇、鯉魚尾，謂之八珍。

四食

《白虎通》：天子曰四食，平旦食太陽之始，晝食太陰之始，晡食少陽之始，暮食少陰之始。

四膳

孟春食麥羊，孟夏食新雞，孟秋食麻犬，孟冬食黍彘。

四時之食

春宜羔豚，膳膏香。夏宜腒鱐，膳膏臊。秋宜犢麑，膳膏腥。冬宜鴈羽，膳膏羶。

五侯鯖

漢婁護爲王氏五侯賓客，咸得其歡心。每日五侯饋餉，乃合而爲鯖，謂之五侯鯖。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類・饌食》盤遊。《仇池筆記》云：江南人好作盤遊飯，鮓脯膾炙無有不埋在飯下。里諺曰：掘得窖子，羅浮顯老取。凡飲食雜烹之類名谷薰燖。陸道士出一聯云：投膏薰谷燖鍋内，掘窖遊盤飯椀中。爛蒸，《盧氏雜録》云：唐盧懷慎爲相清儉，召客食戒曰，爛蒸去毛，莫拗折項。客疑是鵝鴨。已而，下粟米飯一甌，及蒸葫蘆一枚。南烹，退之詩云：我來禦魑魅，自宜味南烹。匹製，《古今詩話》云：刁約使契丹，有詩云：餞行三匹製，密賜十貔貍。匹製以大小嚴爲之，如黃漆。貔貍形如鼠而大，北狄以爲珍膳。

鄭若庸《類隽》卷一八《飲食類・羹》鹽梅。《書》云：若作和羹，爾惟鹽梅。羹定，《儀禮》云：羹定，定熟也。不和，禮云大羹不和，無鹽也不致。《左傳》云：大羹不致。和羹，又云：和如羹焉，水火醯醢鹽梅以烹魚肉。【略】

木羹。《金門歲節》云：洛陽人家，端午煮作木羹。

陶珽《説郛續》卷二九鐵脚道《霞外雜俎》軟蒸飯，爛煮肉，少飲酒，獨自宿，此養生之妙法也。

毛紀《明會典》卷一〇三《禮部六二・筵宴》郊祀慶成，永樂二年。上卓，

按酒五般，果子五般，茶食五般，燒煠五般，湯三品，雙下，饅頭，馬肉飯，酒五鍾。中卓，按酒四般，菓子四般，湯三品，雙下饅頭，馬猪羊肉飯，酒五鍾。隨駕將軍，按酒一般，粉湯，雙下饅頭，猪肉飯，酒一鍾。金鎗甲士象奴校尉雙下饅頭，教坊司樂人，按酒一般，粉湯，雙下饅頭，猪肉飯，酒一鍾。天順元年，上卓，寶粧茶食鴛糖纏椀八箇，棒子骨二塊，大銀錠油酥八箇，花頭二箇，鳳鴨一隻，菜四色，按酒五般，湯三品，小銀錠笑靨二碟，鴛鴦飯二塊，大饅頭一分，果子五般，黑白餅一碟，鮓一碟，每人酒五鍾。上中卓寶粧茶食鴛糖纏椀八箇，棒子骨二塊，大銀錠油酥八箇，花頭二箇，甘露餅四箇，菜四色，按酒五般，小銀錠笑靨二碟，湯三品，鴛鴦飯二塊，大饅頭二分，果子五般，每人酒五鍾。中卓，寶粧茶食雲子麻葉二碟，甘露餅四箇，大銀錠油酥八箇，燥魚二塊，小銀錠笑靨二碟，果子，按酒各五般，菜四色，花頭二箇，湯三品，熟猪羊飯二塊，大饅頭四分，每人酒五鍾。下卓，寶粧茶食，大銀錠油酥八箇，燥魚二塊，果子四般，按酒四般，菜四色，湯三品，馬肉飯二塊，大饅頭二分，每人酒五鍾。

聖節。永樂十三年，上卓，按酒五般，果子五般，茶食，燒煠，鳳雞，雙棒子骨，大銀錠，大油餅，湯三品，雙下饅頭，馬肉飯，酒五鍾。上中卓，按酒四般，果子四般，燒煠，銀錠，油餅，雙棒子骨，湯二品。雙下饅頭，馬肉飯，酒三鍾。中卓，按酒四般，果子四般，燒煠，茶食，湯二品，雙下饅頭，羊肉飯，酒三鍾。僧官等用素卓，按酒五般，果子，茶食，燒煠，湯三品，雙下饅頭，蜂糖糕，飯。將軍，按酒一般，壽麪，雙下饅頭，馬肉飯，酒一鍾。金鎗甲士，象奴，校尉，雙下饅頭，酒一鍾。教坊司樂人，按酒一般，粉湯，雙下饅頭，酒一鍾。給表內官內使，上卓，按酒五般，果子，湯二品，小饅頭，酒三鍾。中卓，按酒四般，果子，湯二品，小饅頭。

正旦節。永樂間，上卓，茶食，像生，小花果子五般，燒煠五般，鳳雞，雙棒子骨，大銀錠，大油餅，按酒五般，菜四色，湯三品，簇二大饅頭，馬牛羊胙肉飯，酒五鍾。上中卓，茶食，像生，小花果子五般，按酒五般，菜四色，湯三品，簇二，大饅頭，馬牛羊胙肉飯，酒五鍾。中卓，果子四般，按酒四般，菜四色，湯二品，簇二大饅頭，馬猪牛羊胙肉飯，酒三鍾。隨駕將軍，按酒一般，粉湯，雙下饅頭，酒一鍾。金鎗甲士，象奴，校尉，雙下饅頭。教坊司樂人，按酒一般，粉湯，雙下饅頭，酒一鍾。

冬至節。永樂間，上卓，按酒五般，果子五般，茶食湯三品，雙下饅頭，馬羊肉飯，酒五鍾。中卓，按酒一般，雙下饅頭，粉湯，酒一鍾。金鎗甲士，象奴，校尉，雙下饅頭。將軍，按酒一般，雙下饅頭，粉湯，酒一鍾。司樂人，按酒一盤，雙下饅頭，粉湯，酒一鍾。

皇太后壽旦。正統間，上卓，按酒四般，菜四色，壽麪一椀，酒三鍾。中卓同，但壽麪二椀，酒六鍾。

東宮千秋節。宣德間，上卓，按酒四般，菜四色，壽麪二椀，酒三鍾。中卓按酒五般，菜四色，壽麪二椀，酒六鍾。

立春節。永樂間，上卓，按酒四般，湯一椀，春餅一碟，菜四色，酒六鍾。中卓，按酒四般，湯一椀，春餅二碟，菜四色，酒六鍾。

元宵節。永樂間，上卓，按酒四般，果子，茶食，小饅頭，粉湯，圓子二椀，菜四色，酒四色，酒三鍾。中卓，按酒四般，果子，茶食，小饅頭，粉湯，圓子一椀，菜四色，酒六鍾。

端午節。永樂間，上卓，按酒五般，果子，小饅頭，湯三品，糕一碟，粽子一碟，菜四色，湯一椀，酒三鍾。中卓，按酒四般，果子，小饅頭，湯三品，糕一碟，粽子一碟，菜四色，酒五鍾。教坊司樂人，按酒一般，湯飯，酒一鍾。

重陽節。永樂間，上卓，按酒二般，糕二碟，小點心一碟，湯一椀，菜四色，酒三鍾。中卓，按酒二般，湯二椀，小點心一碟，糕二碟，菜四色，酒六鍾。

臘八節。永樂間，上卓，按酒四般，臘麪一椀，菜四色，酒三鍾。中卓，按酒四般，果子，湯二品，小饅頭，酒三鍾。

祭太廟享胙。永樂元年，上卓，按酒五般，果子五般，小饅頭，粉湯，酒三鍾。中卓，按酒四般，果子四般，小饅頭，粉湯，酒四鍾。

祭稷稷享胙。永樂二年，上卓，按酒五般，果子五般，茶食五般，湯三品，雙下饅頭，馬猪羊肉，飯，酒五鍾。中卓，按酒四般，果子四般，湯三品，雙下饅頭，飯，酒五鍾。

祭先農享胙。永樂元年，上卓，按酒四般，簇四，小饅頭，粉湯，酒六鍾。

駕幸太學筵宴。弘治元年，上卓，按酒五般，果子五般，大銀錠，大油酥，寶粧鳳鴨，小點心，棒子骨，湯三品，菜四色，大饅頭，羊背皮，酒五鍾。中卓，按酒

五般，果子五般，茶食五般，煠魚，小點心，大饅頭，菜四色，羊脚子，飯，湯三品，酒五鍾。

進士恩榮宴。永樂十三年，上卓，按酒，燒煠四般，寶粧茶食果子五般，軟按酒五般，菜四色，湯三品，雙下大饅頭，羊肉、飯、酒五鍾。上中卓，按酒，燒煠四般，寶粧茶食果子四般，軟按酒四般，菜四色，湯三品，雙下饅頭，羊肉、飯、酒五鍾。天順元年，每卓煠魚，大銀錠，堆花，雙棒子骨，寶粧雲子麻葉，甘露餅，大油餅，鳳雞，燻豬肉，燻羊肉，小銀錠，笑靨兒，椒醋豬肉，椒末牛馬，椒醋雞，并魚湯三品，果子五般，小饅頭，雙下大饅頭，牛羊肉，飯，酒五鍾。弘治三年，上卓，按酒五般，果子五般，寶粧茶食五般，鳳鴨一隻，小饅頭三棒，小銀錠笑靨二棒，棒子骨二塊，羊背皮一箇，花頭二箇，湯五品，菜四色，大饅頭一分，米糕二棒，添換羊肉一棒，酒七鍾。

毛紀《明會典》卷一〇三《禮部六二・筵宴番夷土官卓面則例》 永樂元年，上卓，按酒五般，果子五般，燒煠五般，茶食湯三品，雙下大饅頭，羊肉飯，酒七鍾。中卓，按酒、果子各四般，湯二品，雙下饅頭，牛馬羊肉飯，酒五鍾。天順元年，上卓，高頂茶食、雲子麻葉，大銀錠油酥八箇，棒子骨二塊，鳳鵝一隻，小銀錠笑靨二棒，茶食、果子、按酒各五般，米糕二棒，小饅頭三棒，菜四色，花頭二箇，湯三品，大饅頭一分，羊背皮一箇，添換小饅頭一棒，按酒一般，茶食一棒，酒七鍾。中卓，寶粧茶食、雲子麻葉二棒，甘露餅四箇、鮓魚二塊，大銀錠油酥八箇，小銀錠笑靨二棒，果子、按酒各五般，菜四色，花頭二箇，湯三品，馬肉飯一塊，大饅頭一分，添換小饅頭一棒，羊肉一棒，茶食一棒，酒七鍾。

毛紀《明會典》卷一〇三《禮部六二・番夷人等朔望朝及見辭酒飯常例》 上卓：按酒用牛羊等肉共五棒，每棒生肉一斤八兩，茶食五棒，每棒一斤，果五棒，核桃紅棗榛子每棒一斤，膠棗柿餅每棒一斤八兩。中卓，按酒用羊牛肉四棒，每棒生肉一斤，茶食四棒，每棒十兩，果四棒，核桃榛子紅棗每棒十兩，膠棗十二兩，酒三鍾，湯飯各一椀。

毛紀《明會典》卷一〇四《禮部六三・膳羞二》 衍聖公張真人下程

洪熙元年，衍聖公進表赴京，欽賜羊一隻，鵝三隻，酒十瓶，麵二十五斤，茶鹽醬各二斤，油燭二十枝。宣德四年，衍聖公張真人到京，欽賜羊一隻，鵝二隻，酒六瓶，麵二十斤，茶鹽醬各二斤，油燭十枝。

王國下程

永樂間，親王之國厨料，醬一百斤，香油五十斤，椒二十斤，乾魚一百斤，醃羊一隻，子鱭魚四十斤，醃豬一口，醃鵝一隻，醃鹿一隻，醃麅二隻，醃雞九隻，白麵一百斤，茶芽五斤，葉茶二十斤，醬瓜四十條，黑沙糖十斤，藕煎五斤，木瓜湯煎五斤，醬茄一百五十箇，醋蒜三百箇，酒五十瓶，醋二十瓶，芝蘇一石，糖茄一百五十箇，米三石。

洪熙九年，靖江王府輔國將軍來朝。欽賜羊十隻，鵝十隻，雞二十隻，酒一百瓶，米四石，果子五色，茶食五盬，柴三百斤，蔬菜厨料。又靖江王府奉國將軍來朝，欽賜羊五隻，鵝五隻，雞十隻，酒十五瓶，米二石，果子五色，茶食五盤，柴一百五十斤，蔬菜厨料。宣德間，趙世子安陽王來朝。欽賜羊三隻，鵝三隻，雞六隻，酒三瓶，米一石五斗，柴四百斤，蔬菜厨料。又令親王之國厨料照永樂間例，仍加猪二十隻，羊二十隻，酒一百瓶。天順元年，襄王來朝，回還沿途飲膳厨料，并祇待隨從内外官校人等，經過軍衛，有司量給供用。成化間，親王之國，照宣德間例，經過有司去處，量送鵝二隻，時新菜蔬供用。凡各王府差來人員常例下程，一次鵝二隻，雞二隻，酒五瓶，米五斗，蔬菜厨料。

毛紀《明會典》卷一〇四《禮部六三・膳羞二・厨役》 諸司職掌

一，凡選取各項厨役或事，故新僉光禄司具呈本部，照數類行各處，選取精壯慣熟無過犯殘疾之人，起送到部，轉發光禄司着役。若有厨役病故，遺下家小，呈送到部，劄付應天府給引，或遞送回還原籍。

事例

凡光禄寺厨役起送來京，有司連當房妻小給與口糧。脚力、紅船。其告補者，遇有弟男等項，本部查勘明白，發寺替補。其告老疾無丁代替者，本部先送光禄寺勘驗明白取具。該署官吏人等不扶結狀，繳部覆審無礙，具奏類送順天府給引照回，免其雜泛差役，仍行有司僉補。其逃厨兒男告補者，本部行勘明白，暫令補役。正身自首，仍行文替出。其在逃者三月之外，參送法司問罪，送回轉發着役。三月之内，免送問隨發着役。其在逃三次者，依律責罰罪，仍發口外爲民，當房家小隨住。其各王府奏保典膳本部，移咨吏部查照年深無過者選

用。其郡王厨役每位四名，行令有司護衛人户内中半僉撥。凡太常寺厨役。洪武間定四百名，永樂中添二百名，景泰六年，添三百名，成化十五年添三百名，弘治五年添三百名，共一千五百名，分撥太廟郊壇供祀。其在逃未及三月者收役，三月之外者送問，及逃厨兒男告補暫替者，俱與光禄寺例，同其父母原籍病故者。本部行查無礙，給引照回奔喪，限半年、十箇月，仍回復役。其有刑餘喪過者，不許登壇。其有爲事，曾經法司的決者，改送光禄寺當差。其弟男等項告替者，弘治七年奏准，照景泰間例，俱本部查勘明白，一年二次，類奏替補送寺着役。其老疾無丁代替者，本部查勘明白，亦類奏送順天府給引放回，仍行原籍僉補。

凡太常寺光禄寺厨役，私自逃回原籍潛住者，弘治十三年奏准，許里甲人等首官解部，不許津貼盤纏。其在原籍中途及到部挾詐詿騙告害人者，問罪立案。不行逃回至三次以上者，問發口外爲民。

凡太常寺厨役，但係訐告詞訟，及因人連累，問該笞杖罪名者納鈔，仍送本寺着役。徒罪以上，及姦盜詐僞并有誤供祀等項，不分輕重，俱的決做工，改撥光禄寺應役。

田汝成《西湖遊覽志餘》卷三《偏安佚豫》 紹興十三年，張俊解兵柄，封清河郡王，敕建甲第。二十一年冬十月，高宗幸其第，供進御筵。初坐，繡花高飣一行：香圓，真柑，石榴，榠子，鵝梨，乳梨，楪柤，花木瓜。藥仙乾果子叉袋兒一行：荔枝，圓眼，香蓮，榧子，榛子，松子，銀杏，梨肉，棗圈，蓮子肉，林檎旋，大蒸棗。縷金香藥一行：腦子花兒，甘草花兒，硃砂圓子，木香丁香，水龍腦，史君子，縮砂花兒，官桂花兒，白朮人參。雕花蜜煎一行：雕花梅毬兒，紅消兒，雕花筍，蜜冬瓜魚兒，雕花金橘青梅荷葉兒，雕花薑，蜜筍花兒，雕花橙子，木瓜方花兒。砌香鹹酸一行：香藥木瓜，椒梅，香藥藤花，砌香櫻桃，砌香萱草拂兒，紫蘇柰香，砌香葡萄，甘草花兒，梅肉餅兒，薑絲梅，雜絲梅餅兒，水紅薑。脯腊一行：線肉條子，皁角鋌子，蝦腊，雲夢犯兒，肉腊，嫩房，旋鮮，金山鹹豉，酒醋肉，肉瓜薤。垂手八盤子：揀蜂兒，番葡萄，香蓮事件念珠，巴欖子，大金橘，新椰子象牙板，小橄欖，榆柑子。再坐，切時果一行：春藕，鵝梨餅子，甘蔗，紅柿，切棖子，切緑橘，乳梨月兒，生藕鋌兒。時新果子一行：金橘，藏楊梅，新羅葛，切蜜蓏，切脆棖，榆柑子，新椰子，切宜母子，甘蔗柰香，梨五花兒，藕鋌兒，新柑子。雕花蜜煎一行，砌香鹹酸一行，俱同前。瓏纏果子一行：荔枝甘露餅，荔枝夢花，荔枝好郎君，瓏纏桃條，酥胡桃，纏棗圈，纏梨肉，香蓮事件，香藥葡萄，纏松子，糖霜玉蜂兒，白纏桃條。脯腊一行，同前。下酒，十五盞：第一盞，花炊鵪子，荔枝白腰子。第二盞，嫩房簽，三脆羹。第三盞，羊香簽，萌芽肚肱。第四盞，肫掌簽，鵪子羹。第五盞，肚肱膾，鴛鴦爆肚。第六盞，沙魚膾，炒沙魚襯湯。第七盞，鱔魚、炒鱟、鵝肫掌湯齑。第八盞，螃蟹釀棖，嫩房玉蕊羹。第九盞，鮮蝦蹄子膾，南炒鱔。第十盞，洗手蠏，鯚魚假蛤蜊。第十一盞，五珍膾，螃蠏清羹。第十二盞，鵪子水品膾，猪肚假江莠。第十三盞，蝦棖膾，鰕魚湯齑。第十四盞，水母膾，二色鹹兒羹。第十五盞，蛤蜊生，血粉羹，插食，炒白腰子，炙肚肱，炙鵪子脯，潤雞，潤兔，炙炊餅，不炙炊餅彎骨。勸酒，果子庫十番：砌香果子，雕花蜜煎，時新果子，獨裝巴欖子，裝大金橘小橄欖，鹹酸蜜煎，對裝揀松番葡萄，獨裝新椰子，對裝春藕陳公梨，四色時果。厨勸酒十味：江莠爆肚，江莠生，蝑蚌簽，薑醋香螺，香螺爆肚，薑酸假公權，煨牡蠣，牡蠣爆肚，蟑蚶爆肚。準備上細壘四卓，又次細壘二卓，内蜜煎鹹酸時新脯腊等。對食十盞二十分：蓮花鴨簽，鹹兒羹，三珍膾，南炒鱔，水母膾，鵪子羹，鯚魚膾，三脆羹，洗手蠏，爆肚肱。對展每分時果五盤，晚食五十分名件，二色鹹兒，肚子羹，笑腻兒，小頭羹飯，脯腊雞，脯鴨，直殿官大爆下酒，鴨簽，水母膾，鮮蝦蹄子羹，糟蠏，野鴨，紅生水晶膾，五珍膾，蛤蜊羹，直殿官合子食，脯雞，油飽兒，野鴨，二色薑豉，雜燻，入糙雞，凍魚，麻脯雞臟，炙焦，片羊頭，菜羹一葫蘆。直殿官果子，時果十隔棋。外官食次，第一等太師秦檜，燒羊一口，滴粥，燒餅，食十味，大椀百味羹，餤兒盤勸，簇五十饅頭，燒羊頭雙下，雜簇從食五十事，肚羹，大勝子雙下，羊舌託胎羹，三脆羹，鋪羊粉飯，大簇飣，鮮糕鵪子，蜜煎三十棋，時果一盒，切榨十棋，酒三十瓶。少保秦嬉，燒羊一口，滴粥，燒餅，食十味，蜜煎一盒，時果一盒，酒十瓶。第二等少師楊存中等六人，各食十味，蜜煎一盒，切榨一盒，燒羊一盤，酒六瓶。第三等吏部尚書陳誠之等二十八人，各食七味，蜜煎一盒，時果一盒，酒四瓶。第四等、第五等右監門居間等一百二十五人，各食三味，酒二瓶，中官五十人，各食五味，斬羊一斤，饅頭五十箇，角子一箇，鋪蓋粉飯，下飯鹹豉，酒一瓶。【略】

田汝成《西湖遊覽志餘》卷三《偏安佚豫》 飲食則乳糖、糖糍、圓子、餛飩、科斗、粉豉湯、水晶膾、韮餅、南北珍果、皁兒糕、宜利少、橙圓子、滴酥、炮螺、酪麵、玉消膏、琥珀餳、破麻酥、灌糖酥藕、龍纏蜜果糖、蔥管糖、十般香糖，皆用鏤

鑰妝花盤架車兒，簇插飛蛾，紅燈綵盞，叫歌喧填，幕次往往呼至前，使之吟叫，倍酬其直。

胡侍《墅談》卷六《賜筵食品》 賜筵食品，有寶粧茶食，鏤糖纏椀，大銀錠，小銀錠，大饅頭，小饅頭，肉湯，粉湯，像生小花，果子，油酥，花頭鴛鴦飯，馬牛豬羊肉飯，棒子骨，羊背皮黑白餅，甘露餅，大油餅，小點心，鳳雞，鳳鴨，燒燶，按酒，果菜魚鮓，燶魚，雲子麻葉，笑靨米糕，軟按酒等。

聖節則有壽麪，立春則有春餅，元宵則有圓子，四月八，則有不落荚、涼糕，端午則有糕、粽子。重陽則有菊糕，臘八則有臘麪。僧人則用素。

趙弇《古今原始》卷一《黃帝有熊氏》 蒸穀爲飯，烹穀爲粥。此粥飯之始也。

楊慎《丹鉛總録》卷三《粉荔》 湯東澗《賀正啟》：瑞雲餞臘，粉荔迎年。按：《金門歲節》洛陽人家，正旦造絲雞、蠟燕、粉荔枝。

汪宗姬《儒函數類》卷二〇《五類・五之四》 五實。《大唐六典》：凡邊之實，有右鹽、魚脯、棗、栗、菱、芡、白餅、黑餅、糗餅、粉餈。豆之實有菹醢施食糝。《宋史》：蘇轍取元豐八年會計之實，而別其五，一曰收支，二曰民賦，三曰課入，四曰儲運，五曰經費。

汪宗姬《儒函數類》卷二四《六類・六之三》 六食六飲六膳。《周禮》：天官掌醬，掌和王之六食、六飲、六膳、百羞百醬，八珍之齊。註：六食謂六穀，六飲謂六清，六膳謂六牲。

汪宗姬《儒函數類》卷五五《百類之三》 百二十三品。陶穀《清異録》無心炙，段成式馳獵，饑甚，村姥出飧臛，式因命名。蓮畢餅餌，有十五隔，每隔有折蓮一瓣，作十五色。周世宗宫婢蘸押班在郭進家作。樓子膾，廣陵法曹宋龜造樓子膾。其法：用鯽魚肉、鯉魚子，以碧筍或菊苗爲胎骨。自然羹，蜀中道人寶自然羹，二魚鱗鱟腸胃具，鱗上有黑紋如月，食者香美。傾出，皆荔枝仁。赤明香，仇士良家脯名。玲瓏牡丹鮓，吴越有一種玲瓏牡丹鮓，以魚葉鬬成，既熟，微紅如初開牡丹。五福餅，湯悦於驛舍食一餅，五隔餅料五不同。問之，曰此五福餅。輞川小樣，比丘尼梵正用鮓臛鱠醢醬瓜蔬黄赤雜色，鬬成景物，不問坐客多寡，人裝一景，曰輞川小樣。遥遥炙，睿宗賜玉真公主。韋巨元拜尚書令，燒尾食，其家尚有食帳，擇奇異者記。云單龍金乳酥，餅也，以獨隔蒸之。曼陀樣夾餅，巨勝奴，酥蜜寒具。貴妃紅，加味紅酥。婆羅門輕高處，籠蒸。御皇王母飯，偏漬卵肪蓋飯面雜味。七返膏，一作回花，恐是樣子。金鈴炙，酥蜜郭肪取清。光明蝦炙，用生蝦。通用用寒消粉成，寧可復得。四陽武庫，多方鳩集羊、豕、牛、鹿、兔、鵠、魚、鵝百珍花軟牛腸，用羊脊髓。生進二十四氣餛餅，花形餡料各異。生進鴨花湯，厨典人坐下腸。同心洗結脯，洗結後風乾。見風消，油谷餅。冷蝤兒爽，冷蛤蜊。唐安餡餈，圓花。金銀夾花平截，剔蠏細碎卷。火餈蓋口通鎚，上言花，下言本。水晶龍鳳膏，冬來蒸，方破見花，乃進。雙拌方破餅，餡料花角。玉露團，酥雕。漢宫棋，用花炙。長生粥，米加料。天花餅饊，九煉酥。賜緋含香粽子，密淋。八方寒食餅，用本範。甜雪，蜜溢大例麪。素蒸音聲部，麵蒸象蓬萊仙人，凡七十事。曰龍脂，治鱖肉。金粟平鎚，魚子。鳳凰胎，雞治魚口。羊皮花絲，長及尺。逡巡醫，魚羊觜。乳釀魚，完進。丁子香淋膾，酷别。葱酷雞，人籠蒸之。吴興連帶酢，雜水荇。西江料，蒸鼈有屑。紅羊枝杖，蹄上裁羊，羊得四事。昇平炙，活羊鹿舌。八盤仙，剔鵝作八付。雪嬰兒，治蛙豆英貼。仙人臠，乳澆雞。小天酥，鹿雞相伴。分裝蒸臘，鮮醃芳簇高尺許。印羹，純兔。煖寒花釀，驢蒸取爛。水鍊犢炙，盡火清涼臛碎，風貍肉夾脂。筋頭春，炙活鶉子。過門香，薄治草物，入沸力。五生盤，羊兔牛熊鹿并細治。格食，羊肉腸臘縛豆英各别。油烹。紅羅釘，骨血。纏花雲夢肉，肉理交加。偏地錦裝鼈，羊脂鴨卵脂付。蕃體間龍鬚炙，千金碎花折鵝樣，修羊寶卷，交加鴨腊，君子釘，越國公碎金飯，雲頭對爐餅，剪雲折魚羹，虞公斷腥鮓，魚羊仙料，紫龍樣，十二香，點臛春香，泛雪滑餅，象牙鎚，浮萍麪，金裝韭黄，艾炙，白消熊帖，乳花面羹，加料藍花魚目專門膾，拖刀羊皮雅膾，拆筋羹，香碎鶉羹，朱衣飯餈，露水仙子，羊魚千日，醬加浮腐，金丸玉菜，臛鼈天生膾，添酥冷白寒具，暗裝龍味，高細浮動羊乾坤，夾餅乾炙，滿天星，含醬餅，撮高巧裝壇樣餅，楊花泛湯糝餅，天真半膾魚膾，永加王烙羊，成美公藏蠏，含春侯新治月華殿，無憂腊，連珠起肉，縷金龍鳳蠏湯。煬帝幸江都，吴中貢糟蠏，殼面以金縷龍鳳花貼之。消災餅，僖宗幸蜀，宫人獻消災餅。滹沱飯，光武西北州縣號粥爲滹沱飯。學士羹，寶儼以目食羊眼，人呼學士羹。道塲羹，脯麪蔬笋相和。清風飯，寶曆元年，造法用水晶飯、龍睛粉、龍腦末、酪醬，調入缸缶，待冷供法乳湯。明宗藩時，作同阿餅。天成中，帝令作同阿餅，法用碎肉與面搜和如臂，刀截，每隻三寸蒸食。轉身米，春揭篩沃，但存中心一顆。雙弓米，單公潔恥，言貧人嘗飯所親，但云啜少許。雙弓米麥穗生吴門，蕭璉作，用肥羜包卷成雲樣。張珍守鎮江，一日會客作酥，曰此名龍髓膏，金牛國所貢，聞用寒消粉成，寧可復得。四陽武庫，多方鳩集羊、豕、牛、鹿、兔、鵠、魚、鵝百珍

之衆，至正旦制湯餅，盛而薦之，名四陽武庫。社零星，用猪、羊、雞、鴨、粉面、蔬菜爲羹。辣騸羊，和魯公禁社日爲之。趙宗儒在翰林時，聞中使言玉尖麪，問其形製，蓋出尖饅頭也。十遠羹，石耳、石髮、石線、紫菜、天花菜、沙魚、海鰾鮹、鹿角菜、石決名、蝦魁，用雞羊鶉汁，澄清相和，忌入別物。孫承佑在浙，以蝤蛑、紅羊、蝦魚、粟脯爲小四海。八珍主人。閭閻門外有肆人張守羹，水產陸販隨需而供。偶記其名，播告四方事口腹者，油畫明珠，上元袖鎚。六一菜，人日。元陽麵，元日。涅槃兜，二月十五。千里行厨冬凌粥，寒食。指天餕餾，四月八。如意圓，重午。緑荷包子，伏日。辣雞羹，三社飯。羅喉羅飯。七夕。玩月羹，中秋。于蘭餅餾，中元。米錦，重九糕。宜盤，冬至。薑草餾，臘日。法王料，臘月八。酒骨，蜀孟昶有尚食掌酒骨。注：糟也。皇追僧房傍有糕作坊，主人由此入貨爲員外官，都人呼花糕員外，因取樣箋之。滿天星糝，全米。糝拌夾赤豆糜黄外糝，外有花。花截肚。内有花。大小虹橋，彙子。木密金毛麩，棗麵子。

徐三重《鴻洲先生野志・庖饌》 門户始興，多由節約，豐溢之後，恒入侈靡，然約終可常，侈無永理，豈但大化損益，所宜懼盈，即作法沿遠，其道亦應務限。餅包物。酪。牛乳所成。遂人制。酥。酪所成。醍醐。音提胡。酥所成。乳腐。牛乳作。異名：大刀圭。酥。小刀圭。醍醐。水刀圭。酪草。創刀圭。乳腐。優留曼陀。番云醍醐。○滷。音叟。久沮。淹。音邑。米水。潘。音番。浙米水。汁。滓。音自。合毛炙物。煠。音札，煠同。爚也。臊。音標。魚也。腼。音而。熟爛。爆。音報。灼熱。烘。音轟。火燎乾。烙。音洛。調和。音條貿。具滋味。膳膳。炒。火乾。熏。火氣灼。炊。炊爨。爚。音退。飪同。焞毛。爓。音潭。湯中爛毛。爛。音盪。湯中瀹肉。烝。火氣上行。炕。音亢。焊。音罕。火乾。焙。音倍。煁也。煁。音逼。火乾。炰。撥薄二音。餾。音溜。畧炒。燔。音脅。裂。貫之而加于火。盦。音遏。盦腌。臉。音促。細切肉。爁。音覽。火上去毛。窯。音宰。烹也。嫜。章、老二音。燒也。熬。音敖。乾煎。煎。箭、尖二音。燔。音凡。燒肉。熟。火變物。醃。音淹，腌同。鹽漬藏物。爓。音鑒。埋物灰中熟之。餾。音悶。餾飯。饎。音讓。肉交物中。釀。娘去聲。釀酒。煮。音胥。渫。音叟，溲同。水調粉麪。漉。音覽。鹽漬物。爓。音岳。灼也。燂。音談。火熱。倒湯。去聲。先湯後米作酒。正湯。先米後湯作酒。沸。濟上聲。出漿。醨。音師。沛酒。漉。音六。取汁。炸。音詐。火焱。煨。音威。盆中火爓。盉。音賀。調味。焗。音烏。酸。音搗。出酒。醞。音運。釀酒。釅。音立，漉酒。湘。音相。烹也。爇煣。並音吶。燒也。

朱孟震《游宦餘談・西南夷風土記》 西南夷，漢武帝時已通中國。【略】

飲食蒸煮炙炯多與中國同，亦精潔可食。酒則燒酒，茶則谷茶，飯則糯糠，不用匙筯，以手搏而囓之。所啖不多，筋力脆弱。自孟密而下，所食皆樹酒，若樓樹，葉與果房皆有漿可泡，取飲不盡，煎以爲飴，比蔗糖尤佳。又有樹類枇杷，結實頗大，取其漿煮之，氣味亦如燒酒，飲之尤醉人。又以竹笋爲醋味，頗香美，惟唵蘸臭惡，不堪食矣。

楊慎《秧林伐山》卷一五《粉荔》 《玉燭寶典》云，洛陽人家正旦造絲雞蠟燕、粉荔枝，故宋人賀正啓有瑞蕨餞、臘粉荔迎年之句。

黄一正《事物紺珠》卷一四《良部・節食類》 膠牙餳。元日食。取堅如膠也。春盤。唐以前，于立春用春餅生菜相饋。糊餳寒食日食。粥餳寒食爲大麥粥，研杏仁爲酪，以餳沃之。梟羹漢武于端午製，賜百官。辟惡餅。六月伏日作湯餅。社零星。秋社製，用豕、牛、雞、鴨、粉、麪、蔬菜、米爲羹。花糕。九日食。鹿糕。九日，糕上置小鹿，號食禄鹿高。臘粥。以猪肉雜果菜入米煑。〇玉粱糕。元宵食。楊花粥。寒食食。术羹。端午食。艾酒。端午食。同心膾。七夕造。迎涼脯，羊肝餅。二者九日造。脂花餚。〇元陽蟹。元日。油畫明珠。上元油鼈。六一菜。人日。涅槃兜。二月十五。手裡行厨。上巳。冬凌。寒食。指天餕餡。四月八日。如意圓。重五。緑荷包子。伏日。辣雞鱗。二社飯。羅暖羅飯。七夕。玩月羹。中秋。孟蘭餅餡。中元。米錦。重九糕。宜盤。冬至。萱草麪。臘日。法王科斗。臘八食。已上汴中張手美家節食品，隨時專賣一物。五辛盤。元日用。

黄一正《事物紺珠》卷一四《良部・夷食類》 設克兒疋剌。胡桃肉蜜劑麪作餅。捲煎餅。百果作餡，油煠。餈糜。爛羊頭去骨，下米粉蜜作。酸湯。烏梅湯調羊肉作。禿禿馬失。麪作小薄餅，煮熟，入炒肉汁食。八耳搭。蜜湯調豆粉，入酥作。哈耳尾。炒麪入蜜水，按片切作。古剌赤。雞清豆粉酪攪匀。作薄餅。一層白糖果仁，一層餅作。海螺脈。雞卵汁，細切羊肉，酒料豆粉調糊入瓶内，煑熟，切片。西河肺。用豆粉麪、蜜酥、果仁包灌羊肺，煮熟作。〇已上回回食品。〇厮利葵菜冷羹。用葵菜嫩心，雞羊肺絲，加五味作。塔不剌。用葱椒油醬熬熱後，下鴨或雞鵝，慢火養熟。撒孫。熟煮野鴨或鵪鶉，醬芥鹽拌。柿糕。粘米乾柿同搗粉，烝熟，入果仁作餅。果糕。栗爲粉，少加粘米粉，蜜水拌，烝熟。〇已上女直食品。

穆希文《説原》卷九《附原飲食説》 古禮膾，春用葱，秋用芥。豚春用韭，秋用蓼。脂用葱，膏用薤。三牲用薇，和用醢，獸用梅。蓋皆熏辛之物，所用各有宜爾。

徐渭《青藤山人路史》卷下 凡食取在筵，重調之曰挼。挼，揉於醢也。

邱光庭《兼明書》卷三《食不厭精》 皇侃曰：食麤則誤人生疾，故調和不厭精潔也。明曰食音嗣，謂飯也，言舂米作飯，不厭精鑿也。鑿，子各反。

邱光庭《兼明書》卷三《食饐而餲》 皇侃曰：謂經久味惡，如乾魚肉久而味惡也。明曰：食音嗣，謂飯也。饐，餲也。飯，餿敗也。《爾雅》云，食饐謂之餲。郭璞云：飯饑，臭也，則爲得其義焉。

俞安期《唐類函》卷一七六《食物部一・食總載一》 淮南子曰：食者，民之本也。

鱠，殽品標奇，飯精推雲子之佳，羹好數月兒之絶。蔞蒿上筯，嚼殘幾股玉釵。湯餅翻匙，攪亂數條銀線。江鱸蔫酒，美於西子之唇。春筍供盤，嫩若楊妃之指。五侯鯖，郎官膾，愈出愈奇。雕胡飯，錦帶羹，益飡益妙。鶚胸猩唇，鱗脂鯉尾，總是奇珍。豹胎熊掌，蟆髓駝峯，無非貴品。炮鱉而恣朶頤，且願爲生四掌。長腰粳米，精鑿流香，縮項鯿魚，肥鮮溢美。胡蘇飯，飽天台仙客，竹葉醪，醉上若遊人。啜唐殷之杯羹，白髮一宵盡黑。散齊空之鉢飯，飽腸七日無饑。飲醇量若劉伶，陸玩醉爲僊鬼。嗜茗性同陸羽，王濛死作茶仙。審劉邵之鼎内仙殽，葱嶺碧雞，傷陵縹翠。數孫甥之筵中貴物，西山棗栗，南海蝤蛑。第念肉山縱峻，得飽即休，猶知酒海雖深，遇酣則止。故雅士不吞腥啄腐，而壯夫豈枕麵藉糟。種秫不種秔，陶公若以酒爲命，窖粟不窖寶，任氏則以食爲天。

鄧志謨《蘭雪堂古事苑定本》卷之一一《飲饌》 玉薤翠濤，酒名志勝，金壺玉

玉薤，隋煬帝酒。翠濤，魏左相酒。

隋時，吴郡獻松江鱠，煬帝曰：金壺玉鱠，東南之佳味也。《世説》：南人魚鱠，以細縷金橙拌之，號爲金壺玉鱠。杜詩云：飯抄雲子白。唐人詩云：湯餅一盂銀線亂，蔞蒿數筯玉釵横。湯餅，麵也。唐王履道分賜之。唐柳公權作《龍城記》進呈文宗，上方御剪刀麵，月兒羹，即命有人名飲，謝詩云：供盤春笋楊妃指，薦酒江蓠西子唇。蓠音敕，蘺，大足。漢樓護，字君卿，媚事五侯，各得其歡心，競致奇膳，護合以爲鯖甚美，人號五侯鯖。五侯，漢成帝母舅，同日封侯。張翰秋日，思吴中鱸魚鱠蓴菜羹，遂命駕歸，作膾，以即官爲名。杜詩：滑憶雕胡飯，香聞錦帶羹。雕胡飯，菰米飯。錦帶，吐綬雞名。以此爲羹，其美可知矣。豹胎、熊掌、白鶚胸、猩唇、紫駝峯、班螭髓、素鱗脂、金鯉尾，俱奇珍異味，即曰八珍。又《禮經》註疏云：八珍，淳熬、淳切、炮豚、炮牂、擣珍、漬、熬肝膏也。淳音諄，丹音模，牂音臧。唐僧光謙酒肉沙門也，嘗云：願爲生四掌，繫着兩裙。宋人亦有云：白鷺存掌繫留裙。昔方干與冷朝陽爲友，冷曰：吾欲訪君，何以款我。方曰：長腰粳米，縮項鯿魚耳。胡蘇飯詳神仙上若村，下若村，俱出美酒，唐洪舜俞輩每出遊其處，酣醉而歸。唐李林甫壻鄭平髮早白，李謂鄭曰：帝明日當賜甘露羹，鄭郎食此髮當黑。因與平食之，髮一夕盡黑。《傳燈録》云：釋迦從齊國乞飯一盂，望空中散之，齊之民人腹皆飽，有七日而不食者。《世説》：劉伶病酒，渴甚，從婦求酒。婦涕泣諫曰：君飲太過，非攝生之道，必宜斷之。伶跪而祝曰：天生劉伶，以酒爲名，一飲一斛，五斗解酲，婦人之言，慎婦從之。伶跪而祝曰：天生劉伶，以酒爲名，一飲一斛，五斗解酲，婦人之言，慎

不可聽。便引酒進肉，隗然已醉矣。《世說》：陸太尉詣王丞相，王公食以賂，陸還遂病。明日與王一牋云：昨食酪小過，通夜委頓，名雖吳人，幾爲傖鬼。陸玩王導陸羽，號甫里生，性愛茶，著有《茶經》。王濛亦酷愛茶，濛疾，語家人曰：吾將死矣，可題其神道曰，晉茶仙之墓。劉郎《七萃》：烹爲陵之縹翠，蒸葱嶺之碧雞。孫承祐，吳越王之甥也，奢僭異常，嘗宴客指其盤筵曰：今日坐中，南之蝤蛑，北之紅羊，東之鰕魚，西之棗栗，莫不畢具，可謂之小四海矣。蝤音由。蛑音謀。《史記》云：紂王以肉爲林，以酒爲池，一鼓而牛飲者三千人。《左傳》云：有酒如澠，有肉如坻。應瑗新詩云：有酒流如川，有殽積如岑。春腥啄腐，《文選》句。枕麵藉糟，見《酒德頌》。晉陶淵明爲彭澤令，公田三百畝，令家人悉種秫。妻子固請種秔，乃使二頃五十畝種秫，五十畝種秔。秫音術，即稻也。秔音耕，稉稻也。《史記》云：秦二世敗，豪家爭取金寶窖之。任氏獨窖粟，及楚漢相距滎陽，民不得耕種，米價騰貴，其富家之金玉盡歸於任。窖音教。

鄧志謨《蘭雪堂古事苑定本》卷一一《飲饌二》 酒曰麵生，鹽名食將，首山多嫩蕨，連雲收稚子之拳。乳窟有新茶，帶露煮仙人之掌。顏子淵食墨埃之飯，可與言權。曹孟德思雞肋之湯，善於處變。筵中誇妙品，漢樓護鮪製五侯。席上列奇饈，晉何曾餅蒸十字。鱠化左異人之蝶，銀絲翻作銀鬚，飯成葛仙子之蜂，玉粒化爲玉蛹。食防風之粥，口七日而猶香。飲中山之醪，夢三年而始醒。光武食蕪蔓之豆粥，少焉稱帝，須知轉苦爲甘。季膺思吳郡之蓴羹，倏爾辭官，可羨棄濃即淡。楓林社日鼓，東方生割肉遺細君。沙磧浙江潮，南粵主投醪飲壯士。高陽王每飯十八種，性儉可風。李太白一傾三百杯，興豪莫敵。一蟹百錢，聖主九重頻輟膳。三錢斗米，行商千里不齎糧。洪舜俞上若醉醯醢，王逸少東牀啖胡餅。若個向瑤池之上，啜翻王母霞觴。是誰從衡嶺山頭，飽罷神人玉屑。仙妹欲遇，劉郎洞口食胡蘇。使客初來，趙相第中陳海錯。玉糝羹，美珍於坡老。雕胡飯，滑憶於杜公。年不逢饑，釜內更無榆屑粥。客來話舊，盤中惟有水晶鹽。

【略】

鄧志謨《蘭雪堂古事苑定本》卷一一《飲饌三》 雀舌龍團，悉爲佳茗。蘭生桑落，總是醇醪。狄山肉，旋割旋生。青田壺，愈傾愈溢。我愛鵝兒黃似酒，雅可怡情。人言雀子軟於綿，最堪適口。豆腐屬淮南妙術，切時軟玉流香。醴漿本儀狄真傳，酌處浮金起艷。千里蓴羹，末下鹽豉，兩般佳味未尋常。富平石凍，陽羨雲芽，一樣芳名無殿最。王武子飲豚用夫人乳，預備肥甘。陶鐵牛烹茗融以雪花，雅高清潔。牛心作炙，固周氏美殽饌。熊膽和丸，乃柳家苦滋味。釀成竹葉，甕邊是畢吏部醉鄉。醾罌梨花，市上爲李翰林樂地。破柑霜落爪，嘗稻雪翻匙，此則何時哉。飲酒臉生霞，嚼瓜冰繞齒，伊誰其人也。食飴多旨味，王義之含以弄孫，受鮓有餘嫌，陶氏母還而責子。多才之士，謝茶而贈我好歌。好事之徒，載酒而問人奇字。漿酒霍肉，畢竟奢華。林脯堤糟，寧非饕餮。挹東海以爲醴，庶暢高懷。折瓊枝以爲饌，可舒雅志。又奚必九江之水漬麵蘗，飲也如流，更何須七澤之麋兕俎庖，食之無厭。人有取於孟夫子，食前方丈，得志不爲。我方重夫劉先生，飯後三杯，養生有道。

坡咏茶詩：揀芽分雀舌，賜茗出龍團。以茶爲圓餅，上印龍鳳文，供御者以金粧龍鳳，凡八餅重一斤。慶曆間，蔡君謨始造小片，凡二十餅重一斤，天子每南郊致齋，中書、樞密院各賜一餅，宮人鏤金其上。蘭生，漢武帝酒名。蜀人趁桑落時釀酒極佳，故名桑落。《山海經》云：狄山有視肉，形如牛肝，兩目能視，割而食之，肉盡復生如故。青田國有異果，其核甚大，可容斗米，納米其中，不逾時成酒，可供二十人飲之，號青田壺。坡詩云：鵝兒黃似酒。坡詩：通孕子魚猶帶骨，披綿黃雀漫多脂。魚之孕子者難肥，猶帶骨雀肥，則其肉如綿然。豆腐，係淮南王安所作。唐人詩云：旋乾磨上流瓊液，煑月鐺中滾雪花。又云：節上凝脂滑，鐺中軟玉香。《帝王世紀》：儀狄造酒，禹飲而甘之，曰：後世必有以酒亡其國者。遂疏儀狄而絕旨酒。唐人詩云：浮金漲灩光。晉陸機詣王武子，武子出羊酪，謂陸曰：卿江東何以敵此。陸曰：有千里尊蒸，但未下鹽豉耳。千里、未下，地名誤「未」。《國史補》云：酒有富平之石凍春，榮陽之土窟春，其最佳者。陽羨，宣州地名。雲芽，佳茗也。王武子詳富貴，陶鐵半詳天文。王羲之年十二，周顗異之，周顗家宴客，牛心炙坐客未啖，乃先割以啖羲之，由是羲之乃知名。熊丸詳倫行破柑詳時令晉畢卓爲吏部性嗜酒聞隣舍酒熟夜抵其家盜飲飲醉臥於甕邊主人覺而縛之及爛之乃畢吏部也　李太白供奉翰林，日往酒肆中酣飲，時人謂曰：長安都市上，只在酒家眠。杜拾遺賦孟冬詩云：破柑霜爪，嘗稻雪翻匙。唐冷朝陽賦詩云：嚼瓜冰繞齒，飲酒臉生霞，以示方干，干曰此二句，可擅詩鹽旗鼓。王羲之書曰奉諸子抱弱孫一味之甘割而分之以娛目前後漢馬皇后曰吾但當含飴弄孫　陶侃爲監魚吏遺母以鮓母還鮓責之曰汝爲吏取鮓何不避嫌吾不食此以玷汝之名　盧仝《謝孟諫議惠茶歌》云：日高丈五睡正濃，誰人扣門驚周公。口傳諫議送書信，白絹斜封三道印。開緘宛

兒諫議面，手閱月團三百片。云云楊雄家貧嗜酒，人希至其門，時有好事者載酒從雄處問奇字。鮑宣疏云：董賢奴從賓客飲酒霍肉，言視酒如漿，視肉如霍，皆奢侈之意。《史記》：紂王懸脯爲林，築糟堤可望三十里。曹植與季重書：舉泰山以爲肉，挹東海以爲酒。《楚辭》折瓊枝以爲餚。古有羌人桃酸，每醉中好言王者興亡事。常云：九河之水，不足以清麵蘗。八藪之木，不足以爲薪蒸。七澤之麋，不足以充庖俎。言渴於酒，時人呼爲渴羌。武帝授以酒泉太守，酸承醉拜受焉。楚有七澤麋，鹿之最大者。或問劉屏山先生攝生之道，屏山曰：每飯後飲茶三杯，散武百步，則庶幾無疾病歟。此攝生第一義。

彭乘《五侯鯖》卷一二《飲食門・珍味》 段成式食品。壽木華，玄木葉，夢澤芹，具區菁，楊模姜，招搖桂，越輅菌，長澤卵，三危露，崑崙芹，蒲葉松，竹根粟，麻胡麥，緑施笋。同昌公主消靈炙、紅虬脯。

郭進蓮花餅餡。仇士良赤明香脯。玉真公主逍遥炙，素食也。韋巨源單籠金乳酥，是餅。曼陀様夾餅。巨勝奴，酥蜜寒具。貴妃紅，加味紅酥。婆羅門輕高麪，御黄王母飯，金鈴炙酥，攪卵脂取真。光明蝦炙，生蝦則可用。生進鴨花湯餅。見風消，油浴餅。同心生結脯，生結后風乾。冷蟾兒羹，冷蛤蜊。唐安餤，闢花。金銀夾花平截，剔蟹細碎卷。火餤盞口餺，上言花下言體。水晶龍鳳膏，棗米蒸方破，見花乃進。玉露團，酥雕。漢宮棋子，面錢印花煑。長生粥，進料。天花餲饠，九煉醬。賜緋含香糭子，蜜。甜雪，蜜爐火例麪。八方寒食餅，用木範。白龍臛，鱖肉。鳳皇胎，雜治魚白。素蒸音聲部，蠙蒸象仙人。

羊皮花絲，長及尺。乳釀魚，完進。丁子香淋脾，醋別。葱醋雞，入籠。吴興連帶鮓，不發缸。西江料，蒸餛肩脅。八仙盤，剔鵝作八副。紅羊枝杖，蹄上裁，一羊得四事。雪嬰兒，治蛙豆英貼。仙人臇，乳瀹雞。小天酥，鹿雞參拌。筋頭春，炙活鶉子。五生盤，牛兔羊熊鹿。過門香，薄治羣物，入浮油烹。

紅羅飣，脊血。湯浴綉丸，肉糜，治隱卵花。纏花雲夢肉。煬帝鏤金龍鳳蟹，唐清風飯，用水晶飯，龍睛粉，龍腦末，牛酪漿，調事畢，下冰池冷透進之。同阿餅，麪和肉屑如臂，蒸之。

蕭家麥穗生寒消粉，即酥夾生也。玉尖面，以消熊棧鹿爲餡，蓋出尖饅頭。玉筋羹，以鐵烙杼，乳出凝筋上成饌。黄頷臛，何曾《食疏》所載。段文昌精飲饌，榜厨中曰鍊珍堂，在塗曰行珍館。又所編載時稱鄒平公《食憲章》。孫承祐餽客，指盤筵曰：今日座中南之蝤蛑，北之紅羊，東之蝦魚，西之棗栗，可謂富有小四海矣。金陵士夫家鼎鐺有七妙，鑒可照面，餛飩湯可注研，餅可映字，飯可打擦擦臺，濕麪可穿結帶，醋可作勸盞，寒具嚼着驚動十里人。

屠隆《鴻苞》卷二〇《博蒐下》 食物。按《厄言》記其一二，渾羊設最爲珍食，置鴈於羊中，肉實粳肉，五味全熟之。熱洛河，唐明皇時射鮮鹿，取血炙其腸勝奴，貴妃紅，婆羅門輕高麪，御黄王母飯，金鈴炙，七返膏，光明蝦炙，通花軟牛腸，生進二十四氣餛飩，餛飩一名餺飥。生進鴨花湯餅，見風消，同心生結脯，金銀夾花平截，雙梓方破餅，梓即盤字。水晶龍鳳膏，玉露團，長生粥，天花餲饠，香脯，玉真公主逍遥炙，素食也。韋巨源《食單》有單籠金乳酥，曼陀様夾餅，巨賜緋含香粽子，八方寒食餅，白龍臛，鳳皇胎，羊皮花絲，丁子香淋脾，紅羊枝杖，昇平炙，八仙盤，雪嬰兒，小天酥，清涼臛碎，五生盤，過門香，紅羅何湯，浴繡丸，纏花雲夢肉庖。《厄言》所載甚詳。余以此皆貪婪淫凶之人，得志一時，窮極口腹，恣意宰割煎熬，損福積業，莫此爲大。余故略記一二，以垂戒後人，不欲多記其品物，及詳其烹調之法也。胡餅納胡麻其中也，胡麻即今之芝麻也。蒸者謂之蒸餅，湯煑者謂之湯餅。糗糒，乾食也。寒具，環餅也，即今之饊子。《周禮》作麪麪。又米麵食皆可稱寒具。臛，多肥汁羹也。炮，火煎也。膾，細切魚肉也。脯，乾肉也。鮓，亦膾之類也。

樊王家《左氏春秋内外傳類選》卷七《飲食・周公閱辭魯饗禮》 《内傳》：僖公三十年，莒，蒲菹。白，烝稻。黑，烝黍。王使周公閱來聘，饗有昌歜，白黑形鹽。辭曰：國君文足昭也，武可畏也，則有備物之饗，以象其德，薦五味，羞嘉穀。鹽虎形。以獻其功，吾何以堪之。

蕭其實《夷俗記・食用》 夷人雖知火食，然亦粗穢之甚矣。其食肉類皆半熟，以半熟者耐饑且養人也。肉之汁即以煮粥，又以烹茶，茶肉味相反，彼亦不忌也。有曰：爲米有磨爲麪，麪和以乳，而不知烹調之法也。酒之名甚多，大抵以乳爲之，厚者飲數盃即酩酊矣。盛以皮囊，名曰殼，殼蓋鴟夷滑稽之遺製也。雖肉食，然客至未嘗特牛歃之也，雖穀食，然終肉氣勝食氣也。其性耐饑，即食一餉彈，飲水一升，可度二三日也。又耐寒，冬夜臥雪中，縮其手足，即雪厚數尺不言凍也。

陶珽《説郛續》卷一一《夷俗記》卷上 食用

夷人雖知火食，然亦粗穢之甚矣。其食肉類皆半熟，以牛熟者耐饑且養人

也。肉之汁即以煮粥，又以烹茶。茶肉味相反，彼亦不忌也。有曰爲米，有磨爲麵，麵和以乳，而不知烹調之法也。酒之名太多，大抵以乳爲之，厚者飲數盃即酩酊矣。盛以皮囊，名曰觳。觳蓋鴟夷滑稽之遺製也。雞肉食，然客至，未嘗特牛歟之也。雞穀食，然終肉氣勝食氣也。其性耐饑，即食一餉彈，飲水一升，可度二三日也。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 汴中節食

汴中節食，因記其名。元陽蟹，元日。油畫明珠，上元油餻。六上菜，人日。湟槃兜，二月十五。手裹行厨，上巳。冬凌，寒食。指天餕餡，四月八。如意圓，重五。綠荷包子，伏日。辣雞臠，二社飯。羅賬羅飯，七夕。玩月奠，中秋。盂蘭餅餡，中秋。米錦，重九糕。宜盤，重至。萱草麪，臘日。法王科斗，臘八。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 名食

江皐緑施之筍。洞庭紫鱭之魚。崑山龍胎之脯。玄圃鳳足之葅。千里蓴羹。萬丈名膾。梁吳筠文安定噎鳩之麥，洛陽董德之糜。河東長若之蔥。隴西羹。萬丈名膾。梁吳筠文安定噎鳩之麥，洛陽董德之糜。河東長若之蔥。隴西舐背之犢。抱罕赤髓之羊。張掖北門之豉。洞庭負霜之橘。仇池帶蔕之椒，調以濟北之鹽。劉以新豐之雞。《餅說》糊牛之腴，肥狗之和，熊蟠之膸，芍藥之醬，薄耆之炙，鮮鯉之膾，秋黄之蘇，白舉之始，山梁之粢，豢豹之胎，楚苗之食，安胡之飯。《七發》芳蓀精粹，霜蔕露葵，玄熊素膚，肥豢濃肌，山鷄斤鷄，殊翠之珍，寒芳令之巢龜。膾西海之飛鱗，臛江東之潛異，鳴漢南之鳴鶉。《七啓》晨鳧露鶴，霜鷄黄雀，封熊之蟠，翰音之跖，鷓髀猩唇，毳殘象白，灵淵之龜，菜黄之鮐，丹穴之鷄，玄豹之胎，犉牛之股，凝脂之飯。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》 五侯鯖

婁護傳食五侯間，競致奇膳，合以爲鯖，世稱五侯鯖。

螺頭龜脚

壽皇宴從官各間所産。洪容齋，番禺人也，曰：沙地馬蹄鱉，雪天牛尾鯉。周益公，廬陵人也，曰：金柑、玉版笋、銀杏、水精葱。又一侍從，浙人也，曰：螺頭、新婦臂、龜脚、老婆牙。四皆海錯。上爲一笑。

橄心槐牙

爛蒸同州羔，灌以杏酪，食之以匕，不以筯。南都橄心麵，作槐牙温淘，糝以襄邑抹猪，炊共城香稻，薦以蒸子鵝。吴興庖人斫松江鱸鱠，繼以廬山康王谷水烹曾坑鬪品。少焉，解衣仰卧，使人誦赤壁二賦，亦足一快也。

赤烏孵化益醴

延篤與李文治書，吾食赤烏之孵麥，餵化益之玄醴，析張騫大宛之蒜，啟晉國郇瑕之鹽。化益即伯益也。

甘露羹

李林甫婿鄭平爲省郎，髮鬢班白，因入内，賜甘露羹。鄭食之，一夕而鬢如鴉。

尊羹

王武子以羊酪示陸機曰：東吴何以敵此。曰：千里尊羹，未下鹽豉耳。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》 食移

江皐緑施之筍，洞庭紫鱭之魚，昆山龍胎之脯，玄圃鳳足之葅。此吴筠《食移》中語。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》 骨董羹

羅浮顛老取飲食雜烹之，名骨董羹。

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》 櫻煎杏酪

嘗鼎上之一臠，嚼霜前之兩盞，爛櫻桃之煎蜜，瀹杏酪之蒸羔。蛤半熟以含蠣燕、粉荔枝，上元造火蛾兒，食玉粱糕。端午作术羹，以花絲樓閣插黍，贈辟瘟扇。七夕使蜘蛛結萬字，造明星酒，裝同心膾。重九迎涼脯羊肝餅，佩瘿木符。冬至煎餳、綵珠、戴一陽巾。臘日造脂花餤，除夜銅刀刻門，埋小兒砚，點水盆燈。因時起事，各有風韻。今俗無一似者，欲約里社，倣而行之，然風景不殊，生令反古，難與俗人言也。

王圻《稗史彙編》卷一二九《飲食門・食類下》 五厨

五厨之説，本出於釋氏，今之士大夫家，華筵盛饌，廣殺牲命，以爲享福，不知易曰王用三驅失前禽。孔子釣不綱，弋不宿，是寓愛物之意，於以禮用物之中。即此，便是盡物之性之一事。五厨之目，一曰戒厨，二曰禮厨，三曰福厨，四曰侈厨，五曰寃厨。王者有郊社，有禘。嘗公卿大夫各主所犯，七日戒，三日齋，不飲酒，不茹葷，與玄壇佛戒之中，厨名香積，一毫腥穢之物不入其間，此戒厨也。以此明德，以此交神，故第一。聖人享以養聖賢，若廻人烹以享，上帝而大烹以養聖賢，若廻人烹曾坑鬪品。少焉，解衣仰卧，使人誦赤壁二賦，亦足一快也。吴興庖人斫松江鱸鱠，繼以廬山康王谷水以時田獵、祭祀、養老、宴賓客之外，不爲自身口腹殺一牲命，不爲孩提呱泣殺一牲命，即孔子獵較釣弋，丈人止子路宿殺鷄爲黍之意。蘇子瞻被逮，就獄中作詩

云：魂飛湯火命如鷄。自是不殺牲，只吃三淨肉。今吳中一二士大夫家，凡宴賓客，惟嚴烟味，自死之物未嘗血，厨不得已而殺牲，亦僅取成禮，即此意也，故曰禮厨，在六道亦居人福，故第二。今人生於王侯公卿富貴之家，其先世有大功德於天下，貽肉食之福於其奕世之子孫。又今之縉紳各敬事後，食而享常秩之燕樂，則農工商賈各勤所事而居積之厚，皆能因分舉禮以自享。一切食功、食命，自可延壽，福德無窮。若恃先世自身應得，如是厚饗殃必及身，故宋仁宗中夜，忍燒羊却貢蛤蜊。邵堯夫詩云：可口味多終作疾，快心事過必爲殃。意亦如此，是曰福厨，故第三。豪家華筵，一日宴會既殺牛、殺猪、殺羊，烹鷄、烹鶩、烹鴨矣。乃更宰鷄鶩鴨以燒之，又數日前，殺而煙之、糟之。魚而有鮮足矣，又更取而煎之、煙之、糟之、鮓之。又曰此常味也，乃羅野雀，獵野獸，取蝦、蠏、蝗、蚶、蛤、螺、鱉、鰍、鱔之類，無不入金鼎而登犀筯焉。嗟嗟，一切有氣血，皆畏刀杖，皆愛壽命，不能不殺牲以供庖厨，乃廣殺牲命，一至此極。甚者宰鷄肋之黄，漬鱟眼之漿燃鼎，大賓之前牽牲而過之，庖丁以其芒刃割肉，旋炒旋献以將敬焉。彼折肉之牲，淋血哀金楚楚，於堂下求生不得，求死不得，而賓主偃然。如是眼前業報，必有疽瘡惡疾，窮乏不給，饑餓羞辱而死。身後果報，必墮畜生，受刀杖而死，以償殺業，是曰侈厨，故第四。十家之市，必有屠宰以供所聚之肉味。間約所聚，宰猪宰羊，分割鬻給，又或網魚賣食，皆是常品人道所需其鷄鵝鴨，聽人家自養自宰以舉禮焉，亦無甚罪業。獨有惡趣之人，不務生理，專一窩殺。賊牛縱繼家犬，斬蛙截蟮，聚蛤樵螺，射宿燉雛，摇巢剔孕。往在市肆見一人，一時殺鵝、殺鴨、殺鷄，各數百隻，分鬻其肉利其，所退羽毛稱鬻田家，磔其五内，另價以賣。嗟嗟，一切如是之厨，哀唫觳觫，千態萬狀，不求爲不殺之術，而求爲屠不求爲常味之屠，而求爲冤，有冤根者必有冤花，有冤花者必有冤果。奈何以一時之射利，而借無間之冤債哉，必墮無間地獄，是曰冤厨，故第五。衢州有宋定光佛肉身，其生常與趙清獻公遊且厚善，既坐化，清獻公記曰：和尚往來吾三衢有年，日募猪頭一箇，晚携入室不見，人號猪頭和尚。忽有偵之者，但見一餓鬼立燈前，和尚以所募猪頭與之，餓鬼輒盡食。偵者笑之，和尚乃出，堂作偈曰：猪頭千個不把片，嘗人來問我我是定光現遂坐化，肉身至今存焉。夫定光現市上宰猪者不爲定光，亦不爲餓鬼，只緣餓鬼有服事之業，不能斷肉味，日募猪頭一個以與之，此淨肉也。若趙清獻公不妄語者，碑至今在，詎不信夫。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 食名

蒸浮萍爲茹曰莽鹽。食菜曰菜茹。粗具曰草蔬。草食曰毛食。迭食曰遞食。四時膳食曰好羞。薄粥曰薄糜。甘錫曰膏錫。乾魚曰枯魚。蟹醬曰蟹胥。醋曰華池左味飣。飲食傳舍曰厨傳。中厨曰内厨。仙厨曰行厨。佛饌曰伊蒲有風。傳削曰吹削，哺當作柿音。饅頭曰裹蒸。粽子類曰水食。罨生麵曰潑生麵，又曰水引麵。餛飩、餺飥曰湯餅，亦曰牢丸。賣餅者曰餅師。作于伏日曰辟惡餅。開爐餅曰衙枚。蜜食曰蜜餌。寒食寒具曰餳餲。饊子曰環餅。餈糕曰粉餈。

僧家食名

僧謂酒爲般若湯，謂魚爲水梭花，鷄爲鎖離菜，竟無所益。人有爲不義而文之以美名者，與此何異。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 八珍

八珍者，淳熬也，淳母也，炮也，擣珍也，漬也，熬也，糝也，肝膏也。先儒不攷而分炮豚炮爲二，皆非也。

王圻《稗史彙編》卷一四《地理門・夷方類》 諸蠻土風

土官風俗，飲酒、燕遊、起居甚爲可鄙，其飲食烹餌與華人不類。蚍鼠百脚蚯蚓蜻蜓皆以登饌，更喜木蠹白大者爲上品。又牛羊脾上黑膜，焙研雜以椒鹽醢食諸肉。【略】

顧充《古雋考略》卷三《飲食類》 殽烝。《國語》：親戚宴享，則有殽烝。烝，升也。升，折俎之殽。

尸饔。尸，主也。饔，熟食也。

侯鯖。婁君卿遊五侯，合五侯餉爲鯖。音徂，與胙同，煎和之名也。

絮羹。《禮記》毋絮羹。注：絮，猶調也。

寒羞。清朝之食也。

玉食。美食如玉也。

餔醊。以食曰餔，以飲曰醊。

糗糒。糗，去久切。乾飯屑也。糒，步拜切。乾餱也。

谷董。《仇池筆記》飲食又作雜烹，名谷董羹。骨董。

四膳。孟春食麥與羊，孟夏食菽與雞，孟秋食麻與犬，孟冬食黍與彘。

掌共羞。共，《釋文》音具。《周禮》：内饔掌共爨，脩刑、膴胖、骨鱐，以待共膳。

膳羞。膳食也，唐人和味，加善爲膳，致滋味爲羞。

八珍。淳熬、淳毋，音模。炮豚、炮牂、擣珍、渍熬、肝膋。

淳毋。八珍名，毋，音模。

糠豉。《陳平傳》亦食糠豉。豉，麥糠中不破者。又《説文》作糗鼓。杜詩作杭，又作秔。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 今人以殺犬食爲諱，宴豆不以登俎豆。然古禮士無故不殺犬豕。孟子謂雞豚狗彘之畜，則犬固與雞豚同食矣。百粵人以蟻卵爲醬，人皆笑之以爲蠻俗，而禮有蚔醢以爲珍味。蚔即大蟻也。閩浙人嗜田雞，北人多笑其食蝦蟇。田雞實非蝦蟇，而周禮有蝈氏，漢宗廟有菟竈、蝈竈，則真蝦蟇矣。可知古人之食，視今尤爲苟簡也。

謝肇淛《五雜組》卷一〇《物部二》 俗云黃金無假，阿魏無真。阿魏生西域中，一名合昔泥。其樹有汁，沾物即化，人多牽羊豕之類繫樹下，遥以物撼其樹，汁落則羊豕皆成阿魏矣。樹上之汁終不可得，故云無真也。其味辛平無毒，殺諸蟲，破癥瘕，下惡除邪，解蠱毒，且其氣極臭，而能止臭。彼中以淹羊肉甚美，中國止入藥物而已。又有馬思答吉者，似椒而香酷烈，以當椒用。有回回豆，狀如椿子，磨入麵中極香，兼去麵毒。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 今大官進御飲食之屬，皆無珍錯，殊味不過魚肉牲牢，以燔炙釀厚爲勝耳，不獨今日爲然也。《周禮》：王之膳，以八珍。八珍者，淳熬也，淳母也，炮豚也，炮牂也，擣珍也，漬也，熬也，肝膋也，此皆燥腸之毓毒，焦胃之斧斤也。其它食用六穀，膳用六牲，飲用六清，羞用百有二十品，醬用百有二十甕，然口不嘗藥蓫之味，目不視鹽菽之祭，徒以耗津液滑天和耳。魯謂周公作法，於儉而肯以養饕訓後世哉。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 枚乘《七發》所謂犦牛肥狗，熊膰鯉膾，秋黃白露，楚苗安胡者，可見當時之珍味止於是耳。其於荔支、子鵝、魚脡、蠵臛，固不數數然也。五方之人，口食既殊，腸胃亦異。海嶠之人，久住北方，嗽麵食炙，輒覺唇焦胃灼。亦猶北人至南方，一嘗海物輒苦暴下，其於蠬蠣蛤蜊之屬，不但不敢食，亦不敢見之。始信《周禮》所載八珍，皆淳熬之類，亦其所習然也。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 羹之美者，則彭祖之斟雉，伊尹之烹鵠，陳思之七寶，明皇之甘露，黃頷之臛。虞悰所遺，倉庚之肉，希氏止妬，元和之龍，東郡之梟。子公以黿亂，鄭子期以羊覆國，鮑能救伍熊可亡紂。至於贊皇一杯費錢三萬，暴殄極矣。彼千里蓴菰，碧澗香芹，杜云錦帶，蘇製玉糝，羅浮之骨董，洪州之槃道，箕季之瓜匏，竇儼之雙彙，仰山之道場，陶家之十遠，吴淑玉杵之咏，相如露葵之賦，備果措大之腹，難入八珍之譜。臨海之猴頭，交趾之不録，嶺南之象鼻，九真之蠶蛹，俗已近夷，不如藜藿。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 東南之人食水産，西北之人食六畜。食水産者，螺蚌蠬蛤以爲美味，不覺其腥也。食六畜者，狸兔鼠雀以爲珍味，不覺其膻也。若南方之南，至於烹蛇醬蟻浮蛆刺蟲，則近於鳥矣。北方之北，至於茹毛飲血，拔脾瀹腸，則比於獸矣。聖人之教民火食，所以别中國於夷狄，殊人類於禽獸也。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 人之口腹，何常之有。富貴之時，窮極滋味，暴殄過當，一遇禍敗，求藜藿充饑，而不可得。石虎食蒸餅，必以乾棗胡桃瓤爲心，使坼裂方食。及爲冉閔所篡幽廢，思其不裂者而無從致之。唐東洛貴家子弟，飲食必用煉炭所炊，不爾便嫌烟氣，及其亂離饑餓，市脱粟飯，食之不啻八珍。此豈口腹貫於前而賤於後哉。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 《文選》有寒鶬寒鼈。《崔駰傳》亦有雞寒。《七啟》：寒芳苓之巢龜。李善注：寒，今胾肉也。《廣韻》：煮肉熟食曰胾。然寒字甚佳，而煮熟之義極甚膚淺，良可笑也。但古人製造多方，周禮膳羞之政，九割烹煎和之事，辨體名肉物及百品，味各有所宜，似非若後世之庖人，一味煮而熟之已也。

謝肇淛《五雜組》卷一一《物部三》 今人之食既自苟簡，而庖人爲政一切調和，醴齊醯醢之屬，皆無分辨。宴客之時，恒以大鍍合而烹之，及登俎而後分，雖易牙不能别其味也。至於火候生熟之節。又無論已不知物性各有所宜，亦各有所忌。如雞宜薑而豕則忌之，魚宜蒜而羊則忌之。古人腥臊膻香死生蠥蕞炮炙酯醢，秩然有條，不相紊亂。至於食齊宜春羹，齊宜夏醬，齊宜秋飲，齊宜冬。九和則春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多鹹，順四時之氣以節宣之，非徒爲口腹已也。今江南人尚多列釜竈諸品不淆，然官厨已不能守其法矣，況北方乎。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・饌》 饌必加籩豆餘肴粱，可以調神暢情，可以安體潤氣，非徒充虚適腹而已也。《周禮》：膳用六牲，珍用八物。而天子于孟夏之月，嘗麥以鮪。仲夏之月，嘗黍以雞。若獸用梅和，用醯膏，用薤脂，用葱，若狗去腎，豚去腦，魚去乙，鱉去醜，而至所謂鴻淵之鯉，大宛之犧，丹穴之雛，雲鵠之鵠，霜熊之掌，飛禽之鮮，犦牛之腴，肥狗之和，洞庭之紫鼈，江

皋之緑葅，昆山之龍胎，玄圃之鳳，足以。至膈鱉、煎魚、蒸豚、炙鵝、猩唇、鷰脾、豹胎、鼈腸，莫不香酸。上天薰流，下地金壺，滋十旬之氣，上案備千品之羞，皆饌之美者也。他如王遠所食之麟肉脯，曹著所食之盧山餚，謝玄卿所食之斑螭髓、素麟脂，則出神僊之供。韋澳所食之銀餅餈，同昌所食之紅虬脯，柳公權所食之月兒羹、剪刀麵，則出上方之頒。金山臺几所備之百味，則出神力之護持。懿宗道塲所薦之瓊膏，則出訶陵之貢獻。而蛟有長三丈者，可以爲鮓。鼠有重萬斤者，可以作脯。茂先之五色龍肉，房州之六月羊酪，洛陽之七夕同心膾，與夫龜炙、鼈羹、馬酪、野豬鮓者，又豈非悅口之芻豢，列鼎之肥甘哉。至乃左慈之犒軍，第陳盤脯，而人分一片，萬衆賞賚皆周。南孝廉之會客，試斫鱠絲，而雷震一聲，化爲蝴蝶飛去者，抑又異矣。

何三畏《新刻何氏類鎔》卷二九《飲饌類・羹》 蓋自彭鏗進雉羹于堯帝，伊尹進鵠羹于湯王。鹽梅之羹，調于傅巖。蓴菜之羹，思于張翰。馬齒之羹，食于唐德。瓜瓠之羹，進于魏文。芍藥之羹，賦于揚雄。露葵之羹，賦于宋玉。鳧鶴之羹，聞于傅毅。河魨之羹，聞於桓驎。錦帶羹發于少陵之吟，玉糝羹形于東坡之咏。廣州之所食黑象羹者，爲其鼻之極肥而脆。交趾之所重不録羹者，爲其味之極旨而濃。陸機之所言，千里羹者，羊酪數斛不能敵其甘。臨海之所啖猴頭羹者，肉膗五腥不能如其美。高皇之封兄子侯頡羹也，則以轑釜之飡，不能得之于丘嫂。武帝之當端午爲梟羹也，則以惡鳥之故，乃欲賜之于群臣。晉叔向受羹一杯于衛人，而返其簟簞之錦。庾杲之食羹數種于樂母，而辭其魚菜之葅。陶碩義郤人遺，而蕪羹無鹽，則何其潔。庾袞恥食人飯，而藜羹不糝，則何其廉。太尉劉寬會朝，有侍婢捧羹翻汚衣上，其意氣甚和，第云爛手。刺史蕭勵徵入，有左右將羹翻濺胸前，其顔色無異，徐起更衣。陸公紀之被羈，餉所調羹而知其爲母者，以念親而見其孝。顗考叔之侍食，舉所賜羹而請遺之母者，以錫類而見其忠。柳直清非設客不二羹，乃其儉朴之家風。李贊皇必二萬錢辦一羹者，乃其奢靡之素性。甘露羹出于上賜鄭平，非從婦翁而得食，何能黑黳于一宵。金鑾羹出于御調李白，非由召見而得嘗，安得承恩于一旦。彭城王刺州而嚴于察吏，謂有主簿投人舍者，嘗以雞爲羹不還其值而食之也，即服罪而布神明之稱。魏元忠對上而苦于畏讒，謂有酷吏入人罪者，如以鹿爲羹，必須臣肉而爲之也，輒涕洟而陳羅織之禍。羹之説亦畧備此矣。

殷紂王以熊羹不熟也，而殺其庖人。漢昭帝以食羹有髮也，而罪其丞令。宋將享士卒，而羊羹不及于御者，遂致入鄭而喪師。魏君享大夫，而羊羹不遍于子期，遂致走楚而亡國。爲國家者，不顧其子，故樂羊受遺羹于中山。爲天下者，不顧其親，故漢高欲分羹于項羽。至謂聖人不食其子羹，而紂烹伯邑考爲羹，以賜西伯。西伯食之而不知者，其然耶，其不然耶。

耿隨明《名物類考》卷三《飲食》 蒸米爲飯曰饋、曰餴。煑粥曰饘、曰糜。厚粥曰饘，薄粥曰饘。熟水曰湯。調和者曰羹。以米粉和羹曰糝羹。以菜曰芼羹。煑飯曰饋。熟食曰饔、曰餼。飲煑飯曰餐。雜飯曰鈕。祭飯曰粢。煑粥曰饘、曰糜。餈。麵食曰餅、曰餺、曰餢飳、曰餫飥。入爐燒者曰燒餅。若以胡蘇曰胡餅。水瀹而食者曰湯餅。裹餡者曰餛飩。籠蒸而食者曰蒸餅、曰環餅、曰牢丸、曰寒具。裹以餹餌曰餡餅。飣食曰飣餖。粉餅曰餌、曰餈、曰餈。蜜餌曰粔籹。煑麥飯曰麪蘆。葉裹米煑食曰糉、曰角黍。乾食曰餱、曰餻。糒、曰麪。米蘗煎曰飴、曰餳。米精曰粢、曰粲。米粗曰糲、曰糙。米碎曰粞。米汁曰泔、曰潘、曰瀋。祠神米曰糈。汰米曰淅。調味曰和醬、曰醋。醋曰醯。鹽曰鹺、曰鹽。醋水曰漿。梅漿曰醷。鹽豆加薑桂曰豉。食之甘滑者曰滫瀡，亦曰糔溲。飯之美者，曰不周之粟，陽山之穄，瓊山之米，南海之秬，南土之秔，東胡之菰。煑菜之美者，曰露葵之羹，雲夢之蓴。王之饋八珍者，厚味曰醲食香曰馥。食滿器曰饛。酒食多曰饎。野餽曰餫。餽食曰饟。餉田曰饁。嫁女送食曰餽。盛禮飯賓曰饗。飲饌送行曰餞。寄食曰餬。廩食曰稍、曰餼。進食曰噬、曰啗、曰啖、曰噉、曰嚼、曰齧、曰餟、曰殮。飲湯曰歠、曰啜、曰嘬、曰嘻、曰嗽、曰飲。飲食聲曰噴。食餘曰餕。食敗曰餲，又曰餧。食傷熱濕曰饐。粗食曰餔。美食曰饘。貪食曰饕、曰餮。饑而歉曰餒。飽而厭曰飫。食不飽曰餿。飽而强食曰饋。

肉食曰膳。有滋味者曰羞。獻食亦曰羞。精肉曰腥。有骨曰腊。肥肉曰羭。筋肉曰腱。夾脊肉曰胁。脇肉曰舶。口上肉曰腮。大臠肉曰胾。曰軒、曰觠。細切曰膾。羹肉曰臛。羹汁曰涪。牛臛曰臐。羊臛曰臐。豕臛曰臆。烹肉曰胹、曰胹、曰脰、曰膊、曰膉。少汁曰膾。多汁醢曰醓。有骨醢曰糝。乾肉析者曰脯、曰脩、曰朘。全者曰腊。乾雉曰腒。曰上。曲者曰朐。有骨脯曰胖。無骨脯曰膮。捶脯加薑桂者曰叚。烏尾肉曰翠。臟肉曰胖胵。煮魚曰

膉。鹽米釀魚曰鮓。漬魚曰鮑、曰葅。魚敗曰鯹。肉敗曰腐。肉蕊氣曰腥、曰羶、曰臊。肉膜曰皺。肉縮曰腶脩。肉熟者曰膾，生者曰胵、曰脹。脂膏曰脾、曰膂。牛羊乳曰酪、曰酥。唇髦殘象、白熊掌、鷄跖、兔胎、鯉尾、鴞炙、駝峯。

酒曰歡伯。周禮三酒，一曰事酒，二曰昔酒，三曰清酒。釀酒曰醞。酒母曰酴、曰醅。一宿熟曰醴、曰酤。重釀酒曰酎、曰酸、曰酴釄。三重釀曰酎。美酒曰酳。清酒曰醥、曰醑。濁酒曰醲、曰醪。醲酒曰醇、曰醁。苦酒曰醓。甜酒曰醣。薄酒曰醨。色紅者曰醍。綠者曰醽。白者曰醥、曰醝。宮酒曰黃封。秬黍香草釀者曰鬱鬯。以茅縮酒曰沸、曰涚，亦曰酹。以筐盛酒曰釃。酒未漉曰酏、曰醅。酒滓滓曰糟粕、曰酵買酒。賣酒曰沽。酌酒曰斟。營酒曰啐。飲酒盡爵曰釂至齒。不飲曰噤、曰咤。酌而無酬酢曰醮。以酒祭地曰酹。沐而飲酒曰棬。食後飲酒曰酳。罰酒曰浮酒。醉曰醺、曰酩酊。酒蘇曰醒。醉容曰酡。酒樂曰酣。嗜酒曰酖、曰耽。病酒曰梧。酒失曰聲、曰愧。醉舞曰傲、曰佹。醉怒曰酗、曰酌。合錢沽酒曰醵。王命大飲曰酺。酒釅曰酷。毒酒曰酖。酒之美者曰醹醁、曰醍醐、曰玉薤、曰丘園。玄碧曰蒼梧。醪醽清曰荊南。富水曰烏程。若下曰榮陽。王窟曰關中桑落。又有鄆筒、新豐、蘭陵、宜春，俱稱上品。

茶稱瑞草之魁。初採者曰茶，晚採者曰荈，又晚者曰蔎、曰荄、曰檟。始芽曰搶。寢大而開曰旗。以搶名者曰雀舌、曰麥顆，以旗名者曰蟬翼。其品則虎丘最貴，天池陽羨次之，龍井六安又次之。名之佳者曰蒙頂石花，曰顧渚紫笋，曰碧澗明月，曰西山白露，曰壽州黃芽。製之美者曰龍團，曰鳳餅，曰瑞雲，曰翔龍，曰月片，曰香乳，曰銀絲，曰冰芽。

徐應秋《玉芝堂談薈》卷二九《單籠金乳酥》 段成式所載食品，今摘其尤者。猩唇，獲炙，鱕翠，獼胦，麋腱，桂蠹石鮧。熊蒸，無鱗蘇膏，荊鼢，竿炙蠙膘，餘甘，雀巨源《食單》有單籠金乳酥，曼陀樣夾餅，巨勝奴貴妃紅，婆羅門輕高麪，御黃王母飯，金鈴炙，七返膏，光明蝦炙，通花軟牛腸湯餅，生進二十四氣餛飩，生進鴨花湯餅，見風消，同心生結脯，冷蟾兒羹，唐安餛金銀夾花平截雙柈方破餅，火餞盞口鏁，水晶龍鳳膏，玉露團，漢宮棋子，長生粥，天花餅饊，賜緋含香粽子，甜雪八方寒食餅，白龍膸，素蒸音聲部，蓬萊仙人金粟平鏁，鳳皇胎，羊皮花絲，逡巡酒，乳釀魚，丁子香淋鴨，葱醋鷄，吳興連帶鮓。西江料紅羊，枝杖昇天炙，八仙盤雪嬰兒，仙人臇，小天酥，分裝蒸臘卯羹，清涼膸，碎筋頭，春煖花寒釀水鍊犢炙，五生盤格食，過門香，紅羅飣湯，浴繡丸，纈花雲夢肉，徧地錦裝鱉，蓧體間縷寶相肝。又謝諷《食經》中節錄五十三種，北齊武成王生羊膾，細供沒忽羊羹，急成小餞飛鶯膾，咄嗟膾，剔縷鷄，爽酒小樣龍鬚炙，千金碎香餅子，花折鵝糕，修羊寶卷，交加鴨腊，君子餅，越國公碎金飯，雲頭對爐餅，剪雲斫魚羹，虞公斷腥鮓魚，羊仙料紫龍糕，十二香點，膸春香，泛湯滑餅，象牙鏁湯餅，浮萍麪，金裝韭黃，艾炙白消熊帖乳花面英，加料鹽花魚目，專門膾，拖刀羊皮雅膾，折筋羹，香翠鶉羹，朱衣飯，餚露醬，山子羊羔，千日醬，加乳腐金丸肉，菜膸鱉，添酥冷白寒具，天孫膾暗裝龍味高細浮動羊，乾坤夾餅，乾炙滿天星，含漿餅，撮高巧裝壇樣餅，楊花泛湯糝餅，天真羊膾，魚膾永加王烙羊，成羹公藏蟹，含春候新治月華飯，無憂腊，連珠起肉。又宋高宗幸清河王張俊第，供進脯腊一行，綠肉條子，皂角鋌子，鰕腊雲夢把兒，肉腊嫻房旋鮓，金山鹹豉，酒腊肉，肉瓜薤，垂手八盤子，揀蜂兒，下酒十五盞，花炊鶉子，荔枝白腰子，嫻房簽，三脆羹，羊舌簽，萌芽肚肱，肫掌簽，鶉子羹，肚肱膾，炒沙魚，襯湯鱔魚，炒蝑，鵝肫掌湯，薤螃南炒膳洗手蠏，鯚魚假蛤蜊，五珍膾，螃蟹清羹，鶉子水晶膾，猪腰假江莜，假根膾，鰕魚湯，薤水母膾，二色蝤兒羹，蛤蜊血粉羹，插食炒白腰子炙，猪肱炙，鶉子脯，潤鷄，潤兔，炙炊餅，彎骨厨。勸酒十味，江莜爆肚，江莜生蝤蛑簽，薑醋香螺，香螺爆肚，薑酸假公權，煨牡蠣，牡蠣爆肚，蟶蚷爆肚，對食十盞，二十分蓮花暢簽，蝤兒羹，三珍膾，南炒鱔，水母膾，鶉子羹，鯚魚膾，三脆羹，洗手蟹，爆肚肱，對展每分時果五盤，晚食五十分，名件二色蝤兒小頭羹，飯肚子羹，笑臘兒脯，鷄脯鴨，又隋煬鏤金龍鳳蟹，唐清風飯同阿餅，蕭家麥穗生寒消粉，辣驕羊玉餅，又有龍上牢丸，湯中牢丸，又稱當時蕭家餛飩，可以瀹茗，庾家粽子，白瑩如玉，韓約櫻桃餳饊色不變。曲良翰能爲驢駿馳蜂炙。及衣冠家名食，有涼胡突鮹鱧魚膾，連蒸麋，麋皮索餅。皇巨源《食單》有單籠金乳酥，曼陀樣夾餅，巨勝奴貴妃紅，婆羅門輕高麪，御黃王母飯，金鈴炙，七返膏，光明蝦炙，通花軟牛腸湯餅，生進二十四氣餛飩，生進鴨花湯餅，見風消，同心生結脯，冷蟾兒羹，唐安餛金銀夾花平截雙柈方破餅，火餞盞口鏁，水晶龍鳳膏，玉露團，漢宮棋子，長生粥，天花餳饊，賜緋含香粽子，甜雪八方寒食餅，白龍膸，素蒸音聲部，蓬萊仙人金粟平鏁，鳳皇胎，羊皮花絲，逡巡酒，乳釀魚，丁子香淋鴨，葱醋鷄，吳興連帶鮓。西江料紅羊，枝杖昇天炙，八仙盤雪嬰兒，仙人臇，小天酥，分裝蒸臘卯羹，清涼膸，碎筋頭，春煖花寒釀水鍊犢炙，五生盤格食，過門香，紅羅飣湯，浴繡丸，纈花雲夢肉，徧地錦裝鱉，蓧體間縷寶相肝。又謝諷《食經》中節錄五十三種，北齊武成王生羊膾，細供沒忽羊羹，急成小餞飛鶯膾，咄嗟膾，剔縷鷄，爽酒小樣龍鬚炙，千金碎香餅子，花折鵝糕，修羊寶卷，交加鴨腊，君子餅，越國公碎金飯，雲頭對爐餅，剪雲斫魚羹，虞公斷腥鮓魚，羊仙料紫龍糕，十二香點，膸春香，泛湯滑餅，象牙鏁湯餅，浮萍麪，金裝韭黃，艾炙白消熊帖乳花面英，加料鹽花魚目，專門膾，拖刀羊皮雅膾，折筋羹，香翠鶉羹，朱衣飯，餚露醬，山子羊羔，千日醬，加乳腐金丸肉，菜膸鱉，添酥冷白寒具，天孫膾暗裝龍味高細浮動羊，乾坤夾餅，乾炙滿天星，含漿餅，撮高巧裝壇樣餅，楊花泛湯糝餅，天真羊膾，魚膾永加王烙羊，成羹公藏蟹，含春候新治月華飯，無憂腊，連珠起肉。又宋高宗幸清河王張俊第，供進脯腊一行，綠肉條子，皂角鋌子，鰕腊雲夢把兒，肉腊嫻房旋鮓，金山鹹豉，酒腊肉，肉瓜薤，垂手八盤子，揀蜂兒，下酒十五盞，花炊鶉子，荔枝白腰子，嫻房簽，三脆羹，羊舌簽，萌芽肚肱，肫掌簽，鶉子羹，肚肱膾，炒沙魚，襯湯鱔魚，炒蝑，鵝肫掌湯，薤螃南炒膳洗手蠏，鯚魚假蛤蜊，五珍膾，螃蟹清羹，鶉子水晶膾，猪腰假江莜，假根膾，鰕魚湯，薤水母膾，二色蝤兒羹，蛤蜊血粉羹，插食炒白腰子炙，猪肱炙，鶉子脯，潤鷄，潤兔，炙炊餅，彎骨厨。勸酒十味，江莜爆肚，江莜生蝤蛑簽，薑醋香螺，香螺爆肚，薑酸假公權，煨牡蠣，牡蠣爆肚，蟶蚷爆肚，對食十盞，二十分蓮花暢簽，蝤兒羹，三珍膾，南炒鱔，水母膾，鶉子羹，鯚魚膾，三脆羹，洗手蟹，爆肚肱，對展每分時果五盤，晚食五十分，名件二色蝤兒小頭羹，飯肚子羹，笑臘兒脯，鷄脯鴨，又隋煬鏤金龍鳳蟹，唐清風飯同阿餅，蕭家麥穗生寒消粉，辣驕羊玉

尖麵，玉筋羹，同昌公主消靈炙紅虬脯，郭進蓮花餅餡，宋寇樓子膾，仇士良赤明香脯，玉真公主逍遥炙，虢國夫人翠鴛堂透花餲靈沙臛。白居易受賜防風粥，柳公權受賜剪刀麵，月兒羹。唐御食及進士曲江賜紅綾餅，韋澳孫宏受賜銀餅餡。琴堂美事有蘭香粥，唐風俗重葫蘆醬，桃花醋，炤水油。《退耕傳》：許康年謁劉遜，贈鳴牙餅千枚。《揚州事蹟》：仲端嗢謝廷皓，聚香團，鹿宜孫，喜食蟬蚌炙。此外《東京夢華録》泗水潛夫所載，宋時飲食名目頗夥，不暇詳録。又古八珍，見《周禮》淳熬也，淳母也，炮豚樴珍也，漬也，熬也，糝也，肝膏也，炮牂也。後世八珍，龍肝也，鳳髓也，兔胎也，鯉尾也，鶉炙也，猩唇也，熊掌也，酥酪蟬也，以羊脂爲之。見吕希哲《雜記》。迤北八珍，醍醐也，麈吭也，野駝蹄也，鹿唇也，駝乳麋也，天鵝炙也，紫玉漿也，玄玉漿也，即馬姊見陶九成《輟耕録》。

古人文章述飲食之美者，《七發》曰犎牛之腴菜，以筍蒲肥狗之和，冒以山膚，楚苗之食，安胡之飯，熊蹯之臑，勺藥之漿，薄耆之炙，鮮鯉之鱠，秋黄之蘇，白露之瓜，蘭英之酒，酌以滌口，山梁之餐，豢豹之胎。《七啟》：芳蒓精粹，露蓄霜葵，玄熊素膚，肥豢膿肌，蟬翼之割，剖纖折微，山鷄斥鴈，珠翠之珍。寒芳苓之巢龜，膾西海之飛鱗。臛江東之潛鼉，鵬漢南之鳴鶉。糅以芳酸，甘和既醇。《七命》曰：大梁之黍，瓊山之禾，六禽殊珍，四膳異餚，味重九沸，和兼芍藥，晨凫露鵠，霜鷄黄雀，封熊之蹯。翰音之跖，燕髀猩唇，毳殘象白，靈澗之龜，菜黄之鮐，丹穴之鷄，玄豹之胎，煇以秋橙，酤以春梅。范公之鱗，出自九溪，繁肴既闋，亦有寒羞。商山之果，漢皇之榛，析龍眼之房，剖柳子之殼。芳旨萬選，承意代奏。梁昭明太子《七契》曰：不周之和，調腸補胃，雜以龍肝，玃炙、豹舌、猩唇，劉氏之醢，范公之鱗，鶴出雲際，鱘來江岷，蒲俎芬馥，古聖所珍。西母靈桃，南楚萍實，東陵之瓜，北燕之栗，湖畔之柿，江陰之橘，張掖白奈，恒陽黄黎，河東洗犬，隴蜀蹲鴟，怡神甘口，窮美極滋。梁簡文《七勵》曰：蟬鳴秋稻，燕鵠玉精，離紅之膾，芍藥之羹，蒙山擅重，灌水傳聲，桂蠹石瓊，龍胎鳳肺，四膳八珍，五肉七菜，越梅變實，楚醴方添。洗以三危之露水，陳晨凫之美味，薦雋燕之肥甜。洗以三危之露水，調以大夏之香鹽。霜薤沸烈，露葵繁舒，芳菰之菜，白露之茹。澄瓊漿之素色，雜舍筍之甘俎。《七召》曰：銅瓶玉井，金釜桂薪。六穀九鼎，百葉千珍。熊蹯虎掌，鷄跖猩唇。鰿魚兩味，玄犀五肉。捨卵鳳巢，剖胎豹腹。三臠甘口，七薤悃目。蒸餅十字，渴官五熟。梅椒魯豉，河鹽蜀薑。黿羹流歡，蚳醬先嘗。鱠温湖之美甜，切丙穴之嘉鮪。蔗有盈丈之名，桃表兼斤之實。杏積魏國之貢，菱爲鉅野所出。衡曲黄梨，汶垂蒼栗，隴西白榛，湘南朱橘，荔枝沙棠，葡萄石蜜，瓜稱素腕之美，棗有細腰之質。並抗吻以除煩，亦咀牙而消疾。梁吴筠移有江皋緑施之筍，洞庭紫鱗之魚，崑山龍胎之脯，玄圖鳳足之薤，千里蓴羹，萬丈名膾。吴筠餅説，有安定噎鳩之麥，雒陽董德之糜，河東長若之葱，隴西舐背之犢，抱罕赤髓之羊，張掖北門之豉，洞庭負霜之橘，仇池連帶之椒，調以濟北之鹽，劑以新豐之鷄。《拾遺記》：宋景公食善星文者，渠滄之鳧，煎以桂髓，叢庭之鷄，蒸以蜜沫。淇漳之鱧，脯以青茄，九江珠穌，爨以蘭蘇，可補此篇之遺。

徐應秋《駢字馮霄》卷一九《釋名・飲饌藥餌》

君子飣。

越國公碎金飯。

十二香點臛。

天孫膾。

暗裝龍味。

乾炙滿天星。

無憂腊。

新治月華飯。

暘緋含香粽子蜜。

甜雪。

麒麟草。元和時，館閣湯飯待學士者，剪麒麟草。《鳳翔耕録》

竹粉湯。夏侯鈭謁盧懷慎，坐終日得竹粉湯一盞。

胡奓炙。十金一拌。《豐年録》

肴脯。食久不上也。

麩煮。麥飯也。

酺聚。飲食也。《宛委餘編》

芋郎君。《影燈記》：洛陽人家，上元各造芋郎君食之，宜男女。

柳綿肝。《文房寶餚》：毛重于導江春日宴賦散語，主人曰吾勸以陸澡鮪，賞以柳綿肝。

分衛。乞食也。

鉢和羅。自恣食也。

佉陀尼。可食物也。

頭檀。淨飯也。

半者訶但尼。可嚼食也。

殺胾胸末。《曲禮》：凡進食之禮，左殽右胾，食居人之左，羹居人之右，膾炙處外，醯醬處內，葱渫處末，酒漿處右，以脯脩置者，左朐右末。肉帶骨曰殽，純肉切曰胾。左殽右胾分剛柔也，食左羹，右分燥濕也。膾炙異饌，故在殽胾之外，醯醬食主，故在殽胾之內。葱渫，蒸葱也。胸，中屈也。胸末一物，以頭尾分左右便于食也。胾音注，食音士，炙音柘，渫音裔，胸音劬。

肺膞。盧湛《祭法》：四時祭，皆用肺膞。《說文》：膞，切熟肉于血中和也。《釋名》：肺膞，鎖也，泉膠之如膏，鎖也。

膴肥羶獻，鄮合明粢。凡祭宗廟之禮，牛曰一元大武。元，頭也。武，足也。牛肥則跡大。豕曰剛鬣。豕肥則鬣剛也。豚曰肥腞，腞，充滿也。羊曰柔毛，羊肥則毛細也。鷄曰翰音，鷄肥則鳴長也。犬曰羹獻，肥可爲羹以獻也。雉曰疏趾，雉肥則兩足開張也。兎曰明視，兎肥目開而明。黍曰鄮合，黍熟則氣香粘聚。粱曰鄮，其穀者强，莖葉亦香。稷曰明粢。稻曰嘉蔬。苗蔬則茂佳美，四者簠簋之實。韭曰豐本。鹽曰鹹鄮。以上俎豆之實。

醯酢。《食貨志》：醯酢，灰炭。注：酢，酢漿也。

糯醪。《李廣傳》：持糯醪遺廣。糯，乾飯也。醪，汁滓酒也。

腊胸。調飪也。

餺餭。餬也。

餲餲。飽也。

餯饘。強食也。

飪餬。寄食也。

咳敏朶頤。欲食也。

醒螻。飲食不堪也。俱《駢雅》

肴膳。《淮南子》周公肴膳不收于前，鐘鼓不解于懸而四夷服。

伊蒲。佛饌也。

肴睇。食久不上也。《宛委編》

觿翠犓肥。《酉陽雜俎》：食品有葫精細飄，觿翠犓肥。

膜胰。《元行冲傳》：腯腯豚胰，以洪滋膞。

蒲闍尼。正食也。

佉闍尼。不正食也。

半者蒲。善尼五噉食，謂麨飯、乾飯、魚肉也，即正食。

半者珂。但尼五噉食，謂枝葉花果細末磨食，即不正食也。

搠羅脫因。一曰撒速，西天飯食也。

頭檀淨。飯也。

烏沙他。齋也。

烏脯他。受齋也。

七返膏。

見風消。

蓬萊仙人。

金粟平鎚。

鳳皇胎。

羊皮花絲。

偏鏤卵脂。蓋飯面裝襍味也。

爽酒十樣卷生。

龍鬚炙。

堇荁枌榆，兎葵滫瀡。《內則》：棗栗飴蜜以甘之，堇荁枌榆、兎葵滫瀡以滑之，脂膏以膏之，飴糖也。堇荁，菜名，扮似榆，四物之鮮，爲兎陳，爲葵滫，爲瀡，爲滑之，膏之，皆調和飲食之味。堇音謹，荁音丸，兎音問，葵音考，滫音脩，瀡音髓。

什甘之、滑之、膏之，皆調和飲食之味。堇音謹，荁音丸，兎音問，葵音考，滫音脩，瀡音髓。

芳菰精稗。又曹植《七啟》芳菰精稗，霜蕾露葵。注：菰稗，草名，其實如細米，可以爲飯。蕾，菜名，此物與葵，宜于霜露。

御宿祭青。《酉陽襍俎》食品有御宿祭青。

張存紳《增定雅俗稽言》卷九《飲食上》 精粗。古人以十斗爲一斛，一斛粟得米四斗爲精，三斗爲鑿，二斗爲粹。論語食不厭精。注：精鑿也。一斛粟得米六斗爲糲，糲音賴。《漢書》：共食粗糲。注：糲，粗米也。杜子美云：百年粗糲腐儒餐，謂此也。嘗覩慈覺禪師云，飲食於人日月長，精粗隨意寒飢倉。下喉三寸成何物，不用將心細較量。噫悟，此可省口腹矣。今世士大夫有以口腹故而簞瓢屢丁，甚有以此累身者，抑獨何心哉。昔李衛公德裕，每食一杯羹，約

貲錢三萬，侈佚若此，暴殄爲辜，崖州之行，宜其及矣，於奇章乎何尤。牛僧孺字思黯，封奇章公。魏文帝與朝臣書：江表惟長沙有好米，炊食五里聞香。梁庾景食石頭常平倉盡，米一斗，七八萬錢，自古米貴，未有如此之甚者。漢宣紀穀石五錢，白古米賤，未有如此之甚者。鄒諺云：快使糟頭慢使來，此貴賤之説也。荆南孫孺之亂，斗米四十千，人持金寶換得一撮一合，謂之通腸米。言飢人煎米飲之，可以稍通腸胃也。諺云：飢時得一口，飽時得一斗。亦謂一口可以通腸耳。東坡云，讀杜子美減米散同舟之句，可以振貪懦於百世之下也。唐開元勅，度以十寸爲尺，量以十升爲斗，皆秬黍爲定也。鐘律冠冕湯藥皆用之，此外官私悉用大者，則黍度一尺外增二寸，黍量一斗外增三升也。又開元勅，麪以三斤四兩爲斗。

一頓。俗語飯曰一頓，其語古亦有之，頓亦作鈍，《文字解詁》：續食曰頓。《漫録》曰：食可以言頓。《世説》云：羅友曰欲乞一頓食。《隋煬帝紀》：每之一所，輒數道置頓。元微之《連昌宫詞》：駈令供頓不敢藏，然不惟食可言頓。如《前漢書》一頓而成，《晉書》：一時頓有兩玉人。王忱嗜酒，以大飲爲上頓。而釋常談引《世説》以证一頓二字出處，不知二字已見《前漢書》矣。世俗類以小食爲點心，自唐時已有此語。按：鄭僧爲江淮留後，家備夫人晨饌，夫人顧其弟曰，治妝未畢，我未及餐，爾且可點心。或謂小食，亦罕知出處。按：《昭明太子傳》：穀貴，改常饌爲小食。此其始也。

《仇池筆記》載陸道士詩：投醪骨董羹鍋内，掘窖盤遊飯盌中。骨董羹者，羅浮穎老取飲食雜烹之也。唐劉朝霞《温泉賦》作骨懂，晦翁作汨董，一作谷董。今俗雜寶玩器自當取骨董之義，而口古董者非也。江南人好作盤遊飯，以鮓脯膾炙埋在飯中。諺云掘得窖子。諺又云有鮓莫放飯盌底。亦寓言也。記云：母放飯，謂置飯于器也。孟子注：放飯，大飯也。二説不同。《説文》雕菰亦名蔣。《内則》注：作雕胡，亦作安胡。枚乘《七發》：安胡之飯。注今所食茭苗米也，其米色黑，管子謂之雁膳。杜詩波漂菰米沉雲黑，是也。坡《仙集》錢文穆嘗召東坡食畢飯，及至，止設飯一盂，蘿蔔一楪，白湯一盞，蓋以三白爲畢飯也。後數日，坡復召錢食毳飯，錢意必有毛物相報，比至日晏，不設食，錢餒甚。坡曰飯也毛，蘿蔔也毛，湯也毛，只此三毛，便是毳飯也。錢笑以爲善謔。又《魏王語録》載爲文潞公説郭震任介事，當以坡集爲信。畢么上聲，毳音翠，《佩觿》云：河朔謂無爲毛。功臣表，靡有孑遺耗矣。孟康曰：耗音毛。顔師古曰：今俗語謂無爲耗。《馮衍傳》：飢者毛食。注按：《衍集》毛字作無，余邑士人謂無爲冒，竊嘗疑之。今按《韻書》耗，訓無也，盡也，單作毛，收平聲，又收去聲，則士人之所謂冒，從耗去聲，但不知其字爲耗耳。

葉向高、林茂槐《説類》卷五二《飲食部・水陸食》 東南之人食水産，西北之人食六畜。食水産者，龜蛇螺蛤以爲美味，不覺其腥也。食六畜者，狸兎鼠雀以爲珍味，不覺其膻也。博物志

顧起元《説圀》卷二五《食憲》 籩有四朝事、饋食加籩羞。籩豆亦有四朝事，饋食加豆羞豆籩，實之目十有八，而稟重出豆實之目二十有四。而醢醯魚醢。重出朝事，籩實鱶薨，白黑形鹽，膴魚醢鮑魚鱐。烝麥曰鱶，麻曰薨，稻米曰白，黍米曰黑，蓋以麥麪麻子稻黍末作餅餤。注謂清朝進寒具，口實也。形鹽，《左傳》所謂鹽虎形。膴音呼，《説文》云：無骨脂。注謂膟生魚爲大臠。疏爲魚腹腹鮑，部巧切。《韻書》云：體，魚也。注謂糒室中糗乾之字。從魚，蓋魚之糗而乾者也。魚鱐之鱐，音搜，魚之折而乾者也。膴以腥薦，鮑鱐以乾薦。糒字，按《説文》火焙肉，恐是鮑者，火焙而乾，故均之爲乾魚而異名也。一時頓有兩玉人。王忱嗜酒，以大飲爲上頓。膴爲魚腹腹，則膴鮑魚鱐皆魚也。朝食爲米食，寒具，魚乾之屬可夙具者也。饋食籩實，棗栗桃乾蔆榛實。注謂蔆爲梅，謂榛似栗而小。饋食始備米實也，加籩菱芡栗脯脩。注謂菱，芰也。謂芡，雞頭也。或云四角三角爲芰，兩角爲芡。鄭司農以栗在加籩，饋食重出作菱芡脯脩。薄析曰脯，施薑桂曰脩，言修治脯也。羞籩糗餌粉餈。注謂煞成豆米曰糗。《説文》：煞米麥。《通釋》：爆乾米麥要之，米麥豆皆可爲餌者也。注：以粉爲豆，屑米麥豆，亦皆可爲粉，但粉以豆爲明滑，故專以豆言之。餌與餈名實相近，合蒸曰餌，餅之曰餈。疏云：糗與粉爲一物，糗者擣粉煞大豆。餌言糗，餈言粉，互相足也。鄭康成云：二物皆粉稻米黍米合以爲餌，餌不餅而餈作餅。今之餈糕名出於此。凡今俗下餅餌餈糕，其制多出於古人，其名已載於經典，觀於籩實可見也。朝事豆實韭菹、醓醢、昌本、麋臡、菁菹、鹿臡、茆菹、麋臡菹，莊魚切。《説文》：酢，菜也，今俗設菜柈中漬菜，皆菹之遺法。醓，吐感切，注謂肉汁。《説文》謂血醢。醢者，《説文》肉醬。臡音泥，亦醢之異名。注謂有骨曰臡，無骨曰醢。凡作醢及臡者，先膊乾其肉莝之，雜以粱麴鹽酒，置瓶中百日即成。今俗用鮭醬，皆臡醢之遺法。昌本，昌，菖根也。菁菹，蔓菁，菜也。茆菹，鄭司農作茆，杜子春音卯，曰鳧葵也。康成疑茆不堪菹，從杜説。按：《魯頌》：薄采其茆。《釋文》云：即尊菜也。麋鹿麋三

鸚，皆莖骨和肉爲百日醬，皆在朝事之豆，亦取晨朝，易於夙辦餉食。豆實唯葵菹，在七菹之列，餘皆薆醢、葵菹、蠃醢、脾析、鹽醢、唇蚳醢、豚拍魚醢。葵爲百菜之長，故饋食豆實首葵，而他菹莫配焉。脾析蜃豚拍，皆五齏中件目。脾析，牛百葉，俗呼牛胃爲百葉，已見《周禮》注矣。蜃，《說文》大蛤。豚拍之拍，先鄭讀爲膊，言脅也，三者近於鸞醢而曰齏。齏者以百葉諸物細切之，和以醢醬，不待瓶中百日而成，故別爲齏也。齏，注謂蝛蜮。按《方言》：燕趙間以爲蜘蛛，《韻書》以爲蝸牛。蜘蛛、蝸牛非可食者。疏釋引《爾雅》爲證，彼《爾雅》乃訓詁之儒集經注以爲書，或疑《內則》有蝸醢，恐是蝛蜮蝸牛之謂。然《內則》之蝸乃力戈切。《集韻》古螺字作蝸。韻釋云：蚌屬也，非蝸牛之蝸矣。陸佃直謂蝸牛可醢，蓋爲禮注所誤爾。蠃螺字亦作蝸，《韻書》以爲香螺也。蠃注謂小蛤，《韻書》以爲蚌，狹而長者。蚔，漢儒相傳爲蚍蜉白子，亦恐不然。蚍蜉未必可食也，取白子傷生，二也。按：天官有鼈人掌取互物祭祀，供鱉蠃蚔以授醢人，則蚔與鱉蠃皆當是螺蛤同類。既掌以鼈人之官，可知爲水族之產。若以《國語》爲證，則《國語》亦但言舍蚔不取，未嘗指蚍蜉之子可取而食也。唯《夏小正》於二月言昆小蟲抵蚔，其傳曰：蚔蟥卵爲祭醢。《夏小正》本文無幾，其解說處多是漢儒附會，未可盡信。按《月令》方春和時，母殺孩蟲胎、夭飛鳥母、麛母卵，豈有二月正春，殲蟥穴以爲豆實之奉哉。巷伯成是貝錦，注以貝爲餘蚔，貝之黃質白文者，或可爲鼈人互物之證。蚔或從身。《醫書》云：食之益壽明目。豈必蟥卵，而後謂之蚔哉。鼈人春獻鱉以爲醢，故小正以二月抵蚔，此雖流傳已久，而必當改正者。小正以鱉爲蒲蘆，朱子以爲其書不足信。愚於蚔爲蟥卵，亦不敢以爲信，唯魚醢用魚可免。注者妄言矣，加豆之實，芹菹、兔醢、深蒲、醓醢、茆菹、鴈醢、筍菹、魚醢、芹楚葵水菜類蒿，深蒲或云桑耳，或云蒲，始生水中。韓奕詩云：其蔌維何，維筍及蒲。知蒲可爲菹，不必曰桑耳也。茆有苔、迫二音。鄭注云：水中魚衣即苔也。今海鄉之人乾苔以爲菜茹，或疑茆字從竹爲茆，箭筍竹萌不思筍萌，亦筍爾。既有筍菹，安用箭萌。繡文竹草相似，其爲蒼菹，何惑焉。兔醢用兔，鴈醢用鴈，魚醢用魚，如上文羞豆之實酏食糝食。酏音移。鄭司農云：以酒酏之糝食也。酏食，鄭司農云：稻米爲餅。疏云：若今起膠餅。康成曰餈。賈氏曰粥。《禮記》有稻酏黍酏。《周禮》呼稱於酏，酒正之五飲，皆用酏也。糝食，鄭司農云：菜餚蒸。康成曰：取牛羊豕之肉三如一，小切之，米二肉一，合煎爲餌。鼎卦公餗之注云：糝食也，震爲竹，竹萌爲筍，餚之爲菜，則糝食未嘗不用筍菹之筍也。糝食、糁食、糝食、糁食，皆莖骨和肉爲百日醬，易於夙辦餉食。豆實唯葵菹、

名。謝諷《食經》，其異者有飛鴈膾、剪雲析魚羹、紫龍膏、象牙餹、恬乳、花面英、朱衣餤、千日醬、越國公碎金飯、新治月華飯等名。又陶穀《清異録》食品，有煬帝嗜帝纓金龍蟹、寶曆御庖、清風飯、張彌寒消粉，上供玉尖麪。張手美澆店有人日六一菜，重九米錦，臘日萱草麪。吴淑有玉杵羹、金綿鮓。《西湖遊覽志》載清河王張俊供高宗食品，其異者荔枝白、玉蕤羹、水晶膾、二色圓兒羹、蓮花鴨簽。又《清異録》載金陵七妙，有蠶可照面，餛飩湯可注硯，餅可映字，飯可打擦臺，濕麪可穿結帶，醋可作勸盞，寒具嚼著驚動十里人。

顧起元《説略》卷二五《食憲》 蔡太師京厨婢數百人，庖子亦十五人。段丞相有老婢名膳祖，四十年閲百婢，僅九婢可嗣法。孫節度承佑一宴殺物命千數，蔡京每殺鵪子輒千餘。承佑每謂人今日富有小四海矣，謂南蟞蛘、北紅羊、東蝦魚、西粟，皆備也。《尸子》曰：桀紂必南海之蓋、北海之鹽、西海之菁、東海之鯨。

何太宰曾每宴不食尚方食，晉武帝令就其家取之。帝幸王武子第，侍婢數百人，各持琉璃器供膳食，蒸豚有異於常。問乃以人乳飲之。齊武帝幸芳林園，就虞悰求扁米糰，獻糰及雜肴數十輿，大官不及也。上欲求飲食方，悰祕不肯出。上醉後體不快，悰僅獻醒酒鯖鮓一方而已。

食之多者，波斯王每食酪肉麨，蜜至二石餘，肥重不能行佛，爲説法乃減一石。廉頗七十餘，一飯斗米秤肉。注云：秤十斤也。苻堅、拂蓋郎、夏默等三人，長至丈九尺，每食飯一石，肉三十斤。宋明帝嗽白肉至二百片，蜜漬鯫鮧一頓數金鉢，蕭穎胄嗽白肉鱠至二斗。南燕慕容德時逢陵長王鷟長九尺，腰帶十圍，貫甲跨馬不由鐙，德見而奇之，立盡一石。《唐忠義傳》張興一飯斗米，肉十斤。湖南馬希聲日食雞五十，張司空齊賢龍相，知安陸賓客會厨吏，密賞一金漆大桶，廳側窺公所飲食，如其物投桶中，至暮漲溢桶外。公一食肥豬肉輒十餘斤，風藥黑神丸常人服不過彈許，公常以五兩爲大劑，夾以胡餅頓食之。趙丞相雄上殿奏事，上從容問曰：聞卿善啖，欲作小點心相請，如何。趙起謝，遂命内侍捧史忠惠所進玉海容三升者賜之。凡七賜皆醼，繼以金杯捧籠炊百枚，食其半，上曰：卿可盡之。遂食至盡，上爲之一笑。後南帥日欲求其偶而不得有，以兵馬監押薦者召對飲，各盡酒三斗，豬羊肉各五斤，蒸糊五十事，趙已醉飽摩腹，而其人尚醒，因更進酒斗許。將别，其人腹間忽若然有聲，蓋恒時束革帶限之漲而斷也。

古人有偏嗜，文王嗜昌歜，齊王嗜雞跖，王莽嗜鮿魚，曾晳嗜羊棗，宋明帝嗜蜜漬鯫鮧，一食數升。范汪嗜生梅，頃刻食一斛致盡。蕭宏嗜鱓魚頭，日進三百。魏徵嗜醋芹，孫承佑嗜鯉魚鰓肉，馮延巳嗜山雞。其尤奇者劉邕嗜瘡痂，鮮于叔明嗜蟠蟲，周薛震好食人肉，周刺史張懷肅，唐郎中任正言好食人精，權長孺好食人爪甲。

顧起元《客座贅語》卷一《珍物》 果之美者，姚坊門棗，長可二寸許，膚赤如血，或青黄與朱錯，駁犖可愛，瓤白踰珂雪，味甘於蜜，實脆而鬆，墮地輒碎，惟吕家山方幅十餘畝爲然，它地即不爾，移本它地種亦不爾。湖池藕，巨如壯夫之臂，而甘脆亡查滓，即江南所出，形味盡居其下。大板紅菱入口如冰雪，不待咀咬而化。靈谷寺所産櫻桃獨大，色爛若紅韎鞨，味甘美，小核，其形如勾鼻桃。園客曰：此乃真櫻桃也。又鴨脚子亦巨於它産，實糯而甘，以火煨之，色青碧如瑠璃，香味冠絶，秋深都人點茶，以此爲勝。魚之美者鱘魚，四月出，時郭公鳥鳴，捕魚者以此候之，魚游江底，最惜其鱗，財挂網即隨水而上，甫山水死矣，鱗如銀，纖明可愛，女工以爲花牋。其次爲河豚，形醜而性易怒，顧獨愛五色綵縷。漁者繫綵縷以鉤沉數十丈之下，豚見綵縷羣趨之鉤，財着皮輒勃然怒，腹脖脬反白，上浮水面矣。捕者手拾而擲舷中。蒸尾者，獨眼者，腩而不熟，與其子未經鹽淹者，若血滌除未净，屋上塵墮者，食之皆能殺人。解之用蘆筍，或橄欖甘蔗，或曰鴨卵，生啗之良。刀鱠魚出水而死類鱘魚，頭有長鬣二。漁者言鱠最愛鬣，捕用絲網最柔，稍冒其鬣，魚輒伏不動，隨網舉矣。其次則玄武湖之鯽魚，其脊黑而厚，鱗之在腹下者尤堅，大者可一三觔，顧以禁地，人間不恒有也。蔬茹之美者，舊稱板橋蘿蔔善橋葱，然人頗不貴之。惟水芹之出春初，雍菜之出夏半，茭白之出秋中，白菜之出冬初爲尤美。白菜鹽菹之可度歲，周顒所謂秋末晚菘者即此物也。若昔人稱秣陵哀家梨與千里專，今絶無此種。《南畿志》又紀聚寶山之石子，今亦絶少，其足堪東坡怪石供者，兢尋于六合靈巖山矣。

陳懋仁《庶物異名疏》卷一六《飲食部》 甘需。西王母與燕昭王遊所設之饌也。見《仙傳拾遺》

畢羅。《老學庵筆記》：集英殿宴金國人使九盞，其五曰羣仙炙，太平畢羅。逐夷。《南齊書・虞愿傳》：帝素能食，尤好逐夷，以銀鉢盛蜜漬之，一食數鉢。

骨董。羅浮顛老取飲食襍烹之，名骨董羹。

祭青。《酉陽襍俎》：食品有御宿祭青，一云粲。

周履靖《群物奇制・飲食》

炙肉，以芝蘇花爲末置肉上，則油不流入火中。○煎烏賊，研入醬同煎不出水，且味佳，或入蜜最妙。○糟鱉留久則沙，見燈亦沙。治法，皂角一寸置瓶下，則不沙，或用焊炭少許亦妙。糟蟹法，詩云：三十團臍不用尖，陳糟觔半半觔鹽，再加酒醋各半碗，喫到明年也不淹。○煮老雞以山裏果煮就爛，或用白梅煮亦好。○枳實煮魚則骨軟，或用鳳仙花子。○打血不就者，用燈心在內，或壁土亦可，一云用一順攪則就，若逆攪之則不就。○醬內生虫，以馬鞭草碎切入之，虫即死，或用川椒亦可，或加熬熟香油，百部入之。○糟茄入石綠，切開不黑，或用黃道日則色黃。用線纏勒去蒂，不許用刀切。○糟姜餅內安蟬殼，雖老姜亦無筋。○煎白腸用荸薺末，臨熟撒之則香脆，一云芝麻花乾末糝亦好，或用鳳仙花爲末。○煮魚羹，臨煮熟入川椒多則去鯹。○食蒜令口中不臭，用生姜棗子同食，或呷醋一口，或食芝蘇尤妙。○煮菱要青，用石灰水拌過，先洗去灰煮則青。○煮鱉用蜜塗之，候乾煮之則青，或用北五味煮之，或以礪砂水塗候乾煮之。○酒中火焰，以青布拂之自滅。○做飯入朴硝在內，則自各粒而不相粘。○煮牛馬令易爛，入姜杏仁妙。○米醋內入炒鹽則不生白衣。○煮河豚忌荊介，如或不忌，食之則有毒。○用鹽洗豬臟肚子則不臭，或以水洗肚翻過洗淨，令乾了，以乾麵糝之，一茶時久便洗去麵，垢隨麵去，久住則連肉爛了。○煮素羹用枇杷葉爲細末入之妙。○煮木犀蟹，用木犀花鋪釜底，少水煮之則青。○煮雞子令一層層熟相間者，以火煮令一著一滅頻炒動，則層層熟入去。○作魚鮓用糝鹽淹去涎洗淨，如魚鮓法造。一云以石灰水浸之。○凡雜色羊肉入松子則無毒。○藕皮和菱米食則軟而甜。○研芥辣用細辛少許，醋與蜜同研則極辣。○晒胡蘆乾，以藁本湯洗過，不引蠅子，鹽水亦可。○煮豬肉用白梅、阿魏煮，或用醋，或用青鹽同煮則易爛。○白血灌腸，用藕汁入血中灌之則白，一云用荸薺煮，以葱莖淹之，洗淨煮羹則剔骨。茶能去涎殺腥。○書丹必用肥皂則易寫。○桃花飯，做飯了以梅紅紙盛之，温後去紙和勻，則紅白相間。○鴨子上以牛膽汁或寫字或畫花，令乾煮之，去殼則青色透內。○藏鹽酒蟹，糟蟹一器數十，入皂角半枚，則經久不沙。○酒中置茄子柴灰，則酒到夜成水。○煮黑豆用荷花梗煮之爛甚，賣豆兒煮用此。○江茶點桐花，用針扦橄欖少時，取針畫茶面成花，上作白路妙。或以皂礬百藥煎竹絲畫花。楊梅核、西瓜子用柿子漆相拌了，晒乾自開，只揀取仁。○鴨子以礪砂畫花及寫字，候乾，以頭髮灰汁洗之，則黃直透內。○孔爺洞用乳餅醬內妙。○梅滷可淹梔子花、萱草花、牽牛花、林擒、藕、冬瓜、葫蘆，須得紫蘇葉入則妙。○灌肺用蒲菊汁洗後，入灌物，永不老。○煮銀杏栗子，用油紙撚在內，則皮自脫。○臘肉內用酒腳醋煮肉，紅酒調炙則味甜。○夏月魚肉內安香油，久亦不臭。○紅糟酸入鴨子與酒則甜。○用蘿蔔梗同煮銀杏不苦。○蛤蜊餛飩，以蛤蜊洗淨安桶盤內，月下露之令口開，以真粉、研料、物鹽以蛤利納之則口閉，少時便用汁攪之去殼，真粉在殼內，外如餛飩。○酒漿面上不見人影不可食。○日月蝕時飲損牙。○銅器內不可盛酒過夜。○煮芋以灰煮之則酥。○淡醋煮雞，錫盆盛蓋了，上以灰水淋之則自凍。○煎鹽中能煮飯，不攪動則不醎也。○地栗與甘蔗同食，其相自軟如紙一般。○鹽擂胡椒甚辣，葱青尤佳。○榧子殼反衾豆能殺人。○油餅與藕同食無相更美。○密屈律能敗酒，本草名枳椇。○甘草去酒毒，小豆花亦妙。○煮臭肉每觔半用胡桃二十箇，殼上鑽孔令多，即同煮，肉熟則臭味不見矣。○煮老猪肉，以水煮熟，以冷水淋肉，冷又浸冷，再煮即爛。○花鰱可煮肉易爛。○胡椒去魚鯹。○榧子煮素羹肥甜，若醬羹尤妙。○蘿蔔解醬豆腥。○橘葉陰乾收，造臊肉不炎膩氣，可留至五月，懸烟突上，梅月水洗之再懸。○煎血入酒糟不出水。○蘿蔔醋喫不噯。○餛飩旋裏便煮食不噯，蓋物未及也。八鮓亦得，或喫了食鮓。○臘月收糟以泥泥頭上，至二三月以水澆泥頭則潤，不爾則臭。○晒肉須油抹，不引蠅子。○麩夏月易壞，用白湯燥過，自然如初。○食荔枝多則醉，以殼浸水飲之則解。○方頂柿蒂煮蟹不紅。○做灰鹽鴨子，月半日做則黃居中，不然則偏，一云日中做。○血肝、鴨子、雞頭、蝦、杏仁、鵝肺、脊血，皆可合汁湯。○酒後喫理中湯調氣散一處乾嚼，則可口中無酒氣。○無名異煮蟹不變顏色。○韶粉去酒中酸味，赤豆炒過入亦變。○爛櫧櫓研細，媲團魚甚香。○礬水煮蟹色不變，葱亦得。○荷花蕊煮肉精者浮，肥者沉。○煮紅鴨子，以金櫧根同煮，白皆紅。○天落水做飯，白米變紅，紅米變白。○飲酒欲不醉，服硼砂末。○喫栗子於生芽處咬破些，吹氣一口，剥之皮自脫。○竹葉與栗食無相。○蟹以鹽封臍眼，可久留且鮮。○茄柴灰可淹海蛰。○冬月就血下堅安鍋上暖處，碗熱則血就。○血不可就汁煮，煮則汁淡無味，須用湯煮之。○豆兒水，黑豆或紫豆，以頭灰汁煮。○才切稻草可煮臭肉，其臭皆入於草內。○煮媲肉用朴硝，仍貫氣在肉內。○冬節前水蘿蔔鹽藏菜，可留至春不爛。○冬瓜切動未喫盡者，三五日皆爛，以石灰糝之則不爛。○淹鹹蛤蜊，以蔗灰入

鹽鹹之。味好且不開口，要即熟則在日中晒。○蚌肉洗浄入鴨肚中，煮則爛而有味。○糟酒醬蟹入香白芷則黃不散。○煎鴨子，賣絲者用濟水同煎，一方用蓮蓬梗灰汁煎。○餛飩皮，用麵糊和，則易熟不破。○煮烏賊魚，每十箇洗浄入水一二盞，煮熟令有汁半盞止，取起入蛤蜊醬滷一茶甌許拌勻，少時喫妙。○水蘿蔔滷及鹽薑肉做甘露子則不黑，以細篾穿之易取。○酒酸用糠醋投之則不酸，惟淡，每酒一升用醋半盞。○煮麵令湯清，北方用花鹹，南方用糠醋撮。○煮猪肚及血臟羹，不可入椒同煮作猪羹氣，臨熟後入就起。○煮老鵝不爛，就竈邊取瓦一片同煮，即爛如泥，羊亦然。○喫西瓜喫子不噯。○喫蟹了，以盤鬚洗手則不腥。○新煮酒灰氣者，開時入水一盞。○五月不可做臘肉，餘月皆可造。六月須用酒醋鹽同淹，當日晒乾。○豆油煎豆腐有味。○糟蟹入韶粉不妙。○離上舊竹篾綯肉煮則速糜。○餛飩入香蔥在內不暖。○醬水內煮蟹不腥。○青蝦蠘之類煑脚和煮則不腥。○芽茶得鹽不苦而甜，忌此不可用引諸病。

鐳績《霏雪録》卷上　客省大使哈喇璋善啖，右丞潘公嘗邀早飯，盪北羊背皮一，燒羔一，東陽酒一壜，餅子一箸，先割羊鵝肉捲餅食盡，却以餘截下酒飲盡，又以煎魚一巨臠，喫水飯二器。至正間，於官舍坐逝。時天氣甚熾，浴斂坐龕中，三日容色如生，觀者嘖嘖。

諸茂卿《今古鈎玄》卷三〇　蜀中食品，有南方不知者，東坡所謂豆莢圓且小，槐芽細而豐者，巢菜也。所謂蓴羹鱸膾，蜀醬也。老杜所謂香飽兼苞蘆者，蜀鮓也。出《蜀都賦》所謂蒟醬流味者，蜀醬也。山谷詩云：蠏醬與竹萌，乃不羨羊腔。出《莊遊録》

諸茂卿《今古鈎玄》卷四　蔡譯自代出《艾子》

《周禮》：庖人供祭祀之好羞。鄭康成注云：好羞謂四時膳食，若荆州之鱣魚，楊州之蟹胥。陸德明《音釋》云：蠏醬也。山谷詩云：蠏胥與竹萌，乃不羨羊腔。

陳詩教《花裏活》卷下　宋比邱尼梵正庖制精巧，用鮓醢、膾脯、醯醬、瓜薤、黃赤雜色，鬬成景物。若坐及二十人，則人裝一景，合成輞川圖小樣。

鄭明選《秕言》卷二《食不厭精解》　《論語》：食不厭精，膾不厭細。朱註：終未盡善。蓋食之精者，膾之細者，常人皆不厭之，何必聖人。愚意厭者，厭飽之意，食雖精，膾雖細，而食之不至厭飽也。厭與饜通。

椰子、對裝春藕陳公梨、四色時果。厨勸酒十味，江蟚煠肚、江蟚生、蝑蚌簽、薑醋香螺、香螺煠肚、薑酸假公權、煨牡蠣、牡蠣煠肚、蟑蛆煠肚。準備上細墜四桌，又次細墜二桌，内蜜煎、鹹酸、時新、脯腊等。對食十盞二十分，蓮花鴨簽、蟹兒羹、二珍膾、南炒鱔、水母膾、鵪子羹、鯚魚膾、三脆羹、洗手蠏、煠肚胘。對展每分時果五盤，晚食五十分名件，二色蟹兒、肚子羹、笑腤兒、小頭羹飯、脯腊鵝、脯鴨。

直殿官大煠下酒，鴨簽、水母膾、鮮蝦蹄子羹、糟蠏、野鴨、紅生水品膾、五珍膾、蛤蜊羹。

直殿官合子食，脯鵝、油飽兒、野鴨、二色薑豉、雜燒、入糙鵝、凍魚、麻脯鵝臟、炙焦、片羊頭、菜羹一胡蘆、直殿官果子、時果十隔棋。

外官食次，第一等太師秦檜，燒羊一口、滴粥、燒餅、食十味、大椀百味羹、餤兒盤勸、簇五十饅頭、燒羊頭雙下、雜簇從合五十事、肚羹、大膀子雙下、羊舌託胎羹、三脆羹、鋪羊粉飯、大簇飣、鮓糕鵪子，蜜煎三十棋，時果一盒切榨有棟，酒三十瓶。

少保秦嬉，燒羊一口、滴粥、燒餅、食十味、蜜煎一盒、時果一盒、酒十瓶。

第二等少師楊存中等六人，各食十味，蜜煎一盒，切榨一盒，燒羊一盤，酒六瓶。

第三等吏部尚書陳誠之等二十八人，各食七味，蜜煎一盒，時果一盒，酒四瓶。

第四等、第五等，右監門居閒等一百二十五人，各食三味，酒二瓶。

中官五十人，各食五味，斬羊一斤，饅頭五十個，角子一個，鋪薑粉飯，下飯鹹豉，酒一瓶。

焦周《焦氏説楛》卷四　安禄山錫賚無數，其所賜品目：桑落酒，鬬尾羊窟利，馬酪，音聲人兩部，野猪鮓，鯽魚并鱠手刀子，清酒，大錦，蘇造真符寶舉，餘甘煎，遼澤野鷄，五术湯、金石凌湯一劑及藥童昔賢子就宅煎，蒸梨，金平脱犀頭匙筯，金銀平脱隔餛飩盤，平脱著足叠子，金花獅子瓶，熟線綾接靿，金大腦盤，銀平脱破觚，八角花鳥屏風，銀鏤鍍鐵鎌，帖白檀香床，緑白平細背席，繡鵞毛毯并令瑶光就宅張設，金鸂鶒紫羅緋羅立馬寶，鷄袍，龍鬚夾帖，八斗金渡銀酒瓮銀瓶平脱掏魁織錦筐，銀笊籬，銀平脱食臺盤，油畫食藏。又貴妃賜禄山金平脱裝具玉合，金平脱鐵面椀。

焦周《焦氏説楛》卷五　韋巨源《食帳》：單籠金乳酥，婆羅門輕高麵，曼陀羅夾餅，巨勝奴，貴妃紅，七返膏，金鈴炙，冷蟾兒羹，同心脯，御黄王母飯，二十四氣餛飩，唐安餤，玉露團，漢宫棋，天花餅餻，長生粥，白龍臛，金栗平鎚，賜緋含香樓子，乳釀魚，丁子香淋膾，雪嬰兒，小天酥，卵羹，青涼臛，纏花雲夢肉，紅羅飣，仙人臡，逡巡醬。

段文昌食品：猩脣，獾炙，鱣翠，搗腴，糜腱，述蕩之擘，旄象之約，桂蠹，石鮫，河隈之鮓，鞏洛之鱒，洞廷之鮰，灌水之鯉，一云鰋。珠翠之珍，菜黄之鮨，腦體，炮羔，臑鳧，蠙臛，御宿青祭，一云粲。瓜州紅菱，冀野之粱，芳菰，精稗，會稽之菰，不周之稻，玄山之禾，楊山之穄，南海之秬，壽木之華，玄木之葉，夢澤之芹，具區之菁，楊樸之薑。招摇之桂，越酪之菌，長澤之卵，三危之露，崑崙之井，黄領臛，醒酒鮪，餘糊餦餭，粔籹，寒具，小蠯，熟蜺，炙豬，蚳子，蟹鮓，胡精，細烏賊，細飄，一曰魚鰾。梨酢，黍醬，乾棗，曲阿酒，麻酒，振酒，新鱠子，石耳，蒲菜菘，西椑，竹根粟，菰首，鰡子鮑熊蒸，麻胡麥，藏荔枝，緑施笋，紫蠙，千里蓴，鱠曰萬丈蝘足紅綷，精細曰萬鏊百鍊，蠅首如蚯，張掖九蒸豉，一丈三節蔗，一歲二花梨，行米，丈松，魚鮹，蚶醬，蘇膏，糖頹魋子，新烏蠅，縴膠法，樂浪酒法，二月二日法酒，醬釀法，緑酃法，猪骸羹，白羹，麻羹，鴿臛，隔冒法，肚銅法，大狛炙，蜀椀炙，路時腊，菜腊，攪天腊，細麪法，飛麵法，薄演法，籠上牢丸，湯中牢丸，櫻桃餡蝎餅，阿韓特餅，凡當餅，兜猪肉，懸熟，杏炙，毫炙，脂血，大扁餳，馬鞍餳，黄醜，白醜，白龍舍，黄龍舍，荆餳，竿炙，羌煮，一曰炙。疏餅，餦糊餅，餅謂之托，或謂之餲餤。餡謂之餦。一曰餡。醬酢酤。酤本二字，皆從魚茹，噦食也。膜一曰鰻膜脯脹，腤肉也。膞腳，膜也。膞膞，一曰膍。胭脂也。格糈，粹梳髓也。餧一曰餵。餦脖饋飢，餌也。醃醢酳醢，醋也。酷酴醇，漿也。酏酸酏，鹽也。醓醢醓醬，醬也。

謝諷《食經》：飛鸞膾，咄嗟膾，剔縷鷄，花折鵝糕，交加鴨脂，越公碎金飯，煎雲析魚羹，十二香點脂，湯裝浮萍麵，白消熊，括乳花面英，專門鱠，折筋羹，朱衣鋏，天孫膾，金丸玉菜臛鱉，乾坤奕餅，含漿餅，君子飣，楊花泛湯糝餅，烙羊成美公，魚膾永嘉王，藏蟹含春侯，月華飯。

焦周《焦氏説楛》卷五　周閤門外食肆，張手美家，每節尚賣一物，徧京輻輳，因記其名。

元日元陽，鱗上元油飯、油畫明珠。人日六一菜，二月十五涅槃兜。上巳手裹行厨。寒食冬凌粥。四月八指天酸餡。重午如意圓。伏日緑荷包子、二社

飯、辣鷄變。七夕羅睺羅飯。中秋玩月羹。中元盂蘭餅，餚重九糕、米錦。冬至宜盤。臘日薺草麵。臘八法王科斗。

焦周《焦氏説楛》卷五 洛陽正旦，造絲雞、蠟燕、粉荔枝。上元造火蛾兒，食玉粱糕。寒食粔籹萬花輿、煮楊花粥。端午木羹艾酒，以花絲樓閣插鬢，贈辟瘟扇。七夕造明星酒，裝同心膾。重九迎涼脯，羊肝餅，佩瓌木符。冬至剪餳綵珠，戴一陽巾。除夜點水盆燈。臘日造脂花餚。

焦周《焦氏説楛》卷五 《清異録》云：金陵士大夫淵藪，家事鼎鎛有七妙：鹽可照面，餛飩湯可注硯，餅可映字，飯可打擦擦，臺濕麪可穿結帶，餅可作勸盞，寒具嚼著驚動十里人。

焦周《焦氏説楛》卷七 《武林舊事》載臨安市食鵪鶉餡餅兒，肝臟餚子，香藥灌肺，灌腸，猪胰胡餅，羊脂韭餅，窩絲薑豉，剗子，科斗細粉，珍瓏雙條，七色燒餅，雜糕，金定裹蒸，市羅餚兒，寬焦薄脆，糕糜，旋炙犯兒，八糙鵝鴨，炙鷄鴨子，香糖韭菜，一名鍾乳草。

焦周《焦氏説楛》卷七 糕糖糕。蜜糕，栗糕，粟糕，麥糕，豆糕，花糕，糍糕，雪糕，小甑糕，蒸糖糕，生糖糕，蜂糖糕，線糕，間炊糕，糕乾，乳糕，重陽糕，社糕。

蒸作從食

了母蟹，春蟹，大包子，荷葉餅，芙蓉餅，壽帶龜，子母龜，歡喜，撚尖，剪花，小蒸作，駱駝蹄，大學饅頭，細餡，糖餡，豆沙餡，蜜辣餡，生餡，飯餡，酸餡，笋肉餡，麪齏餡，棗栗餡，薄皮，蟹黄，灌漿，臥爐，鵝項，棗鋼，仙桃，乳餅，菜餅，秤錘蒸餅，睡蒸餅，千層，鷄頭藍兒，鵝彈，月餅，餛子，炙焦，肉油酥，燒餅，火捧，小蜜食，金花餅，市羅，蜜劑，餅餚，春餅，胡餅，韭餅，諸色餚子，諸色包子，諸色角兒，諸色從食，諸色果食。

袁褧《楓窗小牘》卷上 舊京工伎固多奇妙，即烹煮槃案亦復擅名。如王樓梅花包子，曹婆肉餅，薛家羊飯，梅家鵝鴨，曹家從食，徐家瓠羹，鄭家油餅，王家乳酪，段家燠物，不逢巴子，南食之類，皆聲稱于時。若南遷，湖上魚羹，宋五嫂，余家蒼頭羊肉，李七兒奶房，王家血肚羹，宋小巴之類，皆當行不數者。宋五嫂，余家蒼頭嫂也，每過湖上時，進肆慰談，亦它鄉寒故也，悲夫。

衛泳《枕中秘・悦容編雅供》 【略】又須以蘭花爲供，甘露爲飲，橄欖爲餚，蛤蜊爲羹，百合爲蔬，鸚鵡爲奴，桐柏爲薪，意苡爲米，方得相稱。

衛泳《枕中秘》陳達叟《食譜》 本心翁齋居宴坐玩先天易，對博山爐，紙帳梅花，石鼎茶葉，自奉洎如也，客從方外來，竟日清言，各有饑色，呼山童供蔬饌，客嘗之，謂無人間烟穴氣，間食譜，予口授二十品，每品贊十六字，與味道腴者共之。

啜菽，菽豆也，今豆腐條切淡煮，蘸以五味。

禮不云乎，啜菽飲水。素以絢兮，瀏其清矣。

羹菜，凡畦蔬根葉花莖，皆可羹也。

先聖齊如，菜羹瓜祭。移以奉賓，及敬之至。

粉餈，粉米烝成，加糖曰餎。

天官籩人，糗餌粉餈。未見君子，怒如調饑。

薦韭，春薦韭，一名鍾乳草。

四之日蚤，豳風祭韭。我思古人，如蘭其臭。

貽來，來，小麥也，今水引蝴蝶麵。

貽我來思，玉屑塵細。六出飛花，天一生水。

玉延，山藥也，炊熟片切，漬以生蜜。

山有靈藥，録于僊方。削數片玉，漬百花香。

瓊珠圓眼，乾荔也，擘開取實，煮以清泉。

汲金井水，煮瓊珠羹。蚌胎的皪，龍目晶熒。

玉磚，炊餅方切，椒鹽糝之。

截彼圓璧，琢成方磚。有犧斯椒，薄漉以鹽。

銀窶黄窶白水，薑椒和之。

泠泠水白，剪剪銀黄。窶鹽風味，牙齒宫商。

水團，秫粉包糖，香湯浴之。

團團秫粉，點點蔗霜。浴以沉水，清甘且香。

玉版，笋也，可羹可菹。

春風抽撻，冬雪挑鞭。淇奥公族，孤竹君孫。

雪藕，蓮根也，生熟皆可薦邊。

中虚七竅，不染一塵。豈但爽口，自可觀心。

玉酥，蘆菔也，作玉慘羹。

雲浮玉糝，月浸瑶池。咬得菜根，百事可爲。

炊栗，烝開蜜漬。

周人以栗，亦可以贊。紫殼吹開，黄中通理。

煨芋，煨香尼切。

朝三暮四，狙公何爲。卻彼羊羔，嗤吾蹲鴟。

采杞，狗杞也，可餌可羹。

丹寔纍纍，緑苗菁菁。餌之羹之，心開目明。

甘薺，薺菜也，東坡有食薺法，且曰天生此物，爲幽人山居之福。

誰謂荼苦，其甘如薺。天生此物，爲山居賜。

菉粉，菉豆粉也，鋪蓳爲羹。

碾破緑珠，撒成銀縷。熱蠲金石，清徹肺腑。

紫芝，蕈也，木蕈爲良。

漆園之菌，商山之芝。溼生者腴，卉生者奇。

白粲，炊玉粒，沃以香湯。

釋之叟叟，烝之浮浮。有一簞食，吾復何求。

已上二十品，不必求備，得四之一斯足矣。前五品出經典，列之前筵，尊經也。後十五品，有則具，無則止，或樽酒疇酢，暢叙幽情，但勿醯醋，恐俗此會。《詩》詠采蘋，《禮》嚴祭菜，澗溪沼沚之毛，可羞王公，可薦鬼神，以之待賓，誰曰不宜。第未免貽笑于公膳侯鯖之家，然不笑不足爲道。彼笑吾，吾笑彼，客辭出門大笑，吾歸隱几亦一笑，手録畢又自笑，目閱過輒一笑。萬一此譜散在人間，世其傳笑，將無窮也。

劉若愚《酌中志》卷二〇《飲食好尚紀畧》 上古之時，茹毛飲血。自燧人氏作，民始烹飪，不過苟塞饑餒已耳。是以鼎鑄饗餐之戒，書垂酒誥之文。然自古至今，猶有于口腹嗜好之故，起戈矛于匕箸，貽身家之大害者，不能枚舉。惟趙衰以壺餐得士，顧榮以一炙感恩，權其輕重，或亦有道存焉。其間不可不知也。嗟嗟！惟中官志安温飽，耳目習染，效奢易，從儉難，按節令以相沿，非四方所能曉。謹將平日所稔知者，略次梗概于左，用識異聞，亦攷世間俗之一端。倘披閱之，或亦興嘗禁臠之思耶？

正月

初一日正旦節。自年前臘月廿四日祭竈之後，宫眷内臣即穿葫蘆景補子及蟒衣。各家皆蒸點心，儲肉，將爲二十日之費。

彭大翼《山堂肆考》卷八〇《時令・粉荔迎年》 旦造絲鷄、蠟燕、粉荔枝，故宋人賀正旦，有瑞雲餞臘粉荔迎年之句。

彭大翼《山堂肆考》卷一九四《飲食・羹》 《説文》：羹，五味和也。

燕食不貳

《禮・内則》：大夫燕食，有膾無脯，有脯無膾。士不貳羹胾，庶人耆老不徒食。注云：士不貳羹胾，亦謂燕食也。又柳玭《家誡》：余先君兄弟三人皆居清列，非速客不貳羹胾，以此皆保重名。

常食無等

《内則》：羹食自諸侯而下，至于庶人無等。注云：羹與飯常日所食，故無貴賤之等差。

菜羹瓜祭

《論語》：孔子雖菜羹瓜祭，必齊如也。

藜羹不糝

《莊子》曰：孔子厄于陳蔡之間，七日不火食，藜羹不糝。又庾袞羹不糝，門人進飯，曰已食訖。

斟雉

《楚辭》：彭鏗斟雉帝何饗。王逸注云：彭鏗好和滋味，善斟雉事帝堯。

烹猴

《淮南子》曰：楚有烹猴者，而召其鄰人。鄰人以爲犬羹而甘之。後聞其猴，據地而盡吐瀉其所食，此未知味者。

加鹽菜

《周禮・天官》：亨人祭祀，供大羹鉶羹，賓客亦如之。注云：大羹肉湆，鉶羹加鹽菜。又《三禮圖》：大羹不致五味，鉶羹則加鹽菜。

苄葵葱

繆襲《祭儀》：夏祠和羹苄以葵，秋祠和羹苄以葱，冬祠和羹苄以韭。

【略】

以羹殄民

左宣二年，鄭公子歸生受命于楚伐宋。宋華元樂吕禦之，將戰，華元殺羊食士，其御羊斟不與。及戰，斟曰：疇昔之羊子爲政，今日之事，我爲政與？入，鄭師

故敗。君子曰：羊斟非人也，以其私憾敗國殄民，刑孰大焉。注云：殺羊食士，謂殺羊爲羹，以享戰士也。

以羹亡國

《戰國策》：中山君享士，司馬子期在焉。羊羹不徧，子期怒走楚，說王伐中山，中山君亡。有二人挈手，隨後問之曰：臣父嘗餓且死，君下壺飡哺，臣之父故來死君也。中山君曰：吾以一椀羊羹亡國，以一壺飡得二士死。

張翰思蓴

蓴羹見致仕。又陸士衡詣王武子，武子有數斛羊酪，指以示陸曰：卿東吳何以敵此。陸曰：千里蓴羹，末下鹽豉。

熊羹

劉向《新序》：紂王天下，怒熊羹不熟而殺庖人。

馳羹

陳思王製馳蹄爲羹，一甌千金，號七寶羹。

雙彙羹

《清異録》竇儼嘗病，目幾喪明。良醫勸令頻食羊眼，儼遂終身食之。其家名雙彙羹，世人有呼爲學士羹者。

十遠羹

《清異録》：石耳、石髮、石線、海紫菜、鹿角菜、天花蕈、沙魚、海鰾、白石決明、蝦魁，腊用雞羊鶉三汁和之。十品不足，聽闕之，忌入別物，恐倫類雜，則風韻去矣。

香芹

杜詩、滑憶雕胡飯，香聞錦帶羹。又曰：鮮鯽銀絲膾，香芹碧澗羹。

玉糝

蘇子瞻曰：過子忽出新意，以山芋作玉糝羹，色香味皆奇絶。作詩云：香似龍涎仍釅白，味如牛乳更全清。莫將南海金虀膾，輕比東坡玉糝羹。按：《隋唐嘉話》：南人魚膾，以細鏤金橙拌之，號爲金虀玉膾。隋時，吳郡獻松江膾，煬帝曰：所謂金虀玉膾，東南佳味也。

木增《雲薖談藪》卷三《涼物》 房壽六月召客坐糠竹簟，憑狐文几，編香藤爲俎，剜椰子爲盃，擣蓮花製碧芳酒，調羊酪造含風酢，皆涼物也。壽勸吳田以轆轤瓮，田懼其深曰，但思龍門溪水濯麴藥腸耳。出《叩頭録》

木增《雲薖談藪》卷四《食不厭精》 食不厭精，朱子註言其以是爲善，非謂必欲如是也。解殊費力，蓋以爲可厭之厭矣。此章記聖人飲食之節，厭當爲厭足之厭食精而甘之。至於厭則不節，鱠細而甘之。至於厭則不節，鱠細而甘人之嘗也。惟精細不厭，見聖人之節。孟子曰：此之謂厭足之道也，不然孔子飯蔬飲水，食無求飽，豈求精細之食者乎。以經解經猶明。

木增《雲薖談藪》卷七《闘釘》 《食經》五色小餅作花卉禽獸珍寶形。按抑成之，盒中累積，名曰闘釘，今人猶云釘果盒。釘，春盛是也，俗書作闘釘，非也。

曹學佺《蜀中廣記》卷六四《方物記第六・食饌》 揚雄《蜀都賦》有芍藥之羹，甘醥之和。《方輿勝覽》廣安軍有十似若，所謂金羹玉飯，非溢美也。

曹學佺《蜀中廣記》卷三四《寧番衛》 《上南志》云：麼些人身長色黑，男子髮扭成索，白手巾纏頭，身著短衣，足穿皮鞋，【略】尚以羊皮、青稞、蕎麵、乳餅、酥油、煎茶充饑。【略】《上南志》云：西番人身長大勇猛，占住山頭。【略】婦女髮亦結以積蔵爲事。編，懸帶珊瑚、翠石爲飾，身著短衣，蓋以羊皮。食以青稞磨麵作餅，酥油煎茶爲飯。

馮夢龍《古今譚槩》卷一四《汰侈部・吳饌》 張江陵相公奔喪歸，所坐步輦，則真定守錢普創以供奉者。前爲重軒，後寢室，以便偃息，傍翼兩廡，廡各一童子立而左右侍，爲揮箑炷香，凡用卒三十二舁之。始所過州邑郵，牙盤上食，水陸過百品，居正猶以爲無下箸處。而真守無錫人，獨能爲吳饌，居正甘之曰：吾行路至此，僅得一飽餐。此語聞，於是吳中之善爲庖者，召募殫盡，皆得善價。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷一《饔膳類》 《僞言》：杜周應作欽傳親二宮之饔膳。今按：《周禮》鄭註：膳，牲肉也。師古曰：熟食曰饔，賈公彥《周禮疏》云：饔，和也。熟食須調和，故號曰饔。具食曰膳，膳之言善也。

《丹鉛録》周禮注：小禮曰飧，大禮曰饔。今按：此鄭氏秋官司儀注文饔下尚有餼字。賈公彥疏云：小禮曰飧者聘禮，使宰夫設飧，禮物又少，故曰小。云大禮曰饔餼者，以其有牲有牽芻薪米禾又多，故曰大。○《儀禮》聘禮註云：飧，客始至之禮。饔，既將幣之禮。此鄭氏春官外饔註文。今之通訓曰：朝饔夕飧。

此本趙岐《孟子註》。飧如今驛舍下馬飯，饔如今下馬宴，客至必夕，夕食未盛，故曰夕飧享宴，必以早爲敬，而享宴必盛，故曰朝饔。然飧字從夕食，今作飧，訛矣。

《余氏辨林》饔飧注云：朝饔夕飧。及考《通俗文》水澆飯曰飧，則是古人夜亦食粥也。

《詩名物疏》：《説文》云：食，一米也，从皀，皮及反。人音集。聲。《周書》云：黄帝始蒸穀爲飯，烹穀爲粥。《周禮》：膳夫王食用六穀，食醫掌和王之六食。《禮記》云：食養陰氣也。又云：食齊視春時，羹齊視夏時，醬齊視秋時，飲齊視冬時。《釋名》云：食，殖也，所以自生殖也。《古史考》云：神農時，人方食穀，加米於燒石之上而食之。黄帝時，始有釜甑，火食之道成矣。

《詩名物疏》：《説文》：餼，酒食也，或从匕音夷。或从米。《周禮》饔餼餼同。人掌凡祭祀，共盛儀禮，主婦視餼，爨于西堂下。注云：炊黍稷曰餼。

《詩名物疏傳》云：熟食曰飧。箋云：飧讀如魚飧之飧。《説文》飧，餔也，從夕食。《字林》云：水澆飯也。《韻會》注云：人旦則食飯，夕則食飧。飧爲飯別名。《釋名》云：飧，散也，投水於中解散也。

按：鄭志《答張逸書》云：禮飧饔太多，非可素，故易傳。然《説文》有云：水澆飯。《左傳》僖負羈饋盤飧，趙衰以壺飧從，餕而不食，亦未始非孰食也。不知鄭何見定以孰食爲牢禮之飧乎。

《詩名物疏釋詁》云：餼，饋也。孫炎云：餼野之饋也。

《詩名物疏傳》云：粲，餐也。諸侯入爲天子，卿士食采禄。《周禮》疏云：載師家邑任稍地，則大夫之采也。小都任縣地，則六卿之采也。太都任畺地，則三公之采也。古者禄皆月别給之，若今月奉。《爾雅》云：粲，餐。郭璞曰：今河北人呼食爲粲。朱傳或曰粲，粟之精鑿者。

《示兒編・生民詩》曰：釋之叟叟，烝之浮浮。毛曰：釋，淅米也。孔曰：又曰：《釋訓》云：潨潨，淅也。烰烰淅米，謂洮米也，叟叟，聲也。浮浮，氣也。潨潨，淅米聲。烰烰，炊之氣。傳以洮米則有聲，炊飯則有氣，取《爾雅》之意爲説也。

孟子曰：接淅而行。趙曰：淅，潰米也，不及炊。淅，先歷反。考是二説皆讀曰淅，今之好事者凡稱士大夫之家，淅米飯多作折聲，呼之良可怪笑。然退之城南聯句云：浙玉炊香粳。淅亦作浙，又何耶。

《刊謬正俗》：《郊特牲》云：既奠然後燔，蕭合羶薌。此言蕭燔以脂合黍稷，燒之羶者，脂氣薌者，黍稷氣於義自通。而康成乃云羶當爲馨字之誤，亦爲迂曲矣。

【略】

《五雜組》：六朝時，呼食爲頭。《北户録》：晉元帝謝賜功德浄饌一頭，又謝齎功德食一頭，又劉孝威謝賜果食一頭。一頭即今一筵也，然古未前聞，不知何義。

《能改齋漫録》：世俗例以早晨小食爲點心，自唐時已有此語。按：唐鄭傪爲江淮留後，家人備夫人晨饌。夫人顧其弟曰：治妝未畢，我未及餐，爾且可點心。其弟舉匳已罄，俄而女僕請飯庫鑰匙，備夫人點心。傪詬曰：適已給了，何得又請云云。

《野客叢書》：漫録謂世俗例以早晨小食爲點心云云，或謂小食亦罕知出處。僕謂見昭明太子傳曰：京師穀貴，改常饌爲小食。小食之名本此。

《老學庵筆記》：梅宛陵詩好用案酒，俗言下酒也，出陸璣《草木疏》。荇菜音接，亦作接。余也煮其白莖，以苦酒浸之脆美，可案酒。今北方多言案酒。

《宛委餘編・陸璣草木疏》：若可按酒。梅宛陵詩多用案酒字，今俗云添案，蓋出此也。

《黄氏筆記》：龔頤正續釋常談，最號詳博，案酒二字出儀禮注，乃遺而弗及，蓋其所釋者，當時南方之常談耳。

《名義考》：今謂折俎曰案酒，謂腥曰下飯。《説文》：下也，亦作案。陸璣云：荇余浸以苦酒肥美，可以案酒下飯。古無是稱，今人謂腥可以下飯也。又謂歸餼曰下程。夫行者登途曰上路，則停驂當曰下程，必有歸餼以食，俗所謂下馬飯者也。

《鶴山雅言》：進食之禮，左殽右胾，食居人左，羹居人右。方氏云：食以六穀爲主，地産以作陽德，故居左，羹以六牲爲主，天産以作陰德，故居右。孔氏謂熟肉帶骨而臠曰殽，純肉切之曰胾。骨是陽，故在左。肉是陰，故在右。飯燥爲陽，羹濕爲陰，義亦通。

《鶴山雅言》：御食於君，鄭氏謂勸侑曰：御吕氏謂侍食也，如内則父没母存家，子御食是也。予謂御字字義，謂行止有節，音如詔，王馭羣臣之馭同。

《丹鉛録》：會聚飲食曰酺，酺之爲言哺也。以食曰餔，以飲曰酺。《詩》

曰：以開百室。鄭氏箋曰：百室出必共洫，而耕入必共族而居也。又有祭酺合醵之歡。《周禮》：族師祭酺。注：酺者爲人物災害之神，田有蝗螟，廄有馬瘟，皆祭之。祭畢而合飲，遂名爲酺也。校人冬祭馬步。杜子春云：步即酺也，則其音當爲步也。《春秋緯》云：酒者乳也，王者法酒旗以布政，施天乳以哺人，後世酺祭廢而羣飲有禁。漢世有賜酺之典，丘文莊謂禁民飲尚不可，況導之使飲乎。此言殊未當。

【略】

《臆乘》：世多用烹鮮字，未若前漢《陸賈傳》曰：數擊鮮毋久溷，汝爲也。注云：擊殺牲牢，與我鮮食，擊鮮二字爲勝。劉汾注引《史記》云：數見不鮮，謂言人之常情，頻見則不美。【略】

《真珠船》：今人宴終必薦粉羹，其來頗遠。陳正敏《遯齋閒覽》云：太祖內宴，先命進粉，故名頭食。後人宴終方薦此味，蓋失其次耳。

《野客叢書》：今人茹素而親鄰設酒殽以相煖熱，名曰開葷，於理合曰開素。此風已見六朝，觀東昏侯喪。潘妃之女，閹豎共營殽羞，云爲天子解菜，正其義也。

沈自南《藝林彙考飲食篇》卷四《魚膾類》

《說畧》：籩有四朝事，饋食加籩羞，籩豆亦有四朝事，饋食加豆羞。豆今按：《周禮》四籩之實，籩人掌之，四豆之實，醢人掌之。籩實之，目十有八而棗重出，豆實之目二十有四，而醢醢魚醢醢重出朝事。籩實鞮黄，白黑形鹽，膴鮑魚鱐。燔黍燔稷白，燔黍黑，蓋以麥麩麻子稻黍末作餅餈。注謂清朝未食，先進寒具，口實也。形鹽，《左傳》所謂鹽虎形，膴音呼。《說文》云：無骨脂。注謂膘章涉、直轍二反，薄切肉也。生魚爲大臠，疏爲魚腹腴鮑。部巧切。《韻書》云：膮，魚也。注謂糇，今按：今注文作楅。室中糗乾之。按：疏云楅室者，謂楅上爲室。字從魚，蓋魚之糗而乾者也。鱐音搜，魚之析而乾者也。膴以腥，薦鮑鱐以乾薦，糇字。按：《說文》火焙肉恐是鮑者，火焙而乾鱐者，日曝而乾，故均之爲乾魚而異名也。膴爲魚腹，腴則膴鮑，魚鱐皆魚也。朝食爲米食、寒具、魚乾之屬，可夙具者也。今按：賈疏云：王者備物，近者腥之，膴是也。遠者乾之，鮑及鱐是也。近宜濕，遠宜乾，非謂可夙具也。饋食籩實饋食，薦熟也。棗栗桃乾蓼音老，一音力到反。榛實。注謂榛爲梅，謂榛似栗而小，饋食始備米實也，加籩菱芡音險。栗脯脩。經文無脩字。注：菱，菱也。芡，雞頭也。賈疏云：俗有二名，今人或謂之爲頭也。或云四角三角爲菱，其寄反。兩角爲芡。鄭司農以栗在加籩饋食，重出作菱芡。脯脩薄析曰脯，施薑桂曰脩，按：脯者爲人物災害之神，田有蝗螟，廄有馬瘟，皆祭之。祭畢而合飲，遂名爲酺也。言修治脯也。羞籩糗餌粉餈。注謂熬大豆與米曰糗。《說文》：熬米麥。《通釋》爆乾米麥，要之米麥豆皆可爲餌者也。粉，注謂豆屑也，米麥豆皆可爲粉，但粉以豆爲明滑，故專以豆言之。餌與餈名實相近，合蒸曰餌，餅之曰餈。疏云：糗與粉爲一物，糗者擣粉熬大豆，餌言糗，餈言粉，互相足也。鄭康成云：二物皆粉稻米黍米，合以爲餌，餌不餅而餈作餅，今之餈糕名出於此。凡今俗下餅餌餈糕，其制多出於古人，其名已載於經典。觀於籩實可見也。朝事豆實、韭菹、醢一本作酯。醢、昌本、麋臡、菁菹、鹿臡、茆菹、麋京倫反。臡。菹，莊魚切。《說文》酢菜也，今俗設菜柈中漬菜，皆菹之遺法。按：鄭注云：切之四寸爲菹。賈疏云：菹四寸，無正文，蓋以一握爲限。一握則四寸也。醢，吐感切，一音昌審反。注謂肉汁。《說文》謂血醢。醢者，《說文》肉醬，臡音泥，亦醢之異名。注謂有骨曰臡，無骨曰醢。凡作醢及臡者，必先膊乾其肉，乃後莝之，雜以粱麴及鹽，漬以美酒，置瓶中百日即成。今俗用鮓同鮓醬，皆臡醢之遺法。昌本，昌蒲根也。菁菹，蔓菁菜也。茆北人音柳。菹，鄭司農讀爲茅，杜子春讀爲卯，曰鳧葵也。今按：鳧葵，係鄭康成注文，今繫杜子春下，非是。康成疑茆不堪菹，從杜說。菜也。麋鹿麋三臡，皆莖骨和肉爲百日醬，皆在朝事之豆，亦取晨朝，易於夙辦。饋食豆實，唯葵菹在七菹之列，餘皆鹽醢、葵菹、贏力禾反醢、脾析、鹽蒲佳薄雞二反醢、蜃蚳音池醢、豚拍、魚醢。葵爲百菜之長，故饋食豆實首葵，而他菹莫配焉。脾析蜃豚拍，皆五齊中件目。脾析，牛百葉也，俗呼牛胃爲百葉，已見《周禮》注矣。蜃，《說文》大蛤，按：《月令》雉入大水化爲蜃，雀入大水化爲蛤。蛤，小蛤。蜃，大蛤也。豚拍之拍，先鄭讀爲膊，言脅也，三者近於臡醢。而曰齊齊者，以百葉諸物細切之，和以醢醬，不待瓶中，百日而成，故別爲齊之名。齊從韭，宜用菜，若昌本深蒲作齏固宜。百葉蜃豚之肉，亦可縷以爲齊也。贏，注謂蠃音移。蜗。由榆二音。按《方言》燕趙間以爲蜘蛛，《韻書》以爲蝸牛。蜘蛛蝸牛非可食者。疏釋引《爾雅》爲證，彼《爾雅》乃訓詁之儒集經注以爲書，或疑《內則》有蝸醢，恐是蠃蝸牛之謂。然《內則》之蝸，乃力戈切。《集韻》古螺字作蝸，韻釋云：蚌屬也，非蝸牛之蝸矣。陸佃直謂蝸牛可醢，差盖爲禮注所誤。爾贏螺字亦作蝸，《韻書》以爲蚌狹而長者。蚔，漢儒相傳爲蚳蝑白子，亦恐不然。蚳蝑未必可食一也，取白子傷生二也。按：《天官》有醢

人掌取互物祭祀，供鹽嬴蚳以授醢人。則蚳與鹽嬴皆當是螺蛤同類，既掌以醢人之官，可知爲水族之産。若以《國語》爲證，則《國語》亦但言舍蚳不取，未嘗指蚳蜉之子可取而食也。唯《夏小正》於二月言，昆小蟲抵蚳。其傳曰：蚳蟫卵爲祭醢。《夏小正》本文無幾，其解説處多是漢儒附會，未可盡信。按：《月令》方春和時，毋殺孩蟲胎，天飛鳥毋廢母卵。豈有二月正春，殫蟫穴以爲豆實之奉哉。巷伯成是貝錦注，以貝爲餘蚳，貝之黄質白文者，或可爲體人互物之證。蚳或從身，《醫書》云食之益壽明目。豈必蟫卵而後謂之蚳哉。體人春獻蜃以爲醢，故《小正》以二月抵蚳。此雖流傳已久，而必當改正者。《小正》以蜃爲蒲蘆，朱子以爲其書不足信。愚於蚳爲蟫卵，亦不敢以爲信，唯魚醢用魚可免，注者妄言矣。加豆之實，芹音勤徐音，謹《説文》作近。菹、兔醢、深蒲、鄭師仲云蒲蒻入水深故曰深蒲醢醢、菹按經文作箈爾雅作葅同菹、雁醢、筍菹、魚醢。芹，楚葵，水菜類。蒿，深蒲，或云桑耳，或云蒲，始生水中。韓奕詩云：其蔌維何，維筍及蒲。知蒲可爲蔌，不必曰桑耳也。菹有苔追二音。北人音秃改反，又文之反。鄭注云：水中魚衣即苔也。今海鄉之人乾苔以爲菹，或疑菹字從竹爲箈。箭萌筍竹萌不思、箭萌亦筍爾。既有筍菹，安用箭萌。《籀文》竹草相似，其爲苔菹可惑焉。今按：水中魚衣者，鄭師仲之説也。箭萌者，鄭康成之説也。賈疏云：箭萌一名篠者也，竹萌一名箭者也，萌皆謂新生者也。見今皆爲菹則欲易經文箈字爲菹字，非是。兔醢用兔，雁醢用雁，魚醢用魚，如上文羞豆之實，醓食糝食。醓音移。鄭司農云：以酒醓爲餅。疏云：若今起膠餅。康成曰：餈。賈氏曰：粥。《禮記》有稻醓黍醓。《周禮》亟稱於醓。酒正之五飲，漿人之六飲，皆用醓也。糝食，鄭司農云：菜醊蒸。康成曰：取牛羊豕之肉，三如一，小切之，米二肉一，合煎爲餌。鼎卦，公餗之注云：糝謂之餗，震爲竹。竹萌曰筍。筍者，餗之爲菜也，則糝食未嘗不用筍菹之筍也。糝食醓食在七菹之外，豈惟竹萌唯所用之。豆實有五齊、七醢、七菹、三鬻、二食。五齊之齊，注作齏。昌本、深蒲、脾析、蜃豚拍，七醢醯魚兔雁鱻贏蚳，七菹韭菁茆葵芹苔筍，三鬻糜鹿麋。今孔子廟丁祀菹醢多不如法，不考《周禮》，故爾廣中蟻子白而大淹之，實可爲醬，與魚子醬正同，此亦是蝦子醬、桂蠹之屬也，耳目所不及，遂疑古人之言可笑也。

劉廷璣《在園雜志》卷三 【略】次日又行食物，以地得名者，因戒在座食素之人，不許亂及葷味，犯者倍罰，惟葷則不忌。素如蒙山茶、松蘿茶、武夷茶、湘潭茶、霍山茶、陽羨茶，潞酒、潯酒、惠泉酒、易酒、滄酒、高郵皮酒、涞酒，福橘、青餅、關東魚、建蓮、太和燒，固始米、龍豬、台鮝、微州山藥、安肅菜、天目笋、廣鴨、菜雞、滁鯽、灤鯽、固鵝、鎮江醋、川椒、膠棗、高郵蛋、西寧桃、宣栗、羌桃、松江尊、岡姜、金華火腿之類，不一而足，人皆稱快。及行食物，以人得名者，如東坡肉、眉公餅、楊妃乳、西施舌、諸葛菜、杜酒、張梨、耿餅、董糖、唐蹄、畢肚、婁包、伍蛋、羅酒，僅得十餘種。題目稍難應者，即少，遂不若前二令之歡快也。於此可見，當合衆心爲樂，不當以才自恃，不獨不能佐歡，且或因此生怨，皆不可知。若舉座盡屬文人旗鼓相當，又不可加以俗令也。

吴楚材《彊識畧》卷二六《飲食部》 食品。《庶言》云：段成式所載，今摘其尤者。翠鄉腰、麋腱、桂蠹、石鮆、熊蒸、臭鱓、蘇脊、荆鯛、竿炙、蟹膗、餹餬、餳鍠、粔籹、炙糍、蚓子、蟹螘、葫精、細飄、鱣梨酴、鰲醬、紫蔕、述蕩擊、旄象約、河隈穌、鼈洛鱓、洞庭鮰、灌水鰩、珠翠珍、菜黄鮐、蔡禾、楊山橐、南海秬、壽木華、玄木葉、夢澤芹、貝區菁、楊樸薑、招搖桂、越鮭菌、長澤卵、三危露、崑崙芹、黄頷腫、醒鮰、二物見《南史·虞悰傳》。新鮓子、蒲葉菘、竹根菜、鰡子鮓、麻胡麥、緑施笋、千里蓴、萬丈鱠，以上見《南史·王足傳》。鱣、鱠足鱠、萬鑿鱠，張掖九蒸豉、大狛炙、蜀擣炙、路時腊、攖天腊、凡當餅、大扁餳、馬鞍餳、白龍舍、黄龍舍、阿韓特餅、櫻桃餬、蝸餅，又有龍上牢丸、湯中牢丸，即子嚥誤以爲牢丸者也。又稱當時蕭家餛餛，可以瀹茗。庾家粽子，白瑩如玉。韓約家櫻桃餬鑼，色不變，曲良翰能爲驢鬚，馳蜂炙，及衣冠家名食有涼胡突鱠、鱧魚膾、連蒸麋麋、皮索餅。食品又有隋煬鏤金龍鳳蟹，唐清風飯，用水晶飯、龍睛粉、龍腦末、牛酪漿調，事畢，下冰池冷透，進之。同阿餅。碎肉與麵搜和如臂，蒸之。蕭家麥穗，生寒消粉。即酥夾生也。辣騎羊。大碗粗舂饌，蒸之。玉尖麵。以消熊棧鹿爲餡，蓋出尖餬頭。玉筋羹。又乳牸鐵烙其乳而出之，乳凝筋上以爲饌。金陵有七紗蠶可照面，餛飩湯可注硯，餅可映字，飯可打擦臺，濕麵可穿結帶，醋可作勘盞寒具，嚼著驚動十里人。御厨進九飣牙盤食，即隋煬諸郡進牙盤。

食經。謝諷《食經》中畧節五十三種：北齊武成王生羊膾，細供没忽羊羹，急成小餺，飛鸞膾，咄嗟膾，剔縷鷄，爽酒十樣卷生，鵝糕，脩賓卷，交加鴨腊，君子飣，越國公碎金飯，雲頭對爐餅，剪雲斫魚羹，虞公斷酢，魚羊僊料，紫龍糕，十二香點腫，春香泛湯，滑餅，象牙鎚，湯裝浮萍麵，金裝韭黄艾蒻，白消熊，帖乳花面英，加料鹽花魚目，專門膾，拖刀羊皮雅膾，折節羹，香翠鶉羹，朱衣飯，餺露醬山子羊羔，千日醬，加乳腐，金丸玉菜腫鼈，添酥冷

白寒具，天孫膾，暗裝籠味，高細浮動羊，乾坤夾餅，乾炙滿天星，含漿餅，撮高巧裝壇樣餅，楊花泛湯糝餅，天真羊膾，魚膾永加王，特封。烙羊成美公，藏蟹含春侯，二名如上注。新治月華飯，無憂脂，連珠起肉。渾羊設最爲珍食。置鴈於羊中，內實粳肉五味，全熟之。熱洛河射鹿，煎腸食之。同昌公主傳有消靈炙、紅虬脯。郭進蓮花餅餌，宋龜樓子膾。仇士良赤明香脯，玉真公主逍遥炙。素食。韋巨源《食單》有單籠金乳酥。是餅，但用獨隔通籠，欲氣隔。曼陀樣夾餅，公廳廳爐。巨勝奴。酥蜜寒具。賈妃紅。加味紅酥。婆羅門經高麵。龍蒸。御黄王母飯。滷鏤卵脂蓋飯面，裝雜味。金鈴炙。酥攪卵脂取真。七返膏。七棬作回花，恐是糕子。光明蝦炙。生蝦則可用。通花轉牛腸。胎用羊膏髓。生進二十四氣餛飩。花形餡料各異，凡二十四種。生進鴨花湯餅。厨典入內下場。見風消。油浴餅。同心生結脯。生結，後風乾。冷蟾兒燒。冷蛤蜊。唐安餻。圓花金銀夾花平截。別蟹，細碎，卷。雙粹方破餅。餡料花用。火燄盞口餡。上言花，下言體。水晶龍鳳膏。棗米蒸，方破見花，乃進。玉露團。酥雕。漢宮棋子。麵錢印花，煮。長生粥。進料。天花餲饠。九煉醬。賜緋含香糗子。蜜。蚶雪。蜜燼火例麵。八方寒食餅。用木範。白龍臛。鱖肉。素蒸音聲部。麵蒸，象蓬菜，僊人，九七十事。金粟平餡。魚木。鳳凰胎。雜治魚白。羊皮花絲。長及尺。逡巡醬。魚羊體。乳釀魚。完進。丁子香淋膾。醋別。蔥醋雞。入籠。吳興連帶鮓。不蘘缺。西江料。蒸熊肩脾。紅羊枝杖。蹄上裁一羊，得四事。昇平炙。怡羊鹿吉拌三百數。八僊盤。別鴦作八副。雪嬰兒。治蛙豆英貼。僊人臠。乳滷雞。小天酥。鹿雞參拌。分裝蒸臘蒸熊。存白。卵羹。純兎。清涼臛碎。封鯉肉夾脂。筋頭春。炙活鴨子。嫒花寒釀。驢蒸。取爛。水鍊犢炙。盡火力。五生盤。羊兎牛熊鹿，並細治。格食。羊肉腸臟縛豆英，各別。過門香。薄治羣物，入浮油烹。紅羅飣。膂血。湯浴繡丸。肉糜治，隱卵花。繡花雲夢肉。卷鎮。徧地錦裝饓。羊脂鴨卵脂付。蒸體間縷寶相肝。盤七升再。

《禮》所謂八珍者，淳熬、淳母、炮豚擣珍、漬、熬、糝、肝脊、炮牂，蓋八法也。其品劉牛羊麋鹿麕豕狗，皆所以養老者也，後世則云龍肝、鳳髓、兎胎、鯉尾、鶉炙、猩唇、熊掌、酥酪蝑。羊脂爲之。迤北八珍，醍醐、麈吭、野馳蹄、鹿唇、馳乳糜、天鵝炙、紫玉漿、玄玉漿。即馬奶子。

宋高宗幸清河王張俊第，供進御筵脯腊一行，線肉條子、皂角鋌子、蝦腊、雲夢把兒、肉腊、嫰房、旋鮓、金山鹹豉、酒腊肉。肉瓜薑垂手八盤子，棟蜂兒。下酒十五盞，花炊鵪子，荔枝白腰子，嫰房簽，三危羹，羊舌簽，萌牙肚胘，胘掌簽，鵪子羹，肚胘，嫰房簽，三危羹，羊舌簽，萌牙肚胘，胘掌簽，鵪子羹，肚胘，鵝肝，沙魚膾，炒鯚魚，鯽魚，湯鱔魚炒鵝，鵝胘掌湯鼈，螃蟹釀枨，嫰房玉棗羹，鮮蝦蹄子膾，南炒腰，洗手蠣，鱘魚假珞琍，五珍膾，螃蠏清羹，鵪子水晶膾，豬腩假江魚，蝦枨膾，蝦魚湯鼈，水母膾，二色蟹兒羹，鮓鯽生，血粉羹。插食，炒白腰子，炙肚胘，炙鵪子脯，潤鷄、潤兎，炙炊餅，不炙炊餅等件厨。勸酒十味，江鱘爆肚，江鱘生，鮝蜂簽，蓋醋香螺，香螺葉肚，蓋酸假公權，煨牡蠣，肚蠣爆肚，蟑螂爆肚。對食十盞二十分，蓮花鴨簽，蟹兒羹，三珍膾，南炒鱔，水母膾，鵪子羹，鱘魚膾，三脆羹，洗手蟹，爆肚胘。對展每分時果五盤。晚食五十分名件，二色蟹兒，小頭羹飯，肚子羹，笑厭見，脯腊鷄，脯鴨。

《食經》、《食次》二書，有腥脯法。腥兒《謝賜傳》。又有泡魚法、羹腥法、胡羹法、肺膾法、羊盤腸雌觔法、羔煮法、筍筍羹法、鮑腥湯法、葉次法、損腎法、蒸魚法、胡炮法、懸熟法、裹蒸法、腥膾法、蜜純煎法、鞔鴨消法、酸肫法、棒炙法、腩炙法、牛胘炙法、檎炙法、御炙法、唼炙法、餅炙法、範炙法、膞肉法、苞膘法。餅有酵法、髓法、聚法。膏環即宋玉賦中粔籹也。餡餡，起麪也。炒珍法、樓精法、煮粔法，以其名小異，故記之。

汴中節、食，因記其名。元陽蟹，元日。油畫明珠，上元。油餡。六上菜，入日。涅槃兜，二月十五。手裹行厨，上巳。冬凌，寒食。指天餕餌，四月八。如意圓，重五。緑荷包子，伏日。辣雞臠，二社飯。羅睺羅飯，七夕。玩月羹，中秋。孟蘭餅餌，中元。米錦，重九糕。宜盤，重至。萱草麪，臘日。法王科斗。臘八。

朱虙《古今疏》卷五《飲食》　飲，啗也。自生殖也。啜，絶也。乍啜而絶於口也。食，啗也。啗，削也，稍削也。餅，并也，溲麪使合併也。餌，而也，相黏而也。餈，漬也，承躁屑使相潤漬餅之也。饘，分也，粢粒各自分也。殽，將也，水飲之温寒多少，與體相將順也。鹽，濟也，與諸味相濟成也。嫒，將也，生釀之，遂使阻於寒温之間，不得爛也。醢，海也，冥也，封塗使密冥好成也。醯，多汁者曰醯。豉，嗜也，五味調和，須之而成，乃可甘嗜也。麴，朽也，鬱之使生衣朽敗也。蘗，缺也，漬麥覆之使生牙開缺也。鮓，滓也，以鹽水釀之，如葅熟而食之也。腊，乾腊也。豚，搏也，乾燥相搏著也。又曰脩。脩，縮也，乾燥而縮也。膾，會也，細切肉，令分散已，乃會合和之也。炙，炙於火上也。餳，洋也，煮米消爛洋洋然也，飴小弱於餳，形怡怡也。酒，酉也，釀之米麴酉澤久而味美也，酉者陰中也，酉用事而爲收，收者甘也，卯用事而爲散，散者辛也，酒之名，以甘辛爲義，金木間隔，以土爲媒，自酸之甘，自甘之辛，而酒成焉，所謂以土之甘，合水作酸，以木之酸，合土作辛也。酒母曰酴，一宿而熟曰醴，汁滓之酒曰醪，三重之酒曰酎，酎之爲言純也。醨，薄酒也。酷，苦酒，醇酒也。麥陰也，黍

陽也，先漬麴而投黍，亦陰陽相成之義也。酒官之長，爲大酋以司六物。六物者，秫稻必齊，麴蘗必時，湛熾必潔，水泉必香，陶器必良，火齊必得也。又有六飲，水、漿、醴、涼、醫、酏也。又有五齊，一曰泛齊，成熟而渣泛泛然也。二曰醴齊，醴者體也，成而上下一體，汁滓相將也。又醴也，釀之一宿而成醴，有酒味而已也。四曰緹齊，色赤如緹也。五曰沈齊，濁滓在下，汁清在上也。又有三酒，一曰事酒，有事而釀之也。二曰昔酒，釀久乃成也。三曰清酒，更久於昔也。茶者南方之嘉木也，一曰茶，二曰檟，三曰蔎，四曰茗，五曰荈。上者生爛石，中者生礫壤，下者生黃土。凡種樹必下子，移植者則不復生，故聘婦必以茶爲禮也。茶之名不一，產茶之處亦不一，紹興有日鑄龍山，劍南有蒙頂石花，湖廣有顧渚紫笋，峽州有碧澗明月，邛州有火井思安，建州有先春龍焙，渠江有薄片，巴東有真香，福州有柏巖，洪州有白露，涪州有賓花，穆州有鴉阮，潭州有鐵色，夷陵有壓蒲，常之陽羨，婺之舉巖崖，丫山之陽坡，龍安之騎火，盤陽之都濡、高株，瀘州之納溪、梅嶺。徽州品種更多，然品第之，則石花爲上，紫笋次之，餘又次之。陸羽著有《茶經》三卷。

李肇亨《清異續録・饌羞》 胙脯鰌炙，無不埋在飯下。里諺云：掘得窖子羅浮顙老。凡取飲食雜烹之類名谷蕈羹。陸道士曰：投膏谷菌羹鍋內，掘窖盤遊飯椀中。

方拱乾《寧古塔・飲食》 稗子，貴人食也，下此皆食粟，曰粟有力也。不飲茶，無陶器，有一磁碗如重寶然。羣不貴遂不足寶矣凡器皆本爲之高麗製者精復難得大率出土人手匕箸盆盂比比皆具大至桶瓮高數尺亦自爲之有打糕，黃米爲之，精有餅餌無定名，入口即佳也。多洪有蜂蜜，貴家購之以佐食，下此不數數。得鹽則取給于高麗，每十月，大宗伯特遣一譯使至寧古昂邦，檄一牛禄督市鹽者以行，給其僕馬至高麗之會同府。會同去王城尚三千里，荒陋猶寧古也。其國亦遣一官授受，我使交易鹽及牛馬布鐵復還，凡五六十日而始竣焉。聞其國亦以供應爲苦。滿人得鹽，乃高價以售，漢人惟退而自啖。其炕頭之酸鹽水菜，將霜取而置之瓮，水浸火烘，久而成漿，曰勝鹽多多許。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五十四》 太宗命蘇易簡講《文中子》，有楊素《食經》。上因問食品稱珍，何物爲最。易簡曰：臣聞物無定味，適口者珍，臣止知蘆汁爲美。太宗笑問其故，曰：臣憶一夕寒甚，擁爐燒火，乘興痛飲，大醉就寢，四鼓始醒，以重衾所擁，咽吻燥渴。時中庭月明，殘雪中覆一蘆盎，不暇呼童，披衣掬雪以盥手，咽引數缶，連沃濁肺，咀蘆數莖，爍若金脆。臣此時自謂上界仙厨鸞脯鳳腊，殆恐不及。屢欲作《冰壺先生傳》，因循未暇也。太宗笑而然之。

前輩云：一郡之政觀於酒，一家之政觀於蘆。蓋二事若善，則其他可知。

東坡與客論食次，取紙一幅，書以示客云：爛蒸同州羊，灌以杏酪，食之以匕不以筯。南都撥心麵，作槐葉溫陶糝。以襄邑抹猪，炊共城香稻，薦以蒸子鵝，吳興庖人斫松江鱸鱠既飽。以廬山康王谷水，烹曾坑鬬品。少焉解衣仰卧，一枕黑甜餘。

東坡謂晨飲爲澆書，李黃門謂午睡爲攤飯。放翁詩云：澆書滿挹浮蛆瓮，攤飯橫眠夢蝶牀。莫笑山翁見機晚，也勝朝市一生忙。

東坡自儋耳北歸，臨行以詩別黎子雲秀才。後批云：新釀甚佳，求一具理。臨行寫此，以折菜錢。南荒人謂瓶罌爲具理。

世傳涪翁喜苦筍，嘗從斌老乞苦筍。詩云：南園苦筍味勝肉，擘龍稱冤莫採録。頃君更致蒼玉束，明日風雨吹成竹。又和坡翁春菜詩云：公如端爲苦筍歸，明日青衫誠可脱。坡得詩，戲謂坐客云：吾固不愛作官，魯直欲以苦筍硬差致仕。聞者絶倒。嘗賦苦筍云：苦而有味，如忠諫之可活國。放翁又從而獎之云：我見魏徵殊嫵媚，約束兒童勿多取。於是世以諫筍目之。及觀涪翁所自跋，則其所食乃取乎甘，非貴乎苦也。南康簡寂觀有甜苦筍，周益公詩云：蔬食山間茶亦甘，況逢苦筍十分甜。君看齒頰留餘味，端爲森森正且嚴。此亦取其甜耳。世人慕名忘味，甘心茶苦者果何説哉。又涪翁在戎州日，過蔡次律家，小軒外植餘甘子。乞名於翁，因名之曰味諫軒。其後王子予以橄欖送翁，翁賦云：方懷味諫軒中果，忽見金盤橄欖來。想見餘甘有瓜葛，苦中真味晚方回。然則二物，亦可名之諫果也。

東坡《橄欖詩》：待得餘甘回齒頰，已輸崖蜜十分甜。俗諺傳南人説橄欖回味清甘。北人云：待他回味時，我棗兒已甜半日矣。坡詩蓋用此意。

東坡嘗約器之同參玉版。器之每倦山行，聞玉版，欣然從之。至簾泉寺，燒笋而食。器之覺笋味勝，問此何名。坡曰：玉版。此老僧善説法，令人得禪悦之味。器之方悟其戲。

范忠宣謫居永州，以書寄人云：此中羊麵，無異北方。每日閉門餐餬飥，不知身之在遠也。蘇文忠五帖，其獻蠔帖，極言蠔之美，至令叔黨勿宣傳北方君子，恐求謫海南以分其味。又云：惠州市肆寥落，日殺一羊，不敢與在官者爭買，時嘱屠買其脊骨。骨間亦有微肉，熟煮熱酒漉，隨意用酒薄點鹽，炙微焦食之，終日摘剔牙縈間，如蟹螯逸味。率三五日一餔，吾子由三年堂庖所飽。芻豢滅，齒而不得骨，豈復知此味乎。北人食麪曰餬飥，俗語作不托。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 《楓窗小牘》曰：舊京工伎，固多奇妙，即烹煮盤案，亦復擅名。如王樓梅花包子，曹婁婁肉餅，薛家羊飯，梅家鵝鴨，曹家從食，徐家瓠羹，鄭家油餅，王家乳酪，段家爓物，石逢巴子肉之類，皆聲稱於時。暨南遷湖上，魚羹宋五嫂，羊肉李七兒，奶房王家，血肚羹宋小已之類，皆當行不數者。宋五嫂，余家蒼頭嫂也。每過湖上，時進肆慰談，亦他鄉寒故也。悲夫。宋五嫂魚羹常經御賞，人爭赴之，遂成富媪。

金陵士大夫淵藪，家事鼎鐺，種種臻妙，釐可照面，餛飩湯可注研，餅可暎字，亦可作勸盞，飯可打擦擦臺，濕麵可穿結帶，寒具嚼著驚動十里人。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 周益公，洪容齋，嘗侍壽皇宴。因談肴核，上問容齋，鄱陽人也，對曰：沙地馬蹄鱉，雪天牛尾狸。又問益公，廬陵人也，對曰：金柑玉版笋，銀杏水晶葱。上吟賞。又問一侍從，忘其名，浙人也，對曰：螺頭新婦臂，龜腳老婆牙。四者皆海鮮也。上爲之一笑。張景，公安人。仁宗召見問曰：卿江陵有何勝。曰：兩岸緑楊遮虎渡，一灣芳草護龍洲。又問所食何物，曰：新粟米炊魚子飯，嫩冬瓜煮鱉裙羹。

馬驌《繹史》卷一四之六《周禮之六・曲禮》 飯：黍、稷、稻、粱、白黍、黄粱、稗、穊。膳：腳、臐、膮、膍、醢、牛炙、醢、牛胾、牛載、醢、牛膾，羊炙、羊載、醢、豕炙、豕載、芥醬、魚膾、雉、兔、鶉、鷃。飲：重醴，稻醴清、糟，黍醴清、糟，粱醴清、糟，或以酏爲醴，黍酏，漿，水，醷，瀉。酒：清、白。羞：糗餌、粉酏。食：蝸醢而菰食，雉羹，麥食、脯羹、雞羹，折稌、犬羹、兔羹，和糝不蓼。濡豚包苦實蓼，濡雞醢醬實蓼，濡魚卵醬實蓼。腥脩，蚳醢；脯羹，兔醢；麋膚，魚醢；魚膾，芥醬；麋腥，醢醬；腶脩，桃諸，梅諸，卵鹽。凡食齊視春時，羹齊視夏時，醬齊視秋時，飲齊視冬時。凡和，春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多鹹，調以滑甘。牛宜稌，羊宜黍，鴈宜麥，魚宜菰。春宜羔、豚，膳膏薌；夏宜腒、鱐，膳膏臊；秋宜犢、麋，膳膏腥；冬宜鮮、羽，膳膏羶。牛脩、鹿脯、田豕、腶脩、麋脯、麕脯、麋、鹿、田豕、麕，皆有軒；雉、兔，皆有芼。爵、鶉、鷃、鴽、范、芝栭、蔆、棋、棗、栗、榛、柿、瓜、桃、李、梅、杏、楂、梨、薑、桂。大夫燕食有脩無脯，有脯無膾。士不貳羹胾，庶人耆老不徒食。膾春用葱，秋用芥。豚春用韭，秋用蓼。脂用葱，膏有薌。三牲用薤，和用醯，獸用梅。鶉羹、雞羹、鴽醸之蓼，鮒、鱒烝，鮒燒，雉薨，無蓼。不食雛尠。狼去腸，狗去腎，狸去正脊，兔去尻，狐去首，豚去腦，魚去乙，鼈去醜。肉曰脱之，魚曰作之，棗曰新之，栗曰撰之，桃曰膽之，桃曰攢之。

馬驌《繹史》卷一五七《食貨志》 《史記》：老子曰：【略】夫天下物所鮮多，人民謡俗，山東食海鹽，山西食鹽鹵，嶺南沙北固往往出鹽，大體如此矣。總之，楚越之地，地廣人希，飯稻羹魚，或火耕而水耨，果隋蠃蛤，不待賈而足，地勢饒食，無饑饉之患，以故呰窳偷生，無積聚而多貧。是故江淮以南，無凍餓之人，亦無千金之家。沂泗水以北，宜五穀桑麻六畜，地小人衆，數被水旱之害，民好畜藏，故秦、夏、梁、魯好農而重民。三河、宛、陳亦然，加以商賈。齊趙設智巧，仰機利。燕、代田畜而事蠶。【略】

張履祥《楊園先生全集》卷一《經正録雜細事宜第五》 凡飲食有則食之，無則不可思索，但粥飯充飢不可闕。

孫承澤《春明夢餘録》卷一七《太廟》 宗廟薦新物品

正月，韮菜四觔，生菜四觔，薺四觔，雞子二百六十箇，鴨子二百四十箇。

二月，芹菜三觔，薹菜五觔，冰萋蒿五觔，鵝二十二隻。

三月，茶笋一十五觔，鯉魚二十五觔。

四月，櫻桃十觔，杏子二十觔，青梅二十觔，王瓜五十箇，雉雞十五隻，猪二口。

五月，桃子十五觔，李子二十觔。夏至，李子二十觔，紅豆一升，沙糖一觔八兩，來禽十五觔，茄子一百五十箇，大麥仁三斗，小麥麵三十觔，嫩雞三十五隻。

六月，蓮蓬二百五十箇，甜瓜三十箇，西瓜三十箇，冬瓜三十箇。

七月，棗子二十觔，葡萄二十觔，梨二十觔，鮮菱十五觔，芡實十觔，雪梨二十箇。

八月，藕四十枝，芋苗二十觔，茭白二十觔，嫩薑二十五觔，粳米三斗，粟米三斗，穬米三斗，鰣魚十五觔。

九月，橙子二十觔，栗子二
十月，柑子二十五觔，橘子
十一月，甘蔗一百三十根，
糖一觔八兩。

十二月，波菜十觔，芥菜五觔，鯽魚十五觔，白魚十五觔。

孫承澤《春明夢餘録》卷一八《奉先殿》 每月供獻

初一日，捲煎。

初二日，髓餅。

初三日，沙爐燒餅。

初四日，蓼花。

初五日，羊肉肥麪角兒。

初六日，糖沙餡饅頭。

初七日，巴茶。

初八日，蜜酥餅。

初九日，肉油酥。

初十日，糖蒸餅。

十一日，盪麵燒餅。

十二日，椒鹽餅。

十三日，羊肉小饅頭。

十四日，細糖。

十五日，玉茭白。

十六日，千層蒸餅。

十七日，酥皮角。

十八日，糖棗糕。

十九日，酪。

二十日，麻膩麪。

二十一日，蜂糖糕。

二十二日，芝蘇燒餅。

二十三日，捲餅。

二十四日，爛羊蒸餛。

二十五日，雪糕。

二十六日，夾糖餅。

二十七日，兩熟魚。

二十八日，象眼糕。

二十九日，酥油燒餅。

以上一月，共用銀一千五百九十二兩四錢。又每月遇十五日，奉先殿用猪九口，羊五隻，大尾羊四隻，香油棗柿葡萄荔枝梨水粉諸件，用一百六十八兩。四月初八日，獻新不落夾，用銀一百六十九兩四錢。

張岱《陶菴夢憶》卷四《方物》 越中清饒無過余者，喜啖方物。北京則蘋婆果、黄鼠馬牙，松山東則羊肚菜、秋白梨、文官果、甜子，福建則福橘、福橘餅、牛皮糖、紅腐乳，江西則青根，豐城脯，山西則天花菜，蘇州則帶骨鮑螺、山查丁、山查糕、松子糖、白圓橄欖脯，嘉興則馬交魚脯、陶莊黄雀，南京則套櫻桃、桃門棗、地栗團、窩笋團、山查糖，杭州則西瓜、雞豆子、花下藕、韮芽、元笋糖、栖蜜橘，蕭山則楊梅、薄菜、鳧鳥、青鯽、方柿，諸暨則香貍、櫻桃、虎栗，嵊則蕨粉、細榧、龍游糖，臨海則枕頭瓜，台州則瓦楞蚶、江瑶柱、蒲江則火肉，東陽則南棗，山陰則破糖笋、謝橘，獨山菱，河蟹，三江屯螳、白蛤、江魚、鱘魚、裹河鱴。遠則歲致之，近則月致之，日致之，耽耽逐逐，日爲口腹謀，罪孽固重。但由今思之，四方兵燹，寸寸割裂，錢塘衣帶水，猶不敢輕渡，則向之傳食四方，不可不謂之福德也。

純生氏曰：幻筆空腸老饕，鄙得不垂涎耶。

褚家軒《堅瓠秘集》卷四《物日食料》 《真珠船》載禁苑魚獸食數。正德中，崔傑爲光禄寺丞，言南城金魚，日食蒸餅白麪二十斤。御馬監小猴十隻，日食白米一斗，紅棗二斤八兩。獅子房二號，日食活羊一隻，白糖四兩，羊乳二瓶，醋二瓶，花椒一兩三錢。犀牛一隻，日食白米一升，猪肉二觔，雞一隻，紅棗二觔。豹每隻日食羊肉二斤，虎每隻日食羊一羫。惟猴以攪馬不睡，辟害，不爲虚糜，餘則坐食尸素之畜耳，當與曠官蠹國者，並殺同驅可也。

吴景旭《歷代詩話》卷五九辛集中之下《谷董盤遊》 陸道士詩：投醪谷董羹鍋裏，闕窖盤遊飯盌中。

吴曰生曰：二句皆撫實也。羅浮顛老取凡飲食雜烹之，名谷董羹，坐客稱善。王摩詰有露葵羹，杜子美有錦帶羹，陳思王製七寶羹。唐明皇射生鹿，取血淪暘食之，謂之熱洛河。交趾俗牛羊腸臟客洗爲羹，名不乃羹。又有羊鹿雞猪肉和骨一釜煮之，調以五味，爲不録羹。

江南人好作盤遊飯，鋪鮓鱠炙無不有，然皆埋之飯中。故里諺云：撅得窖子。陸放翁引《北户録》云：嶺俗家富者，婦産三日或足月洗兒，作團油飯，以煎魚蝦雞鴈猪羊灌腸，蕉子蓋桂鹽豉爲之，即所謂盤遊飯也。二字語相近，必傳者之悞。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 段成式食品有壽木花、玄木葉、葉夢澤芹、具區菁、楊樸姜、招摇桂、越輅園、長澤卵、三危露、崑崙芹、蒲葉菘、竹根粟、麻湖菱、緑施笋。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 郇公厨 韋陟襲封郇國公，性侈縱，尤窮治羞饌，厨中飲食香味錯襍，入其中者多飽飫而歸。時人語曰：人欲不飯筋骨舒，賓緣須入郇公厨。

張岱《夜航船》卷一九《物理部·飲食》 炙肉以芝麻花爲末置肉上，則油不流。糟鰕久則沙，見燈亦沙，用皂角一寸置瓶下，則不沙。煮老雞以山查煮即爛，或用白梅煮亦妙。枳實煮魚則骨軟，或用鳳仙花子。醬内生蛆，以馬草烏碎

切入之，蛆即死。糟茄入石緑，切開不黑。糟薑瓶内安蟬，雖老薑亦無筋。食蒜後，生薑棗子同食少許，則不臭。煮飯以礬硝入之，則各自粒而不粘。米醋内入炒鹽，則不生白衣。用鹽洗猪臟肚子則臭。醃魚用礬鹽同醃則去涎。凡裸色羊肉，入松子則無毒。藕皮和菱米同食，則甜而軟。艾辣用細辛少許與蜜同研，則極辣。晒胡蘆乾，以藥本湯洗過，不引蠅子。楊梅核與西瓜子用柿漆拌晒乾，則自開，只揀取仁。鴨蛋以礪砂畫花寫字候乾以頭髮灰汁洗之則花直透内。炒白果栗子，放油紙撚在内，則皮自脱。夏月魚肉放香油，耐久不臭。蘿蔔梗同煮銀杏，則不苦。煮芋，以灰煮之則酥。煮藕，以柴灰煮之則糜爛，另换水放糖。榧子與甘蔗同食，其渣自軟，與紙一般。晒肉脯以香油抹之，不引蠅子。食荔枝多則醉，以殼浸水飲之則解。醃鴨蛋，月半日做則黄居中，一日云日中做。韶粉去酒中酸味，赤豆炒熱入之亦好。荷花蕾煮肉，精者浮，肥者沉。鴨蛋以金櫛根同煮，白皆紅。天落水做飯，白米變紅，紅米變白。飲酒欲不醉，服礞砂末。喫栗子於生芽處，咬破氣一口，剥之皮自脱。竹葉與栗同食無渣。茄幹灰可醃海蜇。寸切稻草可煮臭肉，其臭皆入草肉。煮老鵝就灶邊取瓦一片同煮即爛。喫蠏後，以蠟臍洗手則不腥。豆油煮豆腐有味。離上舊竹篾縛肉，煮則速糜。餛飩入香蕈，在内不嘬。食河豚罷，以蘿蔔煎湯滌器皿，即去其腥。燈草寸斷，收糖霜重，間之爲佳。糖霜用新盛瓶，貯以竹箸，紙包好懸於灶上，兩三年不鎔。糟薑入瓶中，糝少許熟栗子末於瓶口則無滓。糟薑時，底下用核桃肉數箇，則薑不辣。糟茄須旋摘便糟，仍不去蒂萼爲佳。乾蓼草上下覆鋪，以貯糯米則不蛀。豆黄和松葉食之甚美，可作避地計。沙糖調水，洗石耳極光潤。食梅齒軟，以梅葉嚼之即止。生甜瓜以煮魚骨刺之，經宿則熟。伏中合醬與麪不生蛆。收椒帶眼收，不帶葉收，不變色。日未出及已没下醬，不引蠅子。醉中飲冷水則手顫。造醬之時，缸面用草烏頭四个置其上，則免蠅蚋。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》　淳熬淳母

《禮記・内則》註疏：先以陸稻爲飯，沃之以膏，曰淳熬。以黍爲飯制之如上法，曰淳母。此八珍中之二珍也。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》　谷董羹

《方輿勝覽》惠州士人好造盤遊飯，取鮓薊膾炙皆埋之飯中。又好作谷董羹，取凡飲食裸烹之。

冒襄《影梅菴憶語》　火肉久者無油，有松柏之味。風魚久者如火肉，有麂鹿之味。醉蛤如桃花，醉鱘骨如白玉，油蝑如鱘魚，蝦鬆如龍鬚，烘兔酥雉如餅餌，可以龍而食之。菌脯如雞壢，腐湯如牛乳。姬細考之《食譜》，四方鄉厨中，一種偶異，即加訪求而又以慧巧變化爲之，莫不異妙。

杜茶村曰：一匕一臠異香絶味，使人作五鮮八珍之想。

余懷《三吴遊覽志》　〔六月〕初二小霽，遇吴郡黄惕如，洞庭顧右民，移寓僧樓。公沂埽地焚香，右民洗茶曬藥，余企脚北牕下觀書。時久雨乍晴，山碧欲滴，用惠泉水潑峒山廟後茶，燒蘭溪豬，煮太倉筍，筍出六月最佳。喫松江米飯。飽餐摩腹，繞堂而行。右民曰：享如此清福，恐爲上帝所忌。公沂曰：恨少美人在傍耳。余曰：天不滿東南，地不滿西北，人生缺陷固自多也。惕如啞然而笑曰：有是哉。

張英《飯有十二合説》　一之稻

古稱飯之美者，則有元山之禾，精鑿白粲，昔人所重。吾鄉稻有三種，有早熟者，有中熟者，有晚熟者，早晚所熟，皆不及中熟之佳。蔡邕《月令章句》云：時在季秋謂之半夏稻，滋味清淑，顧養爲宜。頌曰：

詩稱香稻，如雪流匙。辨種嘗味，遲熟攸宜。益脾健胃，百福所基。

二之炊

朝鮮人善炊飯，顆粒朗然而柔膩香澤，倘所謂中邊皆腴者耶。又聞之静海勵先生炊米汁勿傾去，留以蘊釀，則氣味全。火宜緩，水宜減，蓋有道焉。鹵莽滅裂，是與暴殄天物者等也。頌曰：

釋之溲溲，蒸之浮浮。炊我長腰，質粹香留。謹視火候，丹鼎功侔。

三之肴

《禮》曰：居山不以魚鼈爲禮，居澤不以麋鹿爲禮。食地之所產，則滋味鮮而物力省。近見人家宴會，每以珍錯爲奇，不知雞豚魚鰕本有至味。《内則》所載養老人八珍，皆尋常羊豕，特烹炮異耳，何嘗廣搜異味哉。且每食一葷，則腸胃不裸，而得以盡其滋味之美。山海羅列，腥葷裸進，既爲傷生侈費，亦乖頤養之道，所當深戒者也。頌曰：

甘毳芳鮮，是爲侯鯖。脾寬則化，腹虚則靈。戒爾殄餮，視此鼎銘。

四之蔬

古人稱早韭晚菘，山厨珍味，城中鬻蔬者，採摘非時，復爲風日所損，真味漓矣。自種一畝蔬時，其老稺而取之，含露負霜，甘芳脆美，詩人所謂有道在葵藿

耶。頌曰：

蔓菁蘆菔，其甘如飴。美勝梁肉，晚食益奇。菜根不厭，百事可爲。

五之脩

古稱脯脩，亦所以佐七箸，山雉澤鳧鹿脯魚鱐，昔人往往見之篇什，但取一種可以侑食，毋爲侈靡奇巧。頌曰：

飽嘗世味，如彼雞肋。聊資醯脯，以妥家食。炮炙肥甘，腑胃之賊。

六之葅

鹽豉寒葅，古人所謂旨畜以禦冬也，以清脆甘芬爲貴。食既而嚼，口吻爽爲益多矣。頌曰：

甫里幽居，爰賦杞菊。紅薑紫茄，青筍黃獨。告我婦子，儲備宜夙。

七之羹

古人每飯羹左食右，又曰若作和羹，爾爲鹽梅，羹之爲用，宜備五味以宣洩補益，由來尚矣。古人飯而以湯沃之，曰飡言取飽也。老者易於哽咽，於羹尤宜。頌曰：

新婦執饋，爰作羹湯。和以芍藥，椒芬鮅香。以代祝哽，祇奉高堂。

八之茗

食畢而茗，所以解葷腥滌齒頰，以通利腸胃也。茗以溫醇爲貴，斧片、武夷、六安三種最良，石泉佳茗最是清福。頌曰：

松風既鳴，蟹眼將沸。月團手烹，以滌滯鬱。丹田紫關，香氣騰拂。

九之時

人所最重者食也，食所最重者時也，山梁雌雉，子曰時哉時哉。固有珍膳當前，而困於酒食者，失其時也。有葵藿而欣然一飽者，得其時也。樊籠之鳥，飼以稻粱而羽毛鎩敝。山谿之鳥，五步一飲，十步一啄，而飛鳴自得者，時與不時之異也。當飽而食曰非時，當飢而不食曰非時，適當其可謂之時噫，難爲名利中人言哉。頌曰：

晨起腹虛，載遊樊圃。容與花間，香生肺腑。思食而食，奚羨華膴。

十之器

器以磁爲宜，但取精潔，毋尚細巧。甕太佳則脆薄易於傷損，必反爲其所役而無自適之趣矣，子但取其中者。頌曰：

繩牀棐几，淨掃無塵。花磁瑩潤，參伍以陳。陋彼金玉，縈擾心神。

十一之地

吁食豈易言哉，冬則溫密之室，焚名香然獸炭，春則柳堂花榭，夏則或臨水，或依竹，或蔭喬林之陰，或坐片石之上，秋則晴窗高閣，皆所以順四時之序。又必遠塵埃，避風日，簾幙當施，則圍坐斗室，軒窗當啓，則遠見林壑。斯殽香飲翠，可以助吾藜藿雞黍之趣，食豈易言哉。頌曰：

食以養生，以暢爲福。相彼陰陽，時其涼燠。以適我情，以果我腹。

十二之侶

獨酌太寂，羣餐太囂，雖然非其人，則移牀遠客不如其寂也。或良友同餐，或妻子共食，但取三四人，毋多而囂。頌曰：

肅然以敬，雍然以和。不淫不侈，不煩不苛。式飲式食，受福孔多。

張英等《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載一》 原：《易》曰：君子以飲食宴樂。又曰：君子以慎言語，節飲食。《尚書》曰：食哉，惟時。注：食哉者，所重民食也。又《洪範》曰三，八政，一曰食。《大傳》曰：八政何竟先食，食者萬物之始，人之所本者也。又曰：惟辟玉食。按：辟，君也，言惟君爲美食也。《毛詩》曰：爾酒既清，爾肴伊脯，公尸燕飲，福祿來下。又曰：中心好之，曷飲食之。又曰：雖無嘉肴，式食庶幾。《周禮》曰：王齊則玉府供食玉。鄭注云：玉，陽精之純者，食之以禦水氣。又曰：食醫掌和王之六食、六飲、六膳、百羞、百醬、八珍之齊。凡和春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多鹹，調以滑甘。注云：多其時味，以養氣也。凡會膳食之，宜牛、宜稊羊、宜黍豕、宜稷犬、宜粱雁、宜麥魚、宜菽。凡君子之食，恒放焉。注云：言氣味相成也。又膳夫掌王之飲食膳羞，王日一舉鼎十有二物，皆有俎，以樂侑食。按鄭注曰：謂王日一舉，以朝食也，后與王同庖鼎十有二，牢鼎九，陪鼎三物，謂牢鼎之實亦九俎。又曰：王齊日三舉。注曰：殺牲盛饌曰舉。又曰：庖人掌共六獸六禽。注曰：六獸，麋、鹿、熊、麕、野豕、兔。六禽，雁、鶉、鴽、雉、鳩、鴿。《禮記》曰：古者未有火化，食草木之實，鳥獸之肉。後聖有作修火之利，以炮以燔，以爲酪醴。又曰：凡進食之禮，左肴右胾，食居人之左羹，居人之右膾。炙處外，醯醬處內。葱渫處末，酒漿。處右，以脯脩置者，左朐右末。增又曰：春宜羔豚，膳膏腥。牛夏宜腸胃，膳膏臊。犬秋宜犢麛，膳膏腥。鷄冬宜鮮羽，膳膏膻。羊又曰：食禮，主人親饋則客不祭，故君子苟無禮，雖美不食焉。原墨子曰：人不衣裋褐，不食糟糠，飲食不美。面目顏色不足視衣服不美，身體從容，不足觀也。是以食必粱肉，衣必文繡。增慎子曰：小人

食于力，君子食于道。又曰飲過度者生水，食過度者生食。公孫尼子曰：食甘者益于肉，而骨不利也。又曰：太古之人，飲露食草木實。莊子曰：巧者勞而智者憂，無能者無所求，飽食者遨遊，泛若不繫之舟。韓子曰：嬰兒共戲，以塵爲飯，以塗爲羹，以木爲戴，然至日晚必歸。饑者，塵不可食也。又曰：凡人上不屬天，下不著地，以腸胃爲根本，不食則不能活，是以不免于欲利之心。欲利之心不除，其身之憂也。故聖人衣可犯寒，食足以充虛，則不憂矣。又曰：餓歲之春，幼弟不饋。穰歲九秋，疎客必食。非疎骨肉少多之，心異也。孫子曰：鑠金爲洪爐，盜蹠不探鴆，肉在俎，餓徒不食。原：《淮南子》曰：食者，民之本也。增：又曰：煎熬烹炙，調齊和之，適以窮荊吳甘酸之變。原《揚子法言》曰：食如蟻，衣如華，朱輪駟馬，金珠煌煌，無已泰乎。注曰：蟻言精細也。《白虎通》曰：王者所以四食者，何明有四方之物，食四時之功也。四方不平，四時不順，有撤膳之法焉。又曰：王者食所以有樂，何樂食天下之太平富積之饒也。又曰：食力無數，庶人職在耕桑，戮力勞役。饑即食，飽即作，故無數。按：《禮器》云：天子一，諸侯再，大夫士三，食力無數。《桓譚新論》曰：太原郡民以隆冬不火食五日，雖有疾病，緩急不敢獨犯。又曰：太原咸奉介君之靈，至三月清明，斷火寒食。增：魏文帝詔曰：三世長者，知飲食，言被服。飲食難曉，非長者不別也。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載四》 名食。《酉陽雜俎》云：今衣冠家名食，有蕭家餛飩，漉去其湯不肥，可以瀹茗。庾家粽子，白瑩如玉。韓約能作櫻桃餲饘，其色不變。又能造冷胡突、鮰鯉魚、臆連、蒸麞皮、索餅。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載四》 六穀八珍。劉邵《七華》云：六穀八珍，百羞五味，食饌之常，未足爲貴。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載四》 周舉使炊食。《汝南先賢傳》云：周舉爲并州刺史，太原舊俗，以介子推燒死至其亡時，民爲絶火食，老小不堪，歲多死者。舉乃作弔書，置子推廟中，說民不宜寒食之故，因勸使炊食如初。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《粥飯》 《藝文類聚》：神農時，民始食穀，加於燒石之上而食。《周書》曰：黄帝始蒸穀爲飯，烹穀爲粥也。烹穀二字新。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《饌餻》 韋巨源尚書家有《食帳》數百種，中有金銀夾花平截，即今剔蟹爲卷蒸也。輕高麵，即今之籠蒸饅頭也。見風消，即今之冷蛤蜊也。鳳凰胎，即今之魚白也。卯羹，即今之油餅也。冷蟾兒羹，即今之冷蛤蜊也。湯浴繡丸，即今之有餡雞子也。謝諷有《食經》，《清異録》略抄五十三種，中有白消熊，夫熊何以謂之消也。按：趙宗儒在翰林，聞中使言今日早饌玉尖麵，用消熊棧鹿，上甚嗜之。問其形，則人間出尖饅頭也。又問消之説，曰熊之極肥者曰消鹿，以倍料精養曰棧據，此始知白消熊命名之意。鄒平公《食憲章》有五十種，公即段文昌也。段有老婢名膳祖，尤精饌事，指授諸女僕，閱百婢獨九人可嗣法，故世稱段公九婢。《清異録》又云：醬爲八珍主人，醋爲食總。反是爲惡醬爲厨司大耗，惡醋爲小耗。孟蜀《尚食堂食典》有一百卷。又傳建康七妙，金陵士大夫湔敝家，家事鼎鑷有七妙盡可照面，餛飩湯可注硯，餅可映字，飯可打擦擦，臺麵可穿結帶，餅可作勸盞，寒具嚼者驚十里人。又仇士良家脯名赤明香，輕薄甘香，殷紅浮脆，後世莫及。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《腹脩》 《腹脩記》注：脯加薑桂也，王饗諸侯，先設腹脩於筵，然後設餘饌，故曰大享尚腹脩。今江北宴客，客未入席，先具脯及他味於筵，客入席，然後進他殽，亦即此遺意也。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《點心》 點心二字見《唐史》，鄭儉之夫人顧其弟曰：我及未餐，爾且可點心。此二字唐時已然。

王棠《燕在閣知新録》卷二九《馬蹄鼈清水鰻鱉》 此二物新安最佳。洪武時，各處土産應供。注，徽州連茶，馬蹄鼈、清水鰻鱉。帝持灑翰蠲免，曰使朱升鄉里世世沾皇恩也。按：朱升，當洪武元年聖旨與朱升。有云：眷我同宗之老，實爲耆哲之英。又御灑樓額四字，曰梅花初月。

姚之駰《元明事類鈔》卷三一《鈔食門・饌》 秋風膾。《元氏掖庭記》：武宗泛月于禁苑太液池，薦蜻蜓之脯，進秋風之膾。

聚霜煮羹。《元史》：太祖西片，在道絶汲。赫嚕晨起，聚草上霜煮羹以進，詳見霜。

琉璃肺。王惲《琉璃肺詩》：犀筋喜辛忘海味，霜刀爭割快牛心。

紅玉髓。耶律楚材《鹿尾詩》：濃色殷殷紅玉髓，微香馥馥紫瓊漿。

羊酥。貢師泰詩：三山五月尚清寒，新滴羊酥凍玉柈。何物風流可相稱，兎豪花滷水龍團。

糟魚。王惲《糟魚詩》：霜刀截斷玉腴芳，暖貯銀罌釀粉漿。錦尾帶頗傳内品，金盤堆雪喜新嘗。

馳蹄。柳貫詩：勸客有馳蹄。耶律楚材詩：臘糟微浸軟馳蹄。

換舌羹。《元氏掖庭記》：宮中以玉版尖及白兎胎作羹，味極佳，名之曰換舌羹，倫載尤良《名饌録》及高迪詩序。

頭腦酒。《典故記聞》：舊自冬至後至春日，殿前將軍甲士賜酒肉，名曰頭腦酒。景泰時，以大官度支不充，罷之。

進百鱗。《談薈》：陽城王太宰國光飲噉尤偉，切白肉作大鱗，每進必百鱗，飲必三斗。

冰鴨銀苗。明秦徵蘭《天啟宮詞》：冰鴨銀苗院院同。自注：宮中中元節，食銀苗菜藕之嫩芽也。冰鴨，先一夕煮熟凝成膏者。

汪爲熹《鄖署雜鈔》卷七《汴梁食味》 宋時汴京工技如烹煮盤案擅名者，有王樓梅花包子，曹婆肉餅，薛家羊羹，梅家鵝鴨，曹家從食，徐家瓠羹，鄭家油餅，王家乳酪，段家爓物，不逢包子。南食，及南遷臨安，有魚羹宋五嫂，羊肉李七兒，奶房王家血，肚羹宋小巴。《夢華録》

汪森《粵西叢載》卷一八《食物》 嶺南地暖，草萊經冬不衰，故蔬圃之中，栽種茄子者，宿根二三年者，漸長枝幹，乃成大樹。每夏秋熟時，梯樹摘之，三年後，樹老子稀，即伐去別栽嫩者。又其俗入冬好食餛飩，往往稍暄，食須用扇。至十月旦，率以扇一柄相遺，書中以吃餛飩爲題，故俗名踏梯摘茄子，把扇吃餛飩。高懌《羣居解頤》

嶺南人好啖蛇，易其名曰茅鱓，草蟲曰茅蝦，鼠曰家鹿，蝦蟇曰蛤蚧，皆常所食者。海魚之異者，黄魚化爲鸚鵡，泡去聲魚大者如斗，身有刺，化爲豪猪。沙魚之斑者，化爲鹿。張師正《倦遊雜録》

不乃羹，牛羊腸臟，略擺洗，羹以饗客，臭不可近。食之既，則大喜。《嶺表録異》曰：交趾重不乃羹，先鼻引其汁。不乃者，反切擺也。朱輔《溪蠻叢笑》

桂人好食蝦蟆，仍重乾菌爲糁，赴食者至以餘俎包歸遺兒女。雖污衫不恥。馮贄《雲仙雜記》

陳元龍《格致鏡原》卷二一《飲食類一·總》 《禮記》：古者未有火化，食草木之實，禽獸之肉。《禮含文嘉》：燧人氏始炮生爲熟。《古史考》：古者茹毛飲血，燧人氏鑽火，始裹肉而燔之曰炮。神農時，食穀加米於燒石之上而食之。黄帝時，有釜甑，飲食之道始備。《管子》：黄帝鑽燧以熟葷臊，民食之，無腹胃之疾。《墨子》：食者民之本也。《淮南子》：食者聖人之所寶也，聖王制飲食，足以克虚繼氣，以强股肱，使耳目聰明，不極五味之調，芬香之和，不致遠國珍怪異物也。《家語》：食石者肥澤而不老，食水者耐寒而苦浮，食肉者勇而悍，食穀者智慧而夭，食氣者神明而壽，不食者不死而神。《韓子》：堯之王天下也，糲粢之食，藜藿之羹，監門之養，不厭于此矣。《周禮》：凡王之饋，食用六穀，黍稷稻粱菽麥。膳用六牲，馬牛羊豕犬雞。飲用六清，水漿醴涼醫酏。羞用百有二十品，珍用八物，淳熬、淳母、炮豚、炮牂、擣珍、清熬、肝脊。醬用百有二十甕。醯六十甕，醢六十甕。《周禮》：食醫掌和王之六食、六飲、六膳、百羞、百醬、八珍之齊。凡食齊眡春時，羹齊眡夏時，醬齊眡秋時，飲齊眡冬時。凡和春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多鹹，調以滑甘。凡會膳食之宜，牛宜稌羊，宜黍豕，宜稷犬，宜粱鴈，宜麥魚，宜菰，凡君子之食恒放焉。又内饔掌王及后世子膳羞之割烹煎和之事，辨體名肉物，辨百品味之物。又外饔掌外祭祀之割烹，共其脯修刑膴，脯，薄析肉也。修，鍛肉也。刑，鉶羹也。膴，腊肉，大臠也。陳其鼎俎，實之牲體魚腊。《周禮》：朝事之籩，其實麷黄，白黑形鹽，膴鮑魚鱐，羞籩之實，糗餌粉餈。《周禮》：庖人掌六獸六禽，辨其名物。鄭注：六禽，鴈鶉鷃雉鳩鴿。按：獸人冬獻狼，夏獻麋。又《内則》無熊，則六獸當有狼，而熊不屬。六禽于禽獻及六摯，宜爲羔豚犢麛雉雁。凡鳥獸未孕曰禽。司馬職曰：大獸公之，小獸私之。

《左傳》：子太叔對趙簡子曰，爲六畜、五牲、三犧以奉五味。杜注：六畜，馬牛羊豕犬雞。五牲，麋鹿麛狼兔。三犧，祭天地宗廟三者謂犧。《周禮》：内饔共后及世子之膳羞，辨腥臊羶香之不可食者。牛夜鳴則唐，羊冷毛而毳，羶犬赤股而躁，臊烏鼈色而沙，鳴鼆豕盲眡而交睫，腥馬黑脊而般臂螻。《北堂書鈔》：《楚辭》云，蕙肴蒸兮蘭藉，奠桂酒兮椒漿。案：蕙肴，以蕙草蒸肉也。藉，所以藉飯食也。《易》曰：藉用白茅。《周禮·膳夫職》王日一舉，鼎十有二，物皆有俎。鄭注：殺牲盛饌曰舉，王日一舉以朝食也，后與王同庖鼎十有二，牢鼎九，陪鼎三，物謂牢鼎之實，亦九俎。《晏子》：晏子侍于景公，朝寒，公曰：請進煖食。辭曰：嬰非君奉也。《國老閒談》：真宗問杜鎬樽食原於何代，鎬對曰：漢景爲太子，文帝鍾愛，既居東朝，文帝念之曰：太子之食必料差殊。乃命太官每日具兩檐櫝以賜之。此其始也。《野客叢談》：世俗例以早晨小食爲點心，自唐已有此語。鄭僖爲江淮留後，夫人曰：爾且點心。或謂小食，亦罕知出處。《昭明太子傳》曰：京師穀貴，改常饌爲小食。小食之名本此。《五代會要》：唐室升平，日常參官，每日朝退賜食，謂之廊餐，自太宗始。《歲時雜記》：京師十月朔，沃酒炙臠肉于爐中，圍坐飲啗，謂之煖爐。《雅釋》：女嫁三日後，父母家

來餉食，俗謂餽女。《嵩高山記》：山下岩中有一石室，有自然飲食。《六書》：故凡饋餽之品味皆曰膳。《內則》：滫瀡以滑之。注：秦人漫曰滫，齊人滑曰瀡。《方言》有汁而乾之曰煎。《燕山録》：煮羊以餌，煮鱉以蚊，省火。《內則》：狼去腸，狸去脊，兔去尻，狐去首，豚去腦，魚去乙，鼈去醜。鄭注：皆爲不利人也。《升菴外集》：酒醋過弦而生涎，糟醬逢潮而作沫，雞子日中則正，日昃則偏。《清異録》：和魯公嘗以春社遺節，饌用禽惟一新樣大方碗，覆以剪鏤蠟春羅，椀内品物不知其幾種也，物十而飯二焉，禁庭社日爲之，名辣驕羊。《清異録》：季冬既大寒，可以停食物，家家多方鳩集羊豕牛鹿兔鴿魚鵝百珍之衆，預期十日而辦造，至正旦方成，以品目多者爲上，用製湯餅，盛筵而薦之，名回湯武庫，大槩秦隴盛行。《清異録》比丘尼梵正庖制精巧，用鮓臛膾脯，醯醬瓜蔬，黄赤雜色，鬬成景物，若坐及二十人，則人裝一景，合成輞川圖小樣。《西陽雜俎》：貞元中，有一將軍家出飯食，每説無物不堪噉，唯在火候善，均五味，常取敗障泥胡盞修理，食之其味佳。

陳元龍《格致鏡原》卷二四《飲食類四・羹附湯》 總論。《説文》：羹，五味和也。《釋名》：羹，汪也，汁汪郎也。《廣雅》：羹謂之涪。《禮記》：羹之有菜者用梜，無菜者不用梜。宋玉《招魂》：露雞臛蠵。王逸註：有菜曰羹，無菜曰臛。《左傳》和如羹焉，水火醯醢鹽梅以烹魚肉。繆襲《祭儀》：夏祠和羹，羔以葵。秋祠和羹，羔以葱。冬祠和羹，羔以韭。《禮記》：羹食自諸侯以下，至於庶人無等，士不貳羹胾。《曲禮》：無嚼羹，謂嫌疾也。無絮羹，謂調和也。客絮羹，主人辭不能烹。

名類。《周禮》烹人職云：祭祀共大羹、鉶羹。注：大羹肉湆。鄭司農云：大羹不致五味，鉶羹加鹽菜矣。《禮記》：大羹不和。劉楨《毛詩義問》：鉶羹有菜鹽豉，其中菜爲形象可食，因以鉶爲名。裴榮期《語林》：凡牛羊豕肉調以五味，盛於鉶，曰鉶羹，盛於豆曰豆羹。《史記》：堯之有天下樂糲之食，藜藿之羹。應吉甫論芍藥之羹，爽口之食。《金門歲節》：洛陽人家，端午煮术羹。《西陽雜俎》：尊羹絶美，江東人謂之尊龜。《世説》：陸機詣王武子有數斛羊酪，指示陸曰：卿江東無敵此。曰：有千里尊羹，但未下鹽豉耳。《歲時記》：人日採七種菜作羹。《清異録》：俗號鹽爲百歲羹，言至貧亦可具，雖百歲可長享也。蘇子瞻詩自序：過子忽出新意，以山芋作玉糝羹，色香味皆奇絶。《都城紀勝》：市食有名存而實亡者，如瓠羹是也。有名亡而實存者，如麪羹、今號盪麪是也。

玉版筍及白兔胎作羹極佳，名換舌羹。玉版筍，吉州土產。《獨異志》：李德裕奢侈，每食一杯羹，其費約錢三萬，雜珠寶、貝玉、雄黃、朱砂煎汁爲之，三煎即棄其滓。《清異録》：魏王繼岌每薦羹，以羊兔豬鱉而參之。《詞林海錯》：羊兔雞豬肉和骨，一釜煮之，調以五味，爲不録羹。《五侯鯖》：不録羹亦名先腦羹，交人所重。湯：《南史》：何炯父卒，號慟不絶聲，藉地腰脚虚腫，醫云須服豬蹄湯，炯以有肉味不肯服。《事物紺珠》：法乳湯，嚣中衆所煎。

陳元龍《格致鏡原》卷二六《飲食類六・諸食饌》 周處《風土記》：元日造五辛盤。注：五辛所以發五臟之氣，即大蒜、小蒜、韭菜、雲臺、胡荽是也。《影燈記》：洛陽人家，上元日造芋郎君，食之宜男女。《荆楚歲時記》：三月三日，取鼠麴草汁、蜜和爲粉，謂之龍舌粳。《夢華録》：京師七夕，以菉豆、小荳、小麥於磁器内，以水浸之，生芽數寸，以紅藍絲縷束之，謂之種生。又以油、麪糖、蜜造爲笑靨兒，謂之果食。花樣奇巧、百端，如捻香方勝之類。若買一斤，數内有一對被甲冑者，如門神之像，蓋自來風俗不知其説，謂之果食將軍。《清異録》：五代時，貴勢以筵具更相尚，至於方丈之案不勝列，傍挺二案翼之，珠花、玉果、蔬筍、鮓醢、糖品、香劑，參差數百，謂之綽楔臺盤。《南粤志》：十月一日，閩中風俗皆作糯糍，或作京飩以祀先祖，蓋告冬之義也。《夢華録》：餛飩菜，雜衆味爲之。《盧氏雜録》：唐盧懷慎爲相清儉，召客食戒爛蒸去毛，莫拘折項。客疑是鵝鴨，已而下粟米飯一器，及蒸葫蘆一枚耳。

李心衡《金川瑣記》卷四《不解煎炒》 夷人臉俱黑色，千百人中僅有一二白皙，然率塵垢盈寸，目瞭瞭如鬼，獨齒牙瑩潔如白玉。蓋食物中祇有酥油、鹽粑數品，不知有醯、醬、煎、炒故也。

李心衡《金川瑣記》卷四《不齋》 夷人不知天下有菜蔬，即土僧及喇嘛事佛惟謹者，非酥油、鹽粑及牛羊豬肉不食，蓋積習使然。近日稍知啖葱蒜，喜其漸近清虚。惟受戒喇嘛忌奉水族，然土人多半不食。非有他意，緣水葬者多，腥惡特甚，不堪入朵頤耳。乃世之崇奉浮屠者，動輒長齋茹蔬，借此爲戒殺生節嗜欲計則可，欲倣法西方，則急宜屏除草糗，厭飫鼎臠，庶幾香積廚中，德馨遠達矣。

陸廷燦《續茶經》卷下之三《茶之事》 《侯鯖録》：黄魯直云：爛蒸同州羊，沃以杏酪，食之以匕，不以筯。抹南京麪作槐葉冷淘糝，以襄邑熟豬肉，炊共城香稻，用吴人鱠松江之鱸。既飽，以康山谷簾泉烹曾坑鬬品。少焉，卧北窗下，使人誦東坡赤壁前後賦，亦足少快。又見《蘇長公外紀》

鄂爾泰、張廷玉等《國朝宫史》卷一七《經費一》 日用

皇太后：猪一口，盤肉用，重五十觔。羊一隻、鷄鴨各一隻、新粳米二升、黄老米一升三合五勺、高麗江米一升五合、粳米粉三斤、白麪五一斤、蕎麥麪一斤、麥子粉一斤、豌豆折三合、芝蘇一合五勺、白糖二斤一兩五錢、盆糖八兩、蜂蜜八兩、核桃仁四兩、松仁二錢、枸杞四兩、晒乾棗十兩、猪肉十二斤、香油三斤十兩、鷄蛋二十個、麪筋一斤八兩、豆腐二斤、粉鍋渣一斤、甜醬二斤十二兩、清醬二兩、醋五兩、鮮菜十五斤、茄子二十個、王瓜二十條、白蠟七枝、内一枝重五兩，三枝各重三兩，三枝各重一兩五錢。黄蠟二枝、各重一兩五錢。羊油蠟二十枝、各重一兩五錢。羊油蠟一枝、夏重五兩，冬重十兩。紅籮炭、夏二十觔，冬四十觔。黑炭。夏四十觔，冬八十觔。

皇后：猪肉十六斤、盤肉羊肉一盤、鷄鴨各一隻、新粳米一升八合、黄老米一升三合五勺、高麗江米一升五合、粳米粉一斤八兩、白麪七斤八兩、麥子粉八兩、豌豆折三合、白糖一斤、盆糖四兩、蜂蜜四兩、核桃仁二兩、松仁二錢、枸杞二兩、晒乾棗五兩、猪肉九斤、猪油一斤、香油一斤六兩、鷄蛋十個、麪筋十二兩、豆腐一斤八兩、粉鍋渣一斤、甜醬一斤六兩五錢、清醬一兩、醋二兩五錢、鮮菜十五斤、茄子二十箇、王瓜二十條、白蠟五枝、内一枝重三兩，四枝各重一兩五錢。黄蠟四枝、各重一兩五錢。羊油更蠟一枝、夏重五兩，冬重十兩。紅籮炭、夏十觔，冬二十觔。黑炭。夏三十觔，冬六十觔。

皇貴妃：猪肉十二斤、羊肉一盤、鷄一隻、或鴨一隻。陳粳米一升五合、白麪五斤、白糖五兩、核桃仁一兩、曬乾棗二兩、香油八兩、鷄蛋五個、麪筋六兩、豆腐一觔八兩、粉鍋渣八兩、甜醬八兩、清醬一兩、醋二兩五錢、鮮菜十二觔、茄子十個、王瓜十條、白蠟四枝、各重一兩五錢。羊油蠟五枝、各重一兩五錢。黄蠟四枝、各重一兩五錢。紅籮炭、夏十觔，冬十五觔。黑炭、夏三十觔，冬六十觔。六安茶葉十四兩、每月。天池茶葉八兩。每月。

貴妃：猪肉九斤八兩、陳粳米一升三合五勺、白麪三斤八兩、白糖三兩、核桃仁一兩、曬乾棗一兩六錢、香油六兩、鷄蛋四個、麪筋四兩、豆腐一斤八兩、粉鍋渣八兩、甜醬六兩五錢、清醬八錢、醋二兩五錢、鮮菜十斤、茄子八個、王瓜八條、白蠟二枝、各重一兩五錢。黄蠟二枝、各重一兩五錢。羊油蠟五枝各重一兩五錢。紅籮炭、夏十觔，冬十五觔。黑炭、夏三十觔，冬六十觔。鷄鴨共十五隻、每月。六安茶葉十四兩、每月。天池茶葉八兩、每月。羊肉十五盤。每月。

妃：豬肉九斤、陳粳米一升三合五勺、白麪三斤八兩、白糖三兩、核桃仁一兩、晒乾棗一兩六錢、香油六兩、豆腐一斤八兩、粉鍋渣八兩、甜醬六兩五錢、醋二兩五錢、鮮菜十斤、茄子八個、王瓜八條、白蠟二枝、各重一兩五錢。黃蠟二枝、各重一兩五錢。羊油蠟二枝、各重一兩五錢。紅籮炭、夏五觔、冬十觔。黑炭、夏二十觔、冬四十觔。雞鴨共十隻、每月。羊肉十五盤、每月。六安茶葉十四兩、每月。池茶葉八兩。每月。

嬪：豬肉六斤六兩、陳粳米一升三合、白麪二斤、白糖二兩、香油五兩五錢、豆腐一斤八兩、粉鍋渣八兩、甜醬六兩、醋二兩、鮮菜八斤、茄子六個、王瓜六條、白蠟二枝、各重一兩五錢。黃蠟二枝、各重一兩五錢。紅籮炭、夏五觔、冬八觔。黑炭、夏二十觔、冬三十觔。雞鴨共十隻、每月。羊肉十五盤、每月。六安茶葉十四兩、每月。天池茶葉八兩。每月。

貴人：豬肉六斤、陳粳米一升二合、白麪二斤、白糖二兩、香油三兩五錢、豆腐一斤八兩、粉鍋渣八兩、甜醬六兩、醋二兩、鮮菜六斤、茄子六個、王瓜六條、白蠟一枝、重一兩五錢。黃蠟一枝、重一兩五錢。羊油蠟三枝、各重一兩五錢。紅籮炭、冬五觔。黑炭、夏十八觔、冬二十五觔。雞鴨共八隻、每月。羊肉十五盤、每月。六安茶葉七兩、每月。天池茶葉四兩。每月。

常在：豬肉五斤、陳粳米一升二合、白麪二斤、白糖二兩、香油三兩五錢、豆腐一斤八兩、粉鍋渣八兩、甜醬六兩、醋二兩、鮮菜六斤、茄子六個、王瓜六條、黃蠟二枝、各重一兩五錢。羊油蠟二枝、重一兩五錢。黑炭、夏十觔、冬二十觔。雞鴨共六隻、每月。羊肉十五盤。每月。

答應：豬肉一斤八兩、陳粳米九合、隨時鮮菜二斤、黃蠟一枝、重一兩五錢。羊油蠟一枝、重一兩五錢。黑炭夏五觔、冬十觔。

皇子公主同：白蠟一枝、重一兩五錢。羊油蠟三枝、各重一兩五錢。羊油更蠟一枝、重一兩五錢。黑炭、冬五觔。黑炭。夏十五觔、冬二十五觔。

皇子福晉：豬肉二十斤、陳粳米一升二合、老米六合、紅小荳六合、白麪八斤、懷麪一錢五分、菜豆粉二兩、芝蔴六合、澄沙六合、白糖一斤、香油一斤五兩、豆腐八兩、豆腐皮一張、粉鍋渣二斤八兩、水粉三兩、五錢、雞蛋五個、麪筋八兩、豆腐一斤、豆腐皮三張、粉鍋渣二斤八兩、水粉三兩、豆瓣四兩、蒜豆芽四兩、木耳五錢、甜醬一斤、清醬八兩、醋四兩、白鹽四兩、醬瓜一片半、醬茄半枚、醬薑藍半枚、花椒五分、大料五分、薑五錢、鮮菜五斤、白蠟一枝、各重一兩五錢。羊油蠟十枝、各重一兩五錢。黃蠟六枝、各重一兩五錢。羊油更蠟一枝、夏重五兩、冬重十兩。紅籮炭、冬重十兩。羊肉十五盤。每月。

皇子側室福晉：豬肉十斤、陳粳米九合、老米一合、白麪二斤八兩、懷麪五分、菜豆粉一兩、芝蔴一合、澄沙二合、白糖四兩、香油七兩、雞蛋三個、麪筋四兩、豆腐八兩、豆腐皮一張、粉鍋渣十三兩、水粉一兩、豆瓣一兩五錢、菜豆芽一兩五錢、蒜菇八錢、木耳三錢、甜醬二兩五錢、清醬二兩五錢、醋一兩五錢、白鹽三錢、醬瓜一片半、花椒二分、大料二分、薑二錢、鮮菜三斤、黃蠟一枝、重一兩五錢。羊油蠟二枝、各重一兩五錢。黃蠟二枝、各重一兩五錢。紅籮炭、夏十觔、冬十八觔。羊肉十五盤。每月。

宮女子：豬肉一斤、白老米七合五勺、黑鹽三錢、隨時鮮菜十兩、黑鹽三錢。

家下家女：白老米七合五勺、黑鹽三錢、隨時鮮菜十二兩、黑鹽三錢。

乳姆保姆同：豬肉一斤、老米七合五勺、隨時鮮菜十二兩、黑鹽三錢。

王士俊《閑家編》卷五《家政・諸產》 飲食

昔唐太宗教太子曰：汝知稼穡之艱難，則常有斯飯矣。

或問朱子曰，飲食之間，孰爲天理，孰爲人欲。曰：飲食者，天理也，要求美味，人欲也。

君子慎言語，節飲食，二者養德養身之切務。

司馬温公曰：吾平生食取充腹，亦不敢過粗糲，以矯俗干名，但順吾性而已矣。

茅容待客，以草蔬與之同飯。殺鷄爲饌，以供母。客知之，起拜而稱賢。

范文正公雖貴，非賓客不重肉，妻子衣食，僅能自充，而惟好施予。

汪氏信民曰：人常咬得菜根，則百事可做。朱子曰：今人不能咬菜根，而至於違其本心者衆矣。可不戒哉。張文節公爲宰相，自奉甚約，或譏之。公歎曰：吾今日之俸，雖舉家錦衣玉食，何患不能。由儉入奢易，由奢入儉難。吾今日之俸，豈能常有，身豈能常存，一旦異於今日，家人習奢已久，不能頓儉，必至失所，豈若吾居位去位，身存身亡，如一日乎。

黃叔琳《硯北雜錄》卷一五《寒食》 《後漢・周舉傳》：太原一郡俗以介子推焚骸，有龍忌之禁，至其亡月，咸言神不樂舉火。由是士民每冬中，輒一月寒食，莫敢烟爨。周舉爲并州刺史，乃作吊書置子推廟，言盛冬去火，殘損民命，非賢者意。宣示愚民使還温食，於是衆惑稍解。然則漢以前所云寒食乃在冬中，不在二三月間也。《汝南先賢傳》：太原舊俗以介子推焚骸，一月寒食，亦不言

在春。惟《鄴中記》云并州冬至後一百五日，爲介子推斷火冷食三日。後世以清明前一日爲寒食節，本此。

魏武帝明罰令曰：聞太原上黨冬至後百五日皆禁火，云爲介子推。是寒食不但冬中，特舉寒甚者言之。徐師川詩：一百五日寒食雨，二十四番花信風。元稹詩：初過寒食一百六，店舍無烟宮樹緑。知寒食兼冬春而言也。

劉統勳《皇輿西域圖志》卷三九《風俗・畜牧》 準噶爾全境不乏泉甘土肥，種宜五穀之處，然不尚田作，惟以畜牧爲業。【略】達官貴人夏日食酪漿酸乳麥飯，冬日食牛羊肉穀飯，貧人但飲乳茶，亦足度日。畜牧之外，以熬茶西藏爲要務。【略】

印光任、張汝霖《澳門記略》 飲食喜甘辛，多餬霜，以丁香爲糝，每晨食必擊鐘，盛以玻瓈，薦以白氈布，人各數器，瀉薔薇露，梅花片腦其上。無几案匕箸，男女雜坐，以黑奴行食品，進以銀叉嘗食炙。其上坐者悉置右手褥下不用，曰此爲觸手，惟以溷食必以左手攫取。先擊生雞子數枚啜之，乃割炙，以白氈巾拭手，一拭輒棄，更易新者。亦爲餚饌餚饈餖飣粔籹。几七日屠牛一次，五日葷食，二日素食，但不食牛豕肉，鰕菜不之禁食，餘傾之一器，如馬槽。黑奴男女以手搏食。酒以葡萄，注以玻璃高椀。檳榔裹以扶留葉，纏以紅緑絨。服鼻煙，亦食煙草，紙卷如筆管狀，然火吸而食之。

檀萃《滇海虞衡志》卷一一《志草木》 《爾雅・釋草》，凡藥穀衆秣荏菽雘芭秬秠芑芋分穀蔬也。范志既混木與草，而合志微見蔬於志草後竟遺穀。今粵西稻米，冠於兩廣，廣東採買，全仰廣西，豈可遺而不志之。又荏菽，郭注以爲胡豆，今蠶豆也。凡夏收爲夏乏，他省夏乏，但言麥菜，滇不言菜而言豆，曰豆麥。豆麥敗則荒，豆收倍於麥，故以豆爲重。始則連莢而烹以爲菜，繼則雜米爲炊以當飯。乾則洗之以爲粉，故蠶豆粉條。明徹輕縮，雜之燕窩湯中，幾不復辨。豌豆亦蠶豆之類，可洗粉，滇人兼食其蔓，名豌豆菜。二豆南方各省俱有，而重滇豆麥，故鄭重志之。

江昱《瀟湘聽雨録》卷六 湘中娶婦之家，三日後，以鹽菜蜜果之屬，徧餽親友以供茗飲，名換茶，猶禮經榛栗棗脩之遺也。

于敏中等《欽定曰下舊聞考》卷三三《宫室》 原奉先殿薦新品物：正月韭菜、生菜、薺菜、鷄子、鴨子，二月芥菜、薹菜、萬苣、子鵝、新冰，三月茶、筍、鯉魚、鵪鶉，四月鵝豬、雉雞、青梅、王瓜、杏子、櫻桃、白酒，五月小麥麪、沙糖、紅豆、嫩雞、桃子、大麥、茄子、李子、來禽、蒜薹、煮酒，六月冬瓜、甜瓜、西瓜、蓮蓬，七月葡萄、棗子、鮮菱、雪梨、芡實，八月芡白、嫩薑、鱖魚、鮮藕、粳米、粟米、穭米、芋苗，九月鰋魚、小紅豆、沙糖、栗子、橙子、石榴、柿子、生酒，十月山藥、蜜、活兔、柑子、橘子、米糕、豆腐、蘑花米糖、細糖、銀魚子、鱭魚、魚凍，十一月蕎麥麪、紅豆、沙糖、甘蔗、獐子、天鵝、鹿脢，十二月菠菜、鯽魚、白魚、風鯽魚。《光緑寺志》

原奉先殿供養：初一日捲煎，初二日髓餅，初三日沙鑪燒餅，初四日蘑花，初五日羊肉肥麵角兒，初六日糖沙餡饅頭，初七日巴茶，初八日蜜酥餅，初九日肉酥油，初十日糖蒸餅，十一日盪麵燒餅，十二日椒鹽餅，十三日羊肉小饅餃，十四日細糖，十五日玉茭白，十六日千層蒸餅，十七日酥皮角兒，十八日糖棗糕，十九日酪，二十日麻腻麪，二十一日蜂糖糕，二十二日芝蘇燒餅，二十三日捲餅，二十四日燒羊蒸餑，二十五日雪糕，二十六日夾糖餅，二十七日兩熟魚，二十八日象眼糕，二十九日酥油燒餅，三十日糖酥餅。同上

補舊例北京奉先殿供薦：二月子鵝，江寧縣辦解；三月鮮笋，四月梅子，皆南京園户辦；七月雪梨，宣城縣解；八月茭白，南京池户辦；九月香橙，南京園户辦；十月柑子、橘子，吴縣辦；十一月甘蔗，錢塘、仁和二縣辦解。萬曆九年，南京太常寺卿沈節甫以子鵝道遠，抵京已非子鵝，雪梨采自秋前，裝運色味易變，不如在京河間所産。議子鵝别派大興、宛平二縣，雪梨派河間，勅下禮部行太常光禄議覆未報。二十四年九月，南太常寺卿楊時喬請移文應天府取鵝梨價銀至京買子鵝，河間買梨，進獻。《南京太常寺志》

于敏中等《欽定曰下舊聞》卷一四八《風俗》 增十二月二十四日，以糖劑餅、黍糕、棗、栗、胡桃、炒豆祀竈君，以槽草秣竈君馬，謂竈君翌日朝天去，白家問一歲事。祝曰：好多説，不好少説。記稱竈老婦之祭，今男子祭，禁不令婦女見之。祀餘糖果禁幼女不令得啖，曰啖竈餘則食肥膩時口圈黑也。《帝京景物略》

補燕俗，圊竈神鍥於木，以紙印之，曰竈馬，士民競鬻。以臘月二十四日焚之，爲送竈上天。别具小糖餅奉竈君，具黑豆寸草爲秣馬具，合家少長羅拜祝曰：辛甘臭辣，竈君莫言。至次年元旦又具如前，爲迎竈。《月令廣義》

曹庭棟《老老恒言》卷一《飲食》 華陀《食論》曰：食物有三化，一火化，爛煮也。一口化，細嚼也。一腹化，入胃自化也。老年惟藉火化磨運易，即輪精多若市脯，每加消石速其糜爛，雖同爲火化，不宜頻食，恐反削胃氣。

周煌《琉球國志略》卷一一《典禮・參謁供應》 天使初進館，陪臣進謁天

使，【略】朔望及每五十兩日，王俱遣陪臣起居餽食，進謁如儀，天使各即以餽物款酌之，別贄以扇、筆、字畫、香、墨等物。徐録云：起居曰，餽生豬羊各一，雞二，蛋、魚、海蛇、海螺、石鮔、車螯、麪條、麪粉、醬蕪、醋蒜、胡椒、甘蔗、蕉果、燒餅、佳蘇魚各一盤，燒酒一壇，炭一包，燭四枝，朔望加吉果、米肌、銀酒、黄酒之餽，今同。

天使日有供應，米一斗，麪粉四觔，豬肉五觔，羊肉三觔，雞二隻，蛋十枚，生魚一觔，米醬、醬油、醋、鹽、菜油各四盞，豆腐三觔，醬菜半觔，燭四枝，燒酒二瓶，炭十觔，柴四束。

每日國王以瑞泉水供客，緑水筒貯之，加封鎮其上。派紅帕察度奴示輪值押送，兩使各二石。

隨弁二員，每日供應米四升，豬肉三觔，羊肉一觔，生魚二觔，乾魚二觔，雞一隻，蛋十枚，菜五觔，豆腐一觔，米醬、醬油、菜油、鹽、醋各一盞，燒酒六盞，燭二枝，炭五觔，柴二束。

全廩給每日米四升，肉二觔，生魚一觔，乾魚二觔，雞一隻，蛋五枚，蔬菜一觔，豆腐一觔，豆醬、菜油、醋、鹽各一盞，燒酒三盞，小燭二枝，柴二束。

半廩給每日米三升，肉一觔，乾魚一觔，雞一隻，蔬菜一觔，豆腐一觔，豆醬、菜油、醋、鹽各一盞，燒酒二盞，柴二束。

口糧每日米三升，肉一觔，乾魚一觔，蔬菜一觔，豆腐半觔，豆醬、菜油、醋、鹽各半盞，燒酒三盞，柴一束，月糧每日尖一合。

阮葵生《茶餘客話》卷四《恩旨》 祭品，登一，實以太羹，煮肉汁不用鹽醬。鉶二，實以和羹，鹽醬用汁，籩十二實，以形鹽、鰒魚、棗栗榛菱芡，鹿脯白餅，白麵造。墨餈，膏粉造。糗餌米粉造。粉餈即糯米糕。豆十二實，以韭菹、以韭切去本末，用中四寸。菁菹、芹菹、醢醢，豬用鮓、用鹽酒料物調和。鹿醢、兎醢、魚醢、脾析，用牛百葉細切，湯熟用鹽酒造。豚拍、豬肩上肉飣食、用糯米飣羊脂蜜煞糝食、粳米飣用牛羊豕肉細切同煞。簠二，實以黍稷稻粱，其用籩十者，無餘餌粉餈。豆十者，無飣食糝食。

太廟每月薦新之品，正月，鯉魚、鴨蛋、韭菜。二月，鯽魚、生菜、小葱、芹菜、赤根菜。三月，王瓜、柳蒿菜、水蘿蔔、芸苔菜、同蒿菜。四月，笋、雞、櫻桃、茄子。五月，笋、鵝、香瓜、杏、李、桑椹、桃、蕨菜。六月，西瓜、蘋果、鮮葡萄、杜梨。七月，野雞、雛、蓮子、藕、菱角、梨、榛仁。八月，野鴨、山藥、栗子。九月，雁、柿子。十月，松仁、軟棗、蘑菇、木耳。十一月，銀魚、鹿肉。十二月，兎、鱘、鯿魚、蘿蔔芽菜、菜豆芽。其菀豆、大麥、文官果等，照所得之時，即供内務府，掌儀司主之。

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 張江陵《饌品》，春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多酸，見本集。潘煇有庖饌三字訣，曰爛、曰熱、曰少。爛則易於咀嚼，熱則不失香味，少則不厭而飫後品。見《清波襍志》。

袁枚《隨園食單》卷一《須知單》 學問之道，先無而後行，飲食亦然。作《須知單》。

一先天須知

凡物各有先天，如人各有資禀。人性下愚，雖孔孟教之，無益也。物性不良，雖易牙烹之，亦無味也。指其大畧，豬宜皮薄，不可醒臊。雞宜騙嫩，不可老稚。鯽魚以扁身白肚爲佳，烏背者，必蝙强於盤中。鰻魚，以湖溪游泳爲貴，江生者，必槎枒其骨節。穀餵之鴨，其臕肥而白色。壅土之筍，其節少而甘鮮。同一火腿也，而好醜判若天淵。同一台鮓也，而美惡分爲冰炭。其他雜物，可以類推。大抵一席佳餚，司厨之功居其六，買辦之功居其四。

一作料須知

厨者之作料，如婦人之衣服首飾也，雖有天姿，雖善塗抹，而敝衣藍縷，西子亦難以爲容。善烹調者，醬用伏醬，先嘗甘否。油用香油，須審生熟。酒用酒娘，應去糟粕。醋用米醋，須求清冽。且醬有清濃之分，油有葷素之别，酒有酸甜之異，醋有陳新之殊，不可絲毫錯誤。其他葱、椒、薑、桂、糖、鹽，雖用之不多，而俱宜選擇上品。蘇州店賣秋油，有上、中、下三等。鎮江醋顏色雖佳，味不甚酸，失醋之本旨矣。以板浦醋爲第一，浦口醋次之。

一洗刷須知

洗刷之法，燕窩去毛，海參去泥，魚翅去沙，鹿筋去臊。肉有筋辨，剔之則酥。鴨有腎臊，削之則淨。魚膽破，而全盤皆苦。鰻涎存，而滿碗多腥。韭删葉而白存，菜棄邊而心出。《内則》曰：魚去乙，鱉去丙，魚好喫，洗得白筋出。亦此之謂也。諺云：若要

一調劑須知

調劑之法，相物而施。有酒、水兼用者，有專用酒不用水者，有專用水不用酒者。有鹽、醬並用者，有專用清醬不用鹽者，有用鹽不用醬者。有物太膩，要用油先炙者。有氣太腥，要用醋先噴者。有取鮮，必用冰糖者。有以乾燥爲貴

者，使其味入於內，煎炒之物是也。有以湯多爲貴者，使其味溢于外，清浮之物是也。

一配搭須知

諺曰：相女配夫。記曰：儷人必於其倫。烹調之法，何以異焉。凡一物烹成，必需輔佐。要使清者配清，濃者配濃，柔者配柔，剛者配剛，方有和合之妙。其中可葷可素者，蘑菇、鮮筍、冬瓜是也。可葷不可素者，葱韭、回香、新蒜是也。可素不可葷者，芹菜、百合、刀豆是也。常見人置蟹粉于燕窩之中，放百合于雞豬之肉，母乃唐堯與蘇峻對坐，不太悖乎。亦有交互見功者，炒葷菜用素油，炒素菜用葷油是也。

一獨用須知

味太濃重者，只宜獨用，不可搭配。如李贊皇、張江陵一流，須專用之，方盡其才。食物中，鰻也，鼈也，蟹也，鮪魚也，牛羊也，皆宜獨食，不可加搭配。何也，此數物者味甚厚，力量甚大，而流弊亦甚多，用五味調和，全力治之，方能取其長而去其弊。何暇捨其本題，別生枝節哉。金陵人好以海參配甲魚，魚翅配蟹粉，我見輒攢眉。覺甲魚、蟹粉之味，海參、魚翅分之而不足。海參、魚翅之弊，甲魚、蟹粉染之而有餘。

一火候須知

熟物之法，最重火候。有須武火者，煎炒是也。火弱則物疲矣。有須文火者，煨煮是也。火猛則物枯矣。有先用武火而後用文火者，收湯之物是也。性急則皮焦而裏不熟矣。有愈煮愈嫩者，腰子、雞蛋之類是也。有畧煮即不嫩者，鮮魚、蚶蛤之類是也。肉起遲則紅色變黑，魚起遲則活肉變死。屢開鍋蓋，則多沫而少香，火息再燒，則走油而味失。道人以丹成九轉爲仙，儒家以無過、不及爲中。司厨者，能知火候而謹伺之，則幾于道矣。魚臨食時，色白如玉，凝而不散者，活肉也。色白如粉，不相膠粘者，死肉也。明明鮮魚，而使之不鮮，可恨已極。

一色臭須知

目與鼻，口之鄰也，亦口之媒介也。嘉肴到口到鼻，色臭便有不同。或淨若秋雲，或艷如琥珀，其芬芳之氣，亦撲鼻而來，不必齒決之，舌嘗之，而後知其妙也。然求色不可用糖炒，求香不可用香料。

一遲速須知

凡人請客，相約於三日之前，自有工夫，平章百味。若斗然客至，急需便餐。作客在外，行船落店。此何能取東海之水，救南池之焚乎。必須預備一種急就章之菜，如炒雞片，炒肉絲，炒蝦米豆腐，及糟魚茶腿之類，反能因速而見巧者，不可不知。

一變換須知

一物有一物之味，不可混而同之，猶如聖人設教，因才樂育，不拘一律，所謂君子成人之美也。今見俗厨，動以雞、鴨、豬、鵝一湯同滾，遂令千手雷同，味同嚼蠟。吾恐雞、豬、鵝、鴨有靈，必到枉死城中告狀矣。善治菜者，須多設鍋、甑、盂、鉢之類，使一物各獻一性，一碗各成一味。嗜者舌本應接不暇，自覺心花頓開。

一器具須知

古語云：美食不如美器。斯語是也。然宣成嘉萬窑器太貴，頗愁損傷，不如竟用御窑，已覺雅麗。惟是宜碗者碗，宜盤者盤，宜大者大，宜小者小，參錯其間，方覺生色。若板板于十碗八盤之說，便嫌笨俗。大抵物貴者器宜大，物賤者器宜小。煎炒宜盤，湯羹宜碗，煎炒宜鐵鍋，煨煮宜砂罐。

一上菜須知

上菜之法：鹽者宜先，淡者宜後。濃者宜先，薄者宜後。無湯者宜先，有湯者宜後。且天下原有五味，不可以鹹之一味槩之。度客食飽，則脾困矣，須用辛辣以振動之。慮客酒多，則胃疲矣，須用酸甘以提醒之。

一時節須知

夏日長而熱，宰殺太早，則肉敗矣。冬日短而寒，烹飪稍遲，則物生矣。冬宜食牛羊，移之于夏，非其時也。夏宜食乾腊，移之于冬，非其時也。輔佐之物，夏宜用芥菜，冬宜用胡椒。當三伏天而得冬醃菜，賤物也，而竟成至寶矣。當秋涼時而得行根筍，亦賤物也，而視若珍羞矣。有先時而見好者，三月食鰣魚是也。有後時而見好者，四月食芋奶是也。其他亦可類推。有過時而不可喫者，蘿蔔過時則心空，山筍過時則味苦，刀鱭過時則骨硬。所謂四時之序，成功者退，精華已竭，褰裳去之也。

一多寡須知

用貴物宜多，且賤物宜少。煎炒之物多，則火力不透，肉亦不鬆。故用肉不得過半觔，用雞魚不得過六兩。或間食之不足如何。曰：佽食畢後，另炒可也。以多爲貴者，白煮肉，非二十觔以外，則淡而無味。粥亦然，非斗米則汁漿不厚，

且須扣水，水多物少，則味亦薄矣。

一潔淨須知

切葱之刀不可以切笋，搗椒之白，不可以搗粉。聞菜有抹布氣者，由其布之不潔也。聞菜有砧板氣者，由其板之不淨也。工欲善其事，必先利其器，良廚先多磨刀，多換布，多刮板，多洗手，然后治菜。至于口吸之烟灰，頭上之汗汁，電上之蠅蟻，鍋上之烟煤，一玷入菜中，雖絶好烹庖，如西子蒙不潔，人皆掩鼻而過之矣。

一用縴須知

俗名豆粉爲縴者：即拉船用縴也，須顧名思義。因治肉者要作團而不能合，要作羹而不能膩，故用粉以牽合之。煎炒之時，慮肉貼鍋，必至焦老，故用粉以護持之。此縴義也。能解此義用縴，縴必恰當，否則亂用可笑，但覺一片糊塗。漢制考齊呼麴麩爲媒，媒即縴矣。

一選用須知

選用之法，小炒肉用後臀，做肉圓用前夾心，煨肉用硬短勒。炒魚片用青魚、季魚，做魚松用鯶魚、鯉魚。烝雞用雛雞，煨雞用騙雞，取雞汁用老雞。雞用雌才嫩，鴨用雄才肥。蕈菜用頭，芹韮用根，皆一定之理，餘可類推。

一疑似須知

味要濃厚，不可油膩。味要清鮮，不可淡薄。此疑似之間，差之毫釐，失以千里。濃厚者，取精多而糟粕去之謂也。若徒貪肥膩，不如專食猪油矣。清鮮者，真味出而俗塵無之謂也。若徒貪淡薄，則不如飲水矣。

一補救須知

名手調羹，鹹淡合宜，老嫩如式，原無需補救。不得已爲中人説法，則調味者，寧淡毋鹹。淡可加鹽以救之，鹹則不能使之再淡矣。烹魚者，寧嫩毋老，嫩可加火候以補之，老則不能强之再嫩矣。此中消息，于一切下作料時，静觀火色，便可參詳。

一本分須知

滿洲菜多燒煮，漢人菜多羹湯，童而習之，故擅長也。漢請滿人，滿請漢人，各用所長之菜，轉覺入口新鮮，不失邯鄲故步。今人忘其本分，而要格外討好。漢請滿人用滿菜，滿請漢人用漢菜。反致依樣葫蘆，有名無實，畫虎不成反類犬矣。秀才下場，專作自己文字，務極其工，自有遇合。若逢一宗師而摹倣之，逢一主考而摹倣之，則掇皮無真，終身不中矣。

袁枚《隨園食單》卷一《戒單》 爲政者興一利不如除一弊，能除飲食之弊，則思過半矣。作《戒單》。

一戒外加油

俗廚製菜，動熬猪油一鍋，臨上菜時，勺取而分澆之，以爲肥膩。甚至燕窩至清之物，亦復受此玷污。而俗人不知，長吞大嚼，以爲得油水入腹，故知前生是餓鬼投來。

一戒同鍋熟

同鍋熟之弊，已載前，變換須知一條中。

一戒耳餐

何謂耳餐，耳餐者，務名之謂也。貪貴物之名，夸敬客之意，是以耳餐，非口餐也。不知豆腐得味，遠勝燕窩，海菜不佳，不如蔬笋。余嘗謂雞、猪、魚、鴨，豪傑之士也，各有本味，自成一家。海參、燕窩，庸陋之人也，全無性情，寄人籬下。嘗見某太守燕客，大碗如缸，白煮燕窩四兩，絲毫無味，人爭夸之。余笑曰：我輩來喫燕窩，非來販燕窩也。可販不可喫，雖多奚爲，若徒夸體面，不如碗中竟放明珠百粒，則價值萬金矣。其如喫不得何。

一戒目食

何謂目食，目食者，貪多之謂也。今人慕食前方丈之名，多盤疊碗，是以目食，非口食也。不知名手寫字，多則必有敗筆。名人作詩，煩，則必有累句。極名廚之心力，一日之中，所作好菜，不過四五味耳，尚難拿准，況拉雜横陳乎。就使幫助多人，亦各有意見，全無紀律，愈多愈壞。余嘗過一商家，上菜三撤席，點心十六道，共算食品將至四十餘種。主人自覺欣欣得意，而我散席還家，仍煮粥充飢。可想見其席之豐而不潔矣。南朝孔琳之曰：今人好用多品，適口之外，皆爲悦目之資。余以爲看饌横陳，熏烝腥穢，目亦無可悦也。

一戒穿鑿

物有本性，不可穿鑿爲之。自成小巧，即如燕窩佳矣，何必捶以爲團。海參可矣，何必熬之爲醬。西瓜被切，暑遲不鮮，竟有製以爲糕者。萍果太熟，上口不脆，竟有烝之以爲脯者。他如《尊生八箋》之秋藤餅，李笠翁之玉蘭糕，都是嬌揉造作，以杞柳爲杯棬，全失大方。譬如庸德庸行，做到家便是聖人，何必索隱行怪乎。

一戒停頓

物味取鮮，全在起鍋時極鋒而試。畧爲停頓，便如霉過衣裳，雖錦繡綺羅，亦晦悶而舊氣可憎矣。嘗見性急主人，每擺菜必一齊搬出，于是廚人將一席之菜，都放烝籠中，候主人催取，通行齊上。此中尚得有佳味哉。在善烹飪者，一盤一碗，費盡心思。在喫者，鹵莽暴戾，囫圇吞下，真所謂得哀家梨，仍復烝食者矣。余到粵東，食楊薗坡明府鱔羹而美。訪其故，曰：不過現殺現烹，現熟現喫，不停頓而已。他物皆可類推。

一戒暴殄

暴者不恤人功，殄者不惜物力。雞、魚、鵝、鴨，自首至尾，俱有味存，不必少取多棄也。嘗見烹甲魚者，專取其肚，而不知鮮在背上。至賤莫如醃蛋，其佳處雖在黃不在白，然全去其白，而專取其黃，則食者亦覺索然矣。且予爲此言，並非俗人惜福之謂，假使暴殄而有益于飲食，猶之可也。暴殄而反累於飲食，又何苦爲之。至於烈炭以炙活鵝之掌，剸刀以取生雞之肝，皆君子所不爲也。何也，物爲人用，使之死可也，使之求死不得，不可也。

一戒縱酒

事之是非，惟醒人能知之。味之美惡，亦惟醒人能知之。伊尹曰：味之精微，口不能言也。口且不能言，豈有呼呶酗酒之人，能知味者乎。往往見拇戰之徒，啖佳菜如啖木屑，心不存焉。所謂惟酒是務焉，知其餘，而治味之道掃地矣。萬不得已，先于正席嘗菜之味，後于撤席逞酒之能，庶乎其兩可也。

一戒火鍋

冬日宴客，慣用火鍋，對客喧騰，已屬可厭。且各菜之味，有一定火候，宜文宜武，宜撤宜添，瞬息難差。今一例以火逼之，其味尚可問哉。近人用燒酒代炭，以爲得計，而不知物經多滾，總能變味。或問菜冷奈何，曰以起鍋滾熱之菜，不使客登時食盡，而尚能留之以至于冷，則其味之惡劣可知矣。

一戒强讓

治具宴客，禮也。然一看既上，理宜憑客舉箸，精肥整碎，各有所好，聽從客便，方是道理，何必强勉讓之。常見主人以箸夾取，堆置客前，汙盤没碗，令人生厭。須知客非無手無目之人，又非兒童、新婦，怕羞忍餓，何必以村嫗小家子之見解待之。其慢客也至矣。近日倡家，尤多此種惡習，以箸取菜，硬入人口，有類强姦，殊爲可惡。長安有甚好請客，而菜不佳者，一客問曰：我與君算相好乎。主人曰：相好。客跪而請曰：果然相好，我有所求，必允許而後起。主人驚問。何求。曰：此後君家宴客，求免見招。合坐爲之大笑。

一戒走油

凡魚、肉、雞、鴨，雖極肥之物，總要使其油在肉中，不落湯中，其味方存而不散。若肉中之油，半落湯中，則湯中之味，反在肉外矣。推原其病有三：一悞于火太猛，滾急水乾，重番加水。一悞于火勢忽停，既斷復續。一病在于太要相度，屢起鍋蓋，則油必走。

一戒落套

唐詩最佳，而五言八韻之試帖，名家不選，何也。以其落套故也。詩尚如此，食亦宜然。今官場之菜，名號有十六碟、八簋、四點心之稱，有滿漢席之稱，有八小喫之稱，有十大菜之稱。種種俗名，皆惡廚陋習。只可用之于新視上門，上司入境，以此敷衍。配上椅披桌裙，插屏香案，三揖百拜方稱。若家居懽宴，文酒開筵，安可用此惡套哉。必須盤碗參差，整散雜進，方有名貴之氣象。余家壽筵婚席，動至五六桌者，傳喚外廚，亦不免落套。然訓練之卒，範我馳驅者，其類强姦，殊爲可惡。長安有甚好請客，而菜不佳者，一客問曰：我與君算相好乎。主人曰：相好。客跪而請曰：果然相好，我有所求，必允許而後起。主人驚問。何求。曰：此後君家宴客，求免見招。合坐爲之大笑。

一戒走油

凡魚、肉、雞、鴨，雖極肥之物，總要使其油在肉中，不落湯中，其味方存而不散。若肉中之油，半落湯中，則湯中之味，反在肉外矣。推原其病有三：一悞于火太猛，滾急水乾，重番加水。一悞于火勢忽停，既斷復續。一病在于太要相度，屢起鍋蓋，則油必走。

一戒落套

唐詩最佳，而五言八韻之試帖，名家不選，何也。以其落套故也。詩尚如此，食亦宜然。今官場之菜，名號有十六碟、八簋、四點心之稱，有滿漢席之稱，有八小喫之稱，有十大菜之稱。種種俗名，皆惡廚陋習。只可用之于新視上門，上司入境，以此敷衍。配上椅披桌裙，插屏香案，三揖百拜方稱。若家居懽宴，文酒開筵，安可用此惡套哉。必須盤碗參差，整散雜進，方有名貴之氣象。余家壽筵婚席，動至五六桌者，傳喚外廚，亦不免落套。然訓練之卒，範我馳驅者，其味亦終竟不同。

一戒混濁

混濁者，並非濃厚之謂。同一湯也，望去非黑非白，如缸中攪渾之水。同一滷也，食之不清不膩，和染缸倒出之漿。此種色味令人難耐。救之之法，總在洗淨本身，善加作料，伺察水火，體驗酸鹹，不使食者舌上有隔皮隔膜之嫌。庾子田論文云：索索無真氣，昏昏有俗心。是即混濁之謂也。

一戒苟且

凡事不宜苟且，而于飲食尤甚。廚者，皆小人下材，一日不加賞罰，則一日必生怠玩。火齊未到，而姑且下咽，則明日之菜必更加生。真味已失而含忍不言，則下次之羹必加草率，且又不止空賞空罰而已也。其佳者，必指示其所以能佳之由。其劣者，必尋求其所以致劣之故。鹹淡必適其中，不可絲毫加減。久暫必得其當，不可任意登盤。廚者偷安，喫者隨便，皆飲食之大弊。審問慎思明辨，爲學之方也。隨時捐點，教學相長，作師之道也。于味何獨不然。

阿桂《滿洲源流考》卷二〇《國俗・雜綴》《北盟録》：女真人耐寒忍飢，不憚辛苦，能食生物。【略】以麋釀酒，以豆爲醬，芼以蕪荑。食器無瓠陶，皆以木

爲盆，春夏之間止用木盆注粥，隨人多寡盛之，以長柄小木杓子數柄回環共食。下粥肉味無多，止以魚生獐生，間用燒肉，冬亦冷飲。以木楪盛飯，木盌盛羹，下飯肉味與下粥一等。飲酒無算，用一木杓子自上而下循環酌之。炙股烹脯，以餘肉和菜擣臼中糜爛而進，率以爲常。道路無旅店，行者息于民家，主人與飲食而納之。其市易惟以物博易，無錢，無鹽桑，無工匠，屋舍車帳往往自能爲之。

《北盟録》：女真俗重油，煮麪食以(密)[蜜]密塗拌，名曰茶食，非厚意不設。

師範《滇繫》卷一二之一《雜載》 飲食惟公宴禮會者，與中土同。其民間所造多糅雜而成，縷切餅餌而暴之，其亂如蓬，曰蓬餌。磨蒟蒻而溲之曰鬼藥，熟糯粉和芋爲泥而膏沃之，綴以米糝，曰錫枝。濃煎乳酪而揭之，曰乳線。糅糯及山藥圓而煠之如荔，曰粉荔。至於魚肉牲畜麕蚌之屬，率生斫縷絲，和諸椒桂而噉之，其名曰膾，蓋古人斫膾之遺法，今閩廣亦間爲之，但滇以爲常食耳。

楊炳南《海録・南海・噶喇叭》 落花生、白糖、丁香、咖啡子、蔗、燕窩、帶子、冰片、麝香、沈香。

諸聯晦香《明齋小識》卷一《土産》 鱸膾、蓴羹、菰米飯、松江風味，爲藝林所艷稱。然如潘蕩之蠏，横溪之宕鯉魚，泖濱之黄雀，以及孔宅梅，佘山笋，宣妙寺茶，草長浜菱，三里橋香瓜，俱屬新鮮可口，惜未經晉人評品耳。

趙翼《陔餘叢考》卷四《伊尹割烹要湯》 割烹要湯。註：但引《史記》伊尹爲有莘氏媵臣，負鼎俎以滋味説湯。按：戰國以後，爲此説者甚多，不特《史記》也。《莊子》：湯以庖人籠伊尹。楚詞《涉江篇》伊尹烹於庖厨。《韓詩外傳》：伊尹，故有莘氏僮也，負鼎操俎，調五味而立爲相。《淮南子》亦言伊尹之負鼎。其言之最詳者莫如《吕氏春秋・具備篇》云：伊尹嘗居於庖厨。又《本味篇》云：有侁氏女子採桑，得嬰兒於空桑中獻之其君，即伊尹也，長而賢。湯使人請之有侁氏。有侁氏不肯，湯乃娶婦于有侁氏。有侁氏喜，遂以尹爲媵，湯乃被之於廟爨，以爝火爨，以犧羶設朝而見之。尹説湯以至味，曰：君之國小，不足以具之，爲天子乃可具。因言肉之美者，有猩猩之唇，獾獾之炙之類。魚之美者，有洞庭之鱄，東海之鯩之類。菜之美者，有崑崙之蘋，壽木之華之類。和之美者，有招摇之桂，越駱之菌之類。飯之美者，有三危之露，崑崙之井之類。果之美者，有沙棠之實，雲夢之柚之類。而非先爲天子不可得，而具此所謂説湯之辭也。

趙翼《陔餘叢考》卷四三《點心》 世俗以小食爲點心，不知所始。按吴曾《能改齋漫録》云：唐鄭傪爲江淮留後，家人備夫人晨饌。夫人顧其弟曰：治妝未畢，我未及餐，爾且可點心。其弟舉匳已罄。俄而，女僕請飯庫鑰匙，備夫人點心。傪詬曰：適已點心，今何得又請。是唐時已有此語也。亦見《輟耕録》。又《癸辛雜識》記南宋趙温叔丞相善啖，阜陵聞之，曰：朕欲作小點心相請，乃設具飲。《玉海》：至六七，又啖籠炊百枚。

顧仲《養山録》卷下《嘉殽篇》 總論

竹垞朱先生曰：凡試庖人手段，不須珍異也，只一肉一菜一腐，庖之抱蘊立見矣。蓋三者極平易，極難出色也。又云：每見薦庖人者，極贊其能省約。夫庖之能惟省約，又焉用庖哉。愚謂省費省料尤之可也，甚而省味不可言也，省鮮魚而以餒者供，省鮮肉而以敗者供，旋而鮮者且餒且敗且宿矣，況性既好省，則必省水省洗濯矣，省柴火候矣，贈以別號，非省菴即省齋，作道學先生去。

凡烹調用香料，或以去腥，或以增味，各有所宜，用不得宜，反以拗味。今將庖人口中詩賦，略書于左，蓋操刀而前，亦少不得一隻引子。

葷大料

官桂良姜葷撥，陳皮草蔻香砂，砂仁也。茴香各兩定須加，二兩川椒揀罷，甘草粉兒兩半，杏仁五兩無空，白檀半兩不留查，蒸餅爲丸彈大。

減用大料

馬芹即芫荽。葷撥小茴香，更有乾薑官桂良，再得蒔蘿二椒胡椒，花椒也。共，水丸彈子任君嘗。

素料

二椒配著炙乾薑，甘草蒔蘿八角香。芹菜即芫荽。杏仁俱等分，倍加榧肉更爲强。

馮琦、馮瑗《經濟類編》卷九八《物類・飲食一則》 《吕覽・本味篇》：求之其本，經旬必得，求之其末，勞而無功。功名之立由，事之本也，得賢之化也，非賢其孰知乎事化，故曰其本在得賢。有侁氏女子採桑，得嬰兒於空桑之中，獻之其君。其君令俘人養之，察其所以然。曰：其母居伊水之上孕，夢有神告之曰：臼出水而東走，毋顧。明日視臼出水，告其鄰東走十里，而顧其邑盡爲水，身因化爲空桑，故命之曰伊尹。此伊尹生空桑之故也，長而賢，湯聞伊尹，使人請之有侁氏，有侁氏不可。伊尹亦欲歸湯，湯於是請取婦爲婚，有侁氏喜，以伊

尹爲媵送女。故賢主之求有道之士無不在，以爲有道之士求賢主無不行也，相得然後樂不謀，而親不約而信，相爲殫智，竭力犯危，行苦地懽樂之，此功名所以大成也。固不獨士有孤而自恃，人主有奮而好獨者，則名號必廢熄，社稷必危殆。故黄帝立四面，堯舜得伯陽續耳然後成。凡賢人之德有以知之也，伯牙鼓琴，鍾子期聽之，方鼓琴而志在太山。鍾子期曰：善哉乎鼓琴，巍巍乎若太山，少選之間而志在流水。鍾子期又曰：善哉乎鼓琴，湯湯乎若流水。鍾子期死，伯牙破琴絶絃，終身不復鼓琴，以爲世無足復爲鼓琴者。非獨琴若此也，賢者亦然，雖有賢者而無禮以接之賢，奚由盡忠，猶御之不善驥，不自千里也。湯得伊尹，祓之於廟，爵以爟火，爨以鑊腥，明日設朝而見之，説湯以至味。湯曰：可對而爲乎。對曰：君之國小，不足以具之爲天子，然後可具。夫三羣之蠭水居者腥，肉獸者臊，草食者羶，臭惡猶美，皆有所以。凡味之本，水最爲始，五味三材，九沸九變，火之爲紀，時疾時徐，滅腥去臊除羶，必以其勝，無失其理。調和之事，必以甘酸苦辛鹹，先後多少，其齊甚微，皆有自起鼎中之變，精妙微纖，口弗能言，志弗能喻，若射御之微，陰陽之化，四時之數，故久而不弊，熟而不爛，甘而不噥，酸而不酷，鹹而不減，辛而不烈，澹而不薄，肥而不腻。肉之美者，猩猩之唇，獾獾之炙，爲臑之翠，述蕩之擊，旄象之約。流沙之西，丹山之南，有鳳之丸，沃民所食。魚之美者，洞庭之鱄，東海之鯸，醴水之魚，名曰朱鱓，六足有珠，百碧蒼水之魚，名曰鰩，其狀若鯉而好翼，常從西海夜飛游於東海。菜之美者，崑崙之薤，壽木之華，指姑之東，中容之國，有赤木玄木之葉焉。餘瞀之南，南極之崖，有菜其名曰嘉樹，其色若碧，陽華之芸，雲夢之芹，具區之菁，浸淵之草，名曰土英。和之美者，陽樸之薑，招搖之桂，越駱之菌，鮭鮪之醢，大夏之鹽，宰揭之露，其色如玉，長澤之卵。飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。水之美者，三危之露，崑崙之井，沮江之丘，名曰搖水，曰山之水，高泉之山，其上有涌泉焉。冀州之原，果之美者，沙棠之實。常山之北，投淵之上，有百果焉，羣帝所食。箕山之東，青島之所，有甘櫨焉。江浦之橘，雲夢之柚，漢上石耳，所以致之。馬之美者，青龍之匹，遺風之乘，非先爲天子不可得而具，天子不可彊爲，必先知道。道者止彼在己，已成而天子成，天子成則至味具，故審近所以知遠也，成己所以成人也。聖王之道要矣，豈越越多業哉。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷二《名厨佳製》 閩廣多海錯，其臭腥，川陝多山珍，其臭羶。生乎其地，安乎其食，客至者不克同所嗜也。若吴下烹飪著名已久，自前明張江陵云，自出都門至此，始得一飽。嗣後各省筵宴，莫不治吴饌以樂嘉賓，而他方人士來吴，亦從未有不悦吴中所嗜，而轉思其地者矣。雖余也同大成也。固不獨士有孤而自恃，人主有奮而好獨者，則名號必廢熄，社稷必危殆。故黄帝立四面，堯舜得伯陽續耳然後成。凡賢人之德有以知之也，伯牙鼓琴，鍾子期聽之，方鼓琴而志在太山。鍾子期曰：善哉乎鼓琴，巍巍乎若太山，少選之間而志在流水。鍾子期又曰：善哉乎鼓琴，湯湯乎若流水。鍾子期死，伯牙破琴絶絃，終身不復鼓琴，以爲世無足復爲鼓琴者。非獨琴若此也，賢者亦然，雖有賢者而無禮以接之賢，奚由盡忠，猶御之不善驥，不自千里也。湯得伊尹，祓之於廟，爵以爟火，爨以鑊腥，明日設朝而見之，説湯以至味。湯曰：可對而爲乎。對曰：君之國小，不足以具之爲天子，然後可具。夫三羣之蠭水居者腥，肉獸者臊，草食者羶，臭惡猶美，皆有所以。凡味之本，水最爲始，五味三材，九沸九變，火之爲紀，時疾時徐，滅腥去臊除羶，必以其勝，無失其理。調和之事，必以甘酸苦辛鹹，先後多少，其齊甚微，皆有自起鼎中之變，精妙微纖，口弗能言，志弗能喻，若射御之微，陰陽之化，四時之數，故久而不弊，熟而不爛，甘而不噥，酸而不酷，鹹而不減，辛而不烈，澹而不薄，肥而不腻。肉之美者，猩猩之唇，獾獾之炙，爲臑之翠，述蕩之擊，旄象之約。流沙之西，丹山之南，有鳳之丸，沃民所食。魚之美者，洞庭之鱄，東海之鯸，醴水之魚，名曰朱鱓，六足有珠，百碧蒼水之魚，名曰鰩，其狀若鯉而好翼，常從西海夜飛游於東海。菜之美者，崑崙之薤，壽木之華，指姑之東，中容之國，有赤木玄木之葉焉。餘瞀之南，南極之崖，有菜其名曰嘉樹，其色若碧，陽華之芸，雲夢之芹，具區之菁，浸淵之草，名曰土英。和之美者，陽樸之薑，招搖之桂，越駱之菌，鮭鮪之醢，大夏之鹽，宰揭之露，其色如玉，長澤之卵。飯之美者，玄山之禾，不周之粟，陽山之穄，南海之秬。水之美者，三危之露，崑崙之井，沮江之丘，名曰搖水，曰山之水，高泉之山，其上有涌泉焉。冀州之原，果之美者，沙棠之實。常山之北，投淵之上，有百果焉，羣帝所食。箕山之東，青島之所，有甘櫨焉。江浦之橘，雲夢之柚，漢上石耳，所以致之。馬之美者，青龍之匹，遺風之乘，非先爲天子不可得而具，天子不可彊爲，必先知道。道者止彼在己，已成而天子成，天子成則至味具，故審近所以知遠也，成己所以成人也。聖王之道要矣，豈越越多業哉。

鄭光祖《醒世一斑録雜述》卷四《常昭土產》 常昭兩縣田地，共一百六十七萬，人口幾近百萬，米麥棉豆菜，三農所藝。綿布紵布，女紅所成。若牛羊雞鴨魚蝦，茅檐多所蓄。池魚海物禽鳥，水陸亦多所産。然此實同鄰境，求其不同者計之，有如桂花香，收乾桂花爲之，製成珠串煙盒帽架等事，足充土貢。又如老透雲陸店線香，雖郡城孫春陽朱東陽名店，皆來販取。他如南鄉螃蟹，其爪黄色，曰潭塘金爪蟹，白净而肥，不腥而香，洵深秋異品。冬來芹菜，青嫩芬芳，亦一方所獨。山麓松菌，煞油澆麵絶佳，而人必稱三峯僧院所供爲上者，以游人出北城，流連山水，七八里至彼，飢者易爲食也。兹數者，他産雖優，終不能及。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《精饌》 先大父天池公嘗語人曰：古人之講求精饌者，非徒以狗口腹之欲，蓋實於養生之道爲宜。人不能一日離飲食，若所入皆粗而不精，即難免有損而無益，故鄉黨言食不厭精，膾不厭細。朱子注云：食精則能養人，膾粗則能害人。蓋聖賢於飲饌之事，亦無不以精粗爲養人害人之分也。先大父年至八十，猶健飲健飯，七十餘歲時，每飯後猶必稍習鉛槧之事。常曰：飽食終日，無所用心，甚有礙於榮衛，故藉此以消導之。稍後則目力腕力俱差，飯量，猶令人扶掖徐行百十步。最後並脚力亦差，亦必與人對奕一局，曰：飯餘必脾倦，縱不能勞力以踈通之，亦必須勞心以運動之。家雖貧而烹飪必致精，故先資政公及先叔父太常公多方侍奉。時親戚中有陳甥者，頗工烹調，專備之入厨下。先大父母食旁無陪侍，清酒不過三巡，嘉肴亦不過三簋，然不喜以宿物複進，畢即以分賜孫曹。余時方嗜酗，最承慈愛，沿賜獨多。次則曼雲兄，此外諸孫則有間矣。余家本寒素，而講求飲饌者，惟先大父一人。五服周親凡百十人，而享大年者，亦惟先大父一人而已。自余入仕途，所見師友中，惟孫寄圃師，黄左田師，石琢堂先生，及董琴南觀察四人，最精烹飪，而皆享大年。琴南至今尚健啖如昔，開詢余曰：世言三世仕宦，方解着衣喫飯，此話究出自何典。余按：《明道雜志》載錢文穆公云云，《老學菴筆記》亦載諺云云，而不知魏文帝詔語云：三世長者知被服，五世長者知飲食。實此語所由來，《困學紀聞》嘗引之。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《不食物單》 《隨園食單》所講求烹調之法，率皆常

味蔬菜，並无山海奇珍，不失雅人清致。余由寒儉起家，更何敢學製食單，徒取老饕之誚，而恰有生平所深戒，及所深惡者，列爲不食物單，聊示家人，兼飭厨子，以省口舌之煩云。

牛肉，犬肉，以上二物，係守祖戒，十數傳至今，別房子姪或有出入，而余本支從未破戒也。水鷄，一名石鱗，一名骨凍，亦名烏皮，惟南省山中有之，種類甚多，而皆可於口。脚魚，廣西山中有極大者，名曰山菜。白鱔，黄鱔，以上四物，皆近年始戒。鯉魚骨，一稱明骨，一稱鯽脆，質甚潔白，而了无餘味可尋，徒借他物作奠村而已。其價甚昂，故厨子侈爲珍品，因之有僞爲者，其無味則同。羊肝肺，羊腰同。猪頭肉，燒肝花，大肉丸，鷄蛋湯，排骨，香腸，雞捲，鐵雀，以上皆葷品。葛仙米，産自廣西，而通行於各省，余在桂林五年，並未嘗一以餉客也。百合，揚州人最喜用之，其味畧若，余素未下箸也。尊菜，此江浙雅品，不食之，未免不韻，然不能强所不好也。黄瓜，北人最嗜之，新出嫩條者，尤爲珍貴。金瓜，最毒，聞取絶大金瓜，藏貯月餘日，腹中便生蛇子。紅蘿蔔，香椿，延荽，鍋渣。以上皆素品。

梁章鉅《浪跡三談》卷五《食單四約》 郎仁寶曰：食爲人生大計，況年老者尤所宜講。嘗見一書云：食爛則易咀嚼，熱則不失香味。余更爲益二語云：潔則動其食興，少則不致厭飫，盡之矣。憶余藩牧吴中時，韓桂舲尚書與石琢堂廉訪、朱蘭坡侍講舉消寒會，有食單四約云：早少爛熱，即與前人之論恰合。潔字所不待言，而早字尤與老年爲宜也。是時韓與石皆大年，善頤養，約同人各以詩紀之。余詩云：振衣難俟日高春，速客盤筵禮數恭。朝氣最佳宜燕衍，寒庖能儉亦從容。午餐遲笑雷鳴腹，卯飲清如雪飫胸。觸我春明舊時夢，禁廬會食正晨鐘。早。百年不厭腐儒餐，方丈能無愧此官。五簋好遵先輩約，萬錢休議古人單。艱難食貨應加節，真率賓朋易盡歡。願與吴儂返淳樸，豈徒物命慎摧殘。少。無煩礪齒要和脾，老去都存輭飽思。莫等熊蹯滋口實，何妨羊胃混時宜。調和烹飪皆歸禮，歌詠燔炙本入詩。仙訣也須憑火候，漫誇煮石便忘饑。爛。大都作法不宜涼，何況尊生服食方。悦口本無嫌炙手，平心剛好稍披腸。殘杯世界春常駐，冷竈門風客共忘。獨有名場慙翕翁，年來肝肺已如霜。韓文不爲翕翁熱，杜詩回首肝肺熱。熱。時吴棣華同年亦有作，與余詩皆爲吴民傳誦。

李光庭《鄉言解頤》卷五《開門七事》 《隨園詩話》内載某人一絶云：書畫琴棋詩酒花，當年件件不離他。而今七事都更變，柴米油鹽醬醋茶。余雖年近八旬，七事尚須預備，偶賒古器而不嗜茶戲。撰一聯云：夏商周秦漢唐器，柴米油鹽醬醋人。自訟也。鄉言七事中有關乎世情者，如打了一冬柴，煮鍋臘八粥。與有柴一竈，有來一鍋，俱誠浪費者也。熱竈一把，也要冷竈一把，爲專趨炎勢者也。喫得筵席打得柴，言窮達因時者也。柴米夫妻梁伯鸞，勝似朱買臣矣。窮竈門富，水缸曲突，徙薪免致，焦頭爛額矣。生米作成熟飯，慎終於始也。討米下不得鍋，備豫不虞也。當家纔知柴米貴，物力不可不惜也。沈了一船芝蔴，水面上撇油花，棄大而見小也。油壺盧不惹醋壺盧，薰蕕不同器也。打煞賣鹽的，苦了作醬的，調和之失宜也。喫菜總嫌澹，喝茶嫌不釅，飲食之非道也。皆可以醒人。竊以七事雖治家者主之，而其愛惜撙節之用，則係乎中饋能勤儉之人。昔聞邨嫗常言有與七事相證佐，可以連類記之者。曰：叫他抱抱柴，他漓拉拉來。叫他燒燒火，他兩眼瞪著我。礱磨不轉軸，巧媳婦作不出無米粥。晚上熬油兒，早下曬猴兒。省了一把鹽，酸了一缸醬。假鋼奶奶不喫豆兒粥，半夜裏起來啃醬耻。養女隨嬭好賠送，棒槌兩把醋一甕。白日挨門子喫茶，夜晚點燈兒絮麻。此數語雖是鄉里口頭話，卻亦曲盡人情。丙午冬月，與劉寬夫侍御周既庭評事唱答，各示我七事詩，或考据詳賅，或寄託深遠，因用寬夫韻，賦《林亭七事詩》云：燔柴禋祀溥夫通，火食羣生燒不空。竈突炊煙窗乍白，里皆柴竈。街頭歐擔日初紅。積薪故事仍居上，納稭遺規只用中。常燒者爲稭根爲留柴，穗爲穰子，而莊佃則抵納稭。記得兒時看竹馬，一竿稭當五花驄。不耕而食孰三餘，人代春揄賈代儲。白酒醉忘源是米，黄粱夢慣衆維魚。簋陳士飽先生饌，困積商愁蠹吏書。糧店不能無困，冬月倉吏下鄉查禁，謂之寫困積假虚文，以取賣惠耳。緬昔先疇艱稼穡，長安容易卅年居。燈火厨煙度夕朝，胡蘇吉貝榨分挑。醮菜用麻油，點燈用棉子油，各資其油，不似京師一擔挑兩樣。春風碧浪橋三面，膏雨青簑擔一條。但詡壺盧香柄柄，幾憐禾黍意摇摇。油郎未識梨園曲，不向花街訪阿嬌。天教海若佑鹺商，春日霏霙暑路霜。鹽政尚苛猶虎猛，斤兩不足，鄉民不敢爭執。菜秋不熟爲魚忙。林亭子店誰耽隱，乾隆初年，吴閣讀肇元，因重聽寓店中，有林亭小隱題額。津淀丁庖彼味長。司出納者曰内事，天津丁某好客精飲饌。更有澹人能識我，西園蝴蝶畫輕黄。繼丁者爲周世椿，亦天津人，善畫蝶，人謂之周蝴蝶，即余《感舊集》中所謂掃逕常迎李，言庖不讓丁者。桃放梅零卵色天，安排甑甗擇匀圓。及瓜卻避辛朝代，作醬以二月俗忌辛，不合醬。必慧端宜午日懸。必曬透色味乃足。黄雪初調香乍鬱，元經一覆味逾鮮。殷勤中饋貪教女，搏醬强如弄紡甎。屑麥菽搓成團，火炕發之，乾復屑之，和以鹽水。休向鄉鄰問蓋藏，微生偶缺似天漿。平肝滋味分飴

米，糖醋、米醋二種。撲鼻香奠佐桂薑。俗戲捏小兒鼻，謂嗅酸辣湯。質庫盤餐問總管，醋爲食總管，質庫多山右人。秀才邊境關要荒。蔣礪堂先生幼居林亭，癸卯，膺鄉薦，尚未弱冠。其族姪德輿，酒狂也，爲賀聯云：秀才既去酸還在，進士將成大已來。不四十年內，竟綸扉外開制府，真酸去而大來矣。桃花莫告糟糠婦，別有糠醋味最劣。揚水詩言矢卒章。年來里俗習奢華，京樣新添寶茗家。古甃泉踰雙井水，街外北河有三橋。拱一井之景，水最甘，人慣河水鮮飲之者。小樓酒帶六安茶。新開酒飯肆曰小樓。何人說餅烹焦穀，夏月煮大麥茶。幾昔攜壺看藕花。南塘向有荷花。未負鄉關風味好，一年一駐雨前車。再用其韻賦《鄉郵七事詩》云：鄉田豐歉不相通，幾處多柴幾處空。東溟半擘春草綠，編籬高掩夜燈紅。芻蕘賦在催科外，正賦之外有柴草錢。堆垛材歸算法中。算章有堆垛法，大垛柴以尺度之，便得總數。一樣負薪愁徧謫，不知誰跨買臣驄。今年無米復無魚，贏得虛名少實儲。邑志爲魚米之鄉。泉水旺於秦以後，邑爲漢泉州。食糧貴似禹之餘。炊艱桓氏矛頭淅，乞乏顏公筆下書。最惜東南民力竭，一郵幾户有人居。綠楊覆屋曉風搖，盼到油郎歌擔挑。供佛香燈賒盞盞，行人脂粹度朝朝。滑甘調膳知親老，膏沐修容許婦嬌。肯約比鄰宵會績，餘光可省燭雙條。鹽爲國寶溯流長，金大定時，以鹽爲國寶，故名寶坻。地產區分百廿霜。雍正九年，分出寶河鹽，遂專屬彼產。場甌開徵催竈户，邑有鹽竈户，在蘆臺場納糧。牢盆綰利屬蘆商。海塘澹水乘時取，陸地鹹鹺趕集忙。南謂趁墟，北謂趕集。好是乖崖宥私鬻，歲饑間，有私鬻者。農田猶未接青黃。仰視蒼蒼覆笠天，俯摩滑滑醬篷圓。菜畦抽出青蔥角，餅甑炊成白玉甎。饋老奉賓充豆實，膾魚搗蟹給河鮮。可知庸行如常醢，家誡還宜户户懸。梅羹莫酢費平章，邨婦愚心造醋漿。三斗待逢宏度飲，一瓶空爲伯倫藏。回甘無分同青果，老辣隨緣配紫薑。祇惜野芹酸味少，有人舉箸嘆莊荒。龍團鳳餅近浮華，田舍雞消鬻茗車。漁父清閑心獨醒，茶能妨睡。丈人閱歷眼無花。茶益於目。豳風介壽祇爲酒，晉餘如賓未餉茶。膳有聯姻仍故事，粗枝大葉奉親家。寬夫《日下七事詩》云：百里煤窑漸次空，薪材采自近山中。樵蘇海户千堆白，望秩祠官一炬紅。舊市昔曾留碧血，重車今不避青驄。何須四六銀條炭，土炕烟飛雜馬通。西山煤窑愈掘愈深愈遠，運負不易，故價倍於昔日。京師城内人家，多和黄土煤末中爲丸爲墼燒之，鄉間惟燒柴草而已，更有燒馬糞者。秋冬之際，南苑海户刈草售之，曰海柴，車地如山塞街衢，後車不得過。鶴俸蜂糧素有餘，不關雀鼠耗倉儲。砂鍋爛煮紅於肉，竹管斤量價視魚。年來河海艱輸輓，太息長安不易居。老來皆抱杵相舂聞魯語，播琴知稼媿農書。年來河海艱輸輓，太息長安不易居。老來皆弊漸除矣。貧家糴米多以竹管，計斤不論升斗，魚貴米賤，魚賤米貴，京師古驗口，號碓房，多山東登州人。敲梆龍火一肩挑，小磨香油蠟樣嬌。鍊蜜飣盤陳佛座，煮蟲煎餅作花朝。春風脂轄紅塵膩，秋水然燈碧浪搖。最愛清聲除夕好，枯稭藉地踏條條。油得熱則重，賣油者多置火其下以欺人。新歲供佛用排飾高供。其法以油煠小麻花，鍊蜜黏砌玲瓏，如塔高至數尺，富家舊於其周堆列南鮮果實，故有襯供之稱。今則但以此供，而仍曰蜜餌。二月二日，煎餅燻蟲，見《帝京景物畧》。七月中元，地安門外河中放河燈，作施食佛事。除夕，舖脂麻稭地上，曰踹歲，送祟之意也。長蘆潮退曬銀霜，裕國如何可乏商。纔引地爐煤火旺，正逢子店菜秋忙。病駝柳外連芻餧，駿馬轅中困路長。加價一錢非得已，只看鹺使洗金黃。長蘆鹽務分置各埠於鄉鎮間，曰子店。霜降後，家家醃菜時則暢銷，曰菜秋鹽，中有硝投煤爐内火轟旺。雨過蓬背日光懸，瑪瑙斑痕可麾圓。瓜脯深藏禦冬計，菜芽同薦咬春天。染成壞色衣裁褪，饋及他鄉範作甎。細認鸚哥張氏記，羶根煨透老湯鮮。覆醬笠曰蓬，内城鸚哥張家製醬有名，乾醬如甎，可以致遠。煨羊肉用醬汁曰老湯，其色深紫微黄，染坊仿之，曰京醬色。醯酸酥齒抵梅漿，臘雪蒸成甕久藏。酒店縷魚思五柳，霜天擘蠏配毛薑。座逢音客言多諱，局仿前朝址已荒。堪笑半瓶嘲最確，秀才文字諫臺章。山右人諱其嗜酸，都中飯店遂稱醋曰忌諱酒。醋局在羊房夾道，見《春明夢餘録》。金粉裝修門面華，徽商競貨六安茶。笙歌白醉評新部，園館青春改舊家。桐乳禦寒宵待漏，分符調水日驅車。最憐小銚窩窩社，大葉香浮末利花。茶店塗飾金粉，曰裝修門面。所貨爲六安，大葉最多，以末利花薰之，無本味也。城外茶園演劇，招客往觀，而城内則無，但有説書雜耍。其地多，即舊家園館爲之。奶茶舖，東安門外者，午夜即開門，朝士多即其間避風雪。京師水多鹹味，有以車載甜水至人家鬻之者，日以竹牌計之，月尾取值。窩窩社，小茶館兼賣點心者。窩窩以糯米粉爲之，狀如元宵粉糍，中有餡餡，蒸熟外滲薄粉，上作一凹，故名窩窩。田間所食，則用雜糧麪爲之，大或至斤許，其下一窩如舊而覆之。茶館所製甚小，曰愛窩窩，相傳明世中宫有嗜之者，因名御愛窩窩，今但曰愛而已。既庭《七事詩》云：不材肯使老巖阿，樵斧丁丁聽伐柯。一日出山憤爾願，萬家舉火賴君多。積薪徙處真勞矣，餘燼收時奈冷何。饕餮怕成焦尾斷，知音空自惜蹉跎。箇中辛苦箇中知，煮石焉能飽我飢。尚欲千金酬一飯，獨悲百里負無期。書來差慰故人念，厨冷難爲巧婦炊。析桂量珠同不易，十干待取竟何時。搗杵元霜配食單，壺廬色樣盡來難。煙波舂水碧於染，禾黍秋風秀可餐。十日雨膏知野潤，五更燈火逼人寒。一編未竟窮年志，試剔銀缸仔細看。也如買菜慣求增，瀕海生涯感不勝。詠雪才名爭得似，調羹手

段果誰能。交同君子言俱澹，論過前人説早騰。入水已知痕迹化，本來心迹似波澄。醞人伎倆太纖疎，食肉年來骨相殊。寒士生涯嗟覆瓿，大官珍膳辦行厨。潰成清白防濡染，味雜酸鹹費揣摹。恰好得宜纔適口，須知小用有工夫。蓋藏久已取宫中，敢學微生貌直躬。入世迴殊薑桂質，登筵饒有晉唐風。書生面目爲誰歙，兒女情懷似此同。酸到鼻尖防悄遣，囘根處處妙能通。佳茗佳人兩不凡，旗槍律比酒兵嚴。監於止水心原静，饒有餘香舌尚饞。苦口獨留真味在，清談那許俗人搀。一官嗟我猶匏繫，拜賜慚叨七品銜。

姚元之《竹葉亭雜記》卷一 吉林屬每歲進貢方物

四月内，進油炸白壯鱘魚肉釘十罈。七月進窩雞鷹鵪各九隻。十月進二年野猪二口，一年野猪一口，鹿尾四十盤，鹿尾骨肉五十塊，鹿肋條肉五十塊，鹿胸岔肉五十塊，晒乾鹿脊條肉一百束，野雞七十隻，稗子米一斛，鈴鐺米一斛。十月内，由圍場先進鮮味，二年野猪一口，一年野猪一口，鹿尾七十盤，野雞七十隻，樹雞十五隻，稗子米一斛，鈴鐺米一斛。十一月，進七里香九十把，公野猪二口，母野猪二口，二年野猪二口，一年野猪二口，鹿尾三百盤，野雞五百隻，樹雞三十隻，鱘鰉魚三尾，翹頭白魚一百尾，鯽魚一百尾。稗子米四斛，鈴鐺米一斛，山查十罈，梨八罈，林檎八罈，松塔三百箇，山韭菜二罈，野蒜苗二罈，柳木鎗鞘八根，駮馬木線鎗鞘八根，駮馬木鎗鞘八根，樞黎木虎鎗杆三十根，樺木箭杆二百根，白樺木箭杆二百根，椵木箭杆二百根，楊木箭杆二百根，海青蘆花鷹、白色鷹俱無額數，窩集狗五條，係奉旨之年貢進賀哲匪雅喀奇勒哩官貂鼠皮二千五百八十二張，隔一年貢送進御覽紫樺皮二百張，上用紫樺皮一千四百張。隔一年進。御覽官紫樺皮二千張，又交下五旗官紫樺皮一萬二千張，白樺皮三千張，煖木皮四百五十斤，莖草四百五十斤，又交下五旗每旗煖木皮各五十斤，莖草各五十斤。以上俱貢送武備院查收。

黄奭《黄氏逸書考・譙周古史考》 古之初，人吮露精，食草木實，穴居野處，山居，則食鳥獸，衣其羽皮，飲血茹毛。近水則食魚鱉螺蛤，未有火化，腥臊多害腸胃，於是有聖人以火德王，自以火德王名下，又見《禮記》、《曲禮正義》造作鑽燧出火，教人熟食，鑄金作刃，人民大悦，號曰燧人。《太平御覽・皇王部》引止此。次有三姓，乃至伏犧制嫁娶，以儷皮爲禮，《史記索隱》補三皇紀，亦引伏犧制嫁娶以儷皮爲禮句。《北堂書鈔・禮儀部》作嫁娶以虎皮爲禮。作琴瑟以爲樂。禮記曲禮正義古者茹毛飲血，燧人氏鑽火，而人始裹肉而燔之曰庖。及神農時，人方食穀，加米於燒石之上而食之。及黄帝時，始有釜甑，火食之道成矣。《資治通鑑》卷十注

案《廣韻》二十四職食注：燧人下無氏字，庖作炮。

劉寶楠《論語正義》卷一一《鄉黨第十》 食不厭精，膾不厭細。正義曰：張栻《解》：「厭當作平聲。言不待精細者而後屬厭也。」案：《周語》「不可厭也」，韋《注》：「厭，足也。」《晉語》「民志無厭」，韋《注》：「厭，極也。」夫子疏食飲水，樂在其中，又以士恥惡食爲不足與議，故於食膾皆不厭精細也。精者，善米也。《中山經》：「精用五種之精。」郭《注》以爲「五穀之美」。《九章算術》：「糲米率三十，粺米二十七，粺米二十四，侍御二十一。」是侍御爲米之極精矣。「膾」者，《説文》云：「膾，細切肉也。」《釋名釋飲食》：「膾，會也。細切肉，散分其赤白，異切之，乃會和之也。」《少儀》云：「牛與羊魚之腥，聶而切之爲膾。」《注》云：「聶之言牒也。先蓴葉切之，後報切之，則成膾。」又《内則》云：「肉腥細者爲膾，大者爲軒。」《注》云：「言大切、細切異名也。膾者必先軒之，所謂聶而切之也。」李氏惇《群經識小》謂「其制與今之肉絲相似」。《釋文》：「膾，本又作鱠。」食饐而餲，【注】孔曰：「饐，臭味變。」

羅以智《新門散記・南宋市物》 新門左右有名食物之家，如《都城紀勝》之望仙橋糕糜，《夢粱録》壽慈宫前熟肉，獅子巷口徐家紙劑鋪，淩家刷牙鋪，觀後丹室薦橋、新開巷元子鋪。又夜市獅子巷口焙娶魚罐裹，爓雞絲粉，七寶科頭，薦橋豐禾坊王家酒店。《武林舊事》諸色酒名，榮邸有眉壽堂，萬象皆春，娶可與宋五嫂魚羹、李七兒羊肉，同布佳名也。

陸以湉《冷廬雜識》卷八《土物》 杭州省會，百貨所聚，其餘各郡邑所出，則湖之絲，嘉之絹，紹之茶酒，甯之海錯，處之甕，嚴之漆，衢之橘，温之漆器，金之刀，湖之筆、縐紗，嘉之銅爐，金之火腿，台之金橘，煮魚，亦皆擅土宜之勝，而爲四方之所珍者。

吴振棫《養吉齋叢録》卷二四 膳房恭備御膳，其物品及某物，爲何人烹調，逐日開單具稿，呈内務府大臣畫行。故或烹飪失宜，司其事者無可諉咎，誠敬慎之至也。

膳房掌御膳，及軍機處南書房、上書房侍衛等處分例，至内廷主位，別有承應茶膳之地。清語謂之塔塔，其分例皆有等差，力不能自辦者，則以所得之分例，附於某主位名下之塔塔而飲食焉。

進膳有膳單，每日膳單指出某物賜某處，賜某人。曩時内廷主位阿哥宫主及御前内務府、軍機、南書房入直大臣，皆開得被賜。每日召見外省文職臬司以

上，武職總兵以上，亦賜餑餑二盤，謂之克什。清語克什，賜也。進膳之物，按時備供，不設飲。卯正二刻早膳，午正二刻晚膳，申酉以後，或需飲食，則內宮別有承應之處，其物隨意命進，無定供矣。舊時，膳房匠役四百名。道光癸卯，裁二百名。膳房進膳辦膳之事，頭二三等侍衛，此侍衛皆內務府人，非大門乾清門侍衛也。及拜唐阿掌之，而內務府大臣二人總其職。歲支四萬金，節省若干，仍繳還，實銷三萬數千兩，爲雞、鴨、豬、魚、蔬菜諸物之需。羊隻則取之慶豐司，膳房不用牛肉，惟用牛乳，亦慶豐司所供。其餘山珍海錯及諸乾菜，皆各處所貢，不須市易也。

膳房自十月初一日，至次年正月三十日止，每日添用柴炭，謂之寒柴寒炭。肉房茶房亦然。餑餑房製各種餅餌，有松餅，五色番餡餅，五色梅花酥，五色小印子霜，五色玉露霜，蜂蜜印，雞蛋印子，紅餡點子，紅白撒子，芝麻酥。

每年內用米七十石，各處所用白米六千石，粗黃老米八千石。

按：舊《會典》載：內用米有黃、白、紫三色，老米玉泉山豐澤園湯泉等處稻米，朝鮮進貢稻米。又內用鹽，舊額歲用十二萬觔。

吳振棫《養吉齋叢錄》卷二四　正月，內務府進東西陵奶餅。春暮，崇文門進黃花魚。十月，進銀魚。十一月，進冬筍。秋冬，盛京進香水梨。又春秋謁陵，途次直隸，總督進福壽字餑餑、奶豬、乳羊、雞鴨等物。提督總兵進野雞。長蘆鹽政進豬羊雞鴨果品醬菜，春時亦進黃花魚。

吳德煦《章谷屯志略・夷人風俗》　宅邇夷性嗜茶，辰午晚三餐，俱以茶入鍋煮數十沸，去渣，入酥油糌粑食鹽各少許，盛以木桶，麥麵蕎麵等物用作鏟鏵，中餡以葷，呼爲得木烏。入灰火中炙令熟。男女圍坐於地，手擘以食，隨啜茶數甌。宴客無脯醢醴醬。酒二種，一咂酒，咂酒之糟粕，復以小甑蒸煮作燒酒。客至無几案杯盤之設，懷中各帶一木匙。寨中置巨甕或木桶，富者大銅瓶，盛酒於內，植竹竿十餘枝，跌坐於地，互相吸飲，不杯杓勸酹，無肴核，惟各佔豬羊肉，得木烏，醉飽而散。

附明正夷俗：辰午煞茶，裸以鹽酪糌粑食工架數圓閒，以酥油捏糌粑者爲上饌，晚食煮鹽作湯，撕蕎麵或麥麵作片同煮而食。農務方興，日五飧，餘曰三飧。宴會只咂酒、燒酒、豬羊膝而已。所獲禽獸炮煮作宴食，不以享客。日昏不操作不夜坐，蓋寨內無燈燭，代松之多脂者，以照夜，初更以後，舉寨斫然矣。

徐懷祖《臺灣隨筆》　臺地物產，無異中原，略載其異者。波羅蜜自荷蘭移種，大如斗，甘如蜜。香橡大如雞子，味甘色黃，其根在核，然不能如荔走長安也。照殿紅，樹甚高，花如巨觥，色紅無二。樹蘭如珠蘭，然亦喬柯修幹。竹多叢生，節疏葉長，至冬則其葉盡落，及春復生，頗似江柳。象齒有實可食，林茶亦內地所無，惟鱗介之族，其形殊異者，不可殫述。

袁祖安《隨園瑣記》卷下《記食品》　家傳食品詳載食單中，嗣後亦頗失傳，惟魚縣筍脯歲歲餉人，未嘗間斷，故仍不失其舊。

園中花果嘗入食品，以其鮮新而雅致也。春則藤花餅、玉蘭餅，夏則溜枇杷、炙蓮瓣，秋則灼菊葉栗子餻，冬則竹葉糍、薺菜羹，隨時入饌，自異市俗。

筍以不出土者爲佳，過有肥筍則壅以土，使不出頭，入饌則味極腴美。然宜隨罄隨食，不宜過夜，其汁存則其味自鮮。市間之筍，所以不堪入口者，以逾日太久，外徒濕以水，因內已渴其脂故也。園中竹既多而筍亦盛，製筍之法不下十數種，皆詳載於食單中。

幼時聞，諸兒嬉戲山中，見有叢筍肥美異常，忽動朵頤之想，因將筍尖削平，空其暗中之節，灌以醯醢之屬，擁火四旁，就地煨之，不逾時熟，然後斷其根，去其皮，切而食之，香甘不可言狀。越日過其地，則筍邊之竹盡萎，蓋火傷其根故也，嗣後乃不忍爲之。事雖異夫取生雞之肝、炙活鵝之掌，然因口腹而戕賊生物，其亦在暴殄之列與。

果物如櫻桃梅李桃杏蓮藕芡菱銀杏梧桐，俱較市中別饒風味，枇杷則尤鮮美，若摘自樹頭，隨採隨食，其味更勝。

一交初春，野蔬之可充膳者，隨處可採，如馬蘭頭、苜蓿頭、枸杞頭、菊花頭，以及水邊菱芹等類，不一而足。有客至止爭營爲快。

荷花朝開夜合，當日暮時，正將合未合之際，主人取冬間梅花所窖龍井芽茶，安放花中，待清晨花開取出，隨時挹取葉上之露烹茶餉客，暗香觸鼻，恍游冰雪之天仙液，清心何異醍醐之味，彼腦滿腸肥者，正恐無福消受耳。

他如榨筍爲油，煮筍爲湯，製桂粟之糖，搗玫瑰之醬，蒸玉蘭之粉，釀海棠之蜜，取雪中之梅以窖茶葉，採露荷之菜以蒸豬肉，真覺取之無盡，用之不竭，湖中蓄魚，每當歲暮，網捕一次以供祭享，及餽歲之需，銀鱗頳尾取次充庖，惟鯽魚最多，所謂名士魚者是也。世稱鯽魚腦爲不可多得之美味，若吾園固足資飽啖焉。

顧祿《清嘉錄》卷四《四月》　立夏見三新

立夏日，家設櫻桃青梅穭麥供神享先，名曰立夏見三新。宴飲則有嬈酒、酒釀、海鰡、饅頭、麵筋、芥菜、白筍、鹹鴨蛋等品，爲佐蠶荳。亦於是日嘗新酒，肆

餽遺于主顧，以酒釀燒酒，謂之餽節。蔡雲吳歙云：消梅鬆脆鶯桃熟，穲麥甘香蟹荳鮮。鴨子調鹽剖紅玉，海螄入饌數青錢。

案：《崑新合志》。立夏時，家設櫻桃青梅麥蠶窖餳等物，飲燒酒，名曰立夏見三新，與郡俗畧異。

顧祿《清嘉録》卷一二《十二月》 年夜飯

除夜家庭舉宴，長幼咸集，多作吉利語，名曰年夜飯，俗呼合家歡。周宗泰《姑蘇竹枝詞》云：妻帑一室話團圞，魚肉瓜茄雜果盤。下節頻教聽讖語，家家家裏合家歡。

案：褚人穫《堅瓠集》云：除夕家庭舉宴，長幼咸集，謂之合家歡。沈朝初《憶江南詞》云：除夕合家歡。府志：除夜，長幼聚飲，祝頌而散，謂之分歲。考宋時分歲，猶以脆餳爲節物。石湖詞云：就中脆餳專節物，四坐鹵頰鏘冰霜。今久不傳。

顧祿《清嘉録》卷一二《十二月》 煖鍋

年夜祀先分歲筵中，皆用冰盆，或八或十二或十六，中央則置以銅錫之鍋，雜投食物於中，鑪而烹之，謂之煖鍋。譚大中《煖鍋詩》云：范金爲器利羣生，物理居然寓聖情。持滿能平流不溢，虛中有竅火微明。噓寒變燠鹽梅濟，取坎交離鼎鼐成。黍谷暄回人盡飽，萬方應與頌和羹。又云：紅鉛九轉器初成，十萬錢輸選饌精。炊蠟厨邊湯乍沸。肉屏風畔婢初擎。添來鑪火寒威解，味入丹田暖氣生。尚有寄居蕭寺客，韲鹽風味耐孤清。

案：《野談》煖，飲食之具，謂之僕憎。雜投食物於一小釜中，鑪而烹之，亦名邊鑪，亦名煖鍋。團坐共食，不復置几案，甚便於冬日小集，而甚不便於僕者之竊食，宜僕者之憎也。王穀原《煖鍋詩》云：壚深羹沸，膽直焰中趨。

張燾《津門雜記》卷下《食品》 津沽出産，海物俱全，味美而價廉。春月最著者，有蜆螬河豚海蟹等類。秋令螃蟹，肥美甲天下。冬令則鐵雀銀魚馳名遠近，黄芽白菜嫩於春筍，雉雞鹿脯野味可餐，而青鯽白鰕，四季不絶，鮮腴無比。至於梨棗桃杏蘋果葡萄各品，亦以北産者爲佳。燈火樓臺一望開，放懷那惜倒金罍。朝來飽啖西施舌，不負津門鼓棹來。米人楊映昶故人多感促南轅，旅味緘書傻指論。一月河豚八月蟹，兩般也合住津門。西顥汪沆津門三月便持螯，海蟹堆盤興儘豪。轉瞬又看秋稻熟，重陽時節好題糕。秋吟蔣詩

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷一八《京師志十八・風俗》 六月，京師中多市麻泥、科斗粉、煎茄、炒韭、煎餅，五更汲水以備合醬之用，咸謂此日水與臘水相同，仍以此日晒乾肉，猶臘味也。《析津志》

周家楣、繆荃孫等《光緒順天府志》卷一八《京師志十八・風俗》 正月時品：除椒盤、柏酒、春餅、元宵之外，則青韭滷餡包、油煎肉三角、開河魚、香鼈雞、海青螺、雛鵓鴿、春橘、金豆；花則迎春、探春、水仙、月季、百花接次爭艷矣。二月：菠薐於風帳下過冬，經春則爲鮮赤口菜，老而碧葉尖細，則爲火燄赤根，葉同金鉤蝦米，以麪包合，烙而食之，乃仲春之時品也；至若丁香紫、壽帶黄、杏花紅、梨花白，所謂萬紫千紅總是春矣。三月：採食天壇之龍鬚菜，味極清美。香椿芽拌麪筋，嫩柳葉拌豆腐，黄花魚即江南之石首，甚稱小葱炒麪條魚，蘆筍膾鱘花，勒煮和羹，又不必憶蓴鱸矣；若夫桃花歷亂，柳絮飛殘，紅白燦蘋婆，荷包挂牡丹，曰西府，曰鐵梗，曰垂絲，海棠之妙，可甲天下。四月：薦新菜果，王瓜、櫻桃、瓠絲煎餅、榆錢蒸糕、蠶豆生芽、萵苣出筍，乃佳品也；花名玫瑰，色分真紫爲黄，樹長婆羅，品重香山卧佛。青蒿爲蔬菜，四月食之，三月則採入藥爲茵陳。七月小兒取作星燈，諺云：三月茵陳四月蒿，五月六月砍柴燒。五月：小麥登場，玉米入市，蒜苗爲菜，青草肥羊，麥青作攪轉，麥仁煮肉粥。豇豆角、豌豆角、蠶豆角、扁豆角，盡爲菜品；臕稍瓜、架冬瓜、緑絲瓜、白茭瓜，亦作羹湯，晚酌相宜；西瓜、甜瓜、雲南瓜、白黄瓜、白櫻桃、白桑椹，甜瓜之品最多，長大黄皮者爲金皮香瓜，皮白瓤青爲高麗香瓜，其白皮緑點者爲脂蘇粒，色青小尖者爲琶琶軸，味極甘美。桃品亦多，五月結實者爲麥熟桃，尖紅者爲鷹嘴桃，純白者爲銀桃，純紅者爲五節香，緑皮紅點者爲秫稭葉，小而白者爲銀桃奴，小而紅緑相兼者爲缸兒桃，扁而核可作念珠者爲柿餅桃，更有外來色白而漿濃者爲肅甯桃，色紅而味甘者爲深州桃。杏除香白、八達杏之外，有四道河、海棠紅等，杏仁亦甘美。李柰則有御黄李、麝香紅，又有黄皮紅點者爲梅杏，又杏質而李核者爲胡撕賴、蜜淋嗆。至若榴花似火，家人摘以簪頭，鳳草飛紅，纏女敲而染指。江西臘五色芬芳，虞美人幾枝嬌艷，則又爲端陽之佳卉也。六月：盛暑食飲，最喜清新。京師蓮實種二：内河者嫩而鮮，宜承露，食之益壽；外河堅而實，宜乾用。河藕亦種二：御河者爲果藕，外河者多菜藕。總以白蓮爲上，不但果菜皆宜，晒粉尤爲佳品也。且有鮮菱、芡實、茨菇、桃仁，冰湃下酒，鮮美無比。茉莉花、福建蘭，摘以薰茶，六月菊、白鳳仙，俱堪浸酒，夜蘭香、晚香玉，落日香濃，勤娘子、馬纓花，平明蓋放。七月：禾黍登，秋蠏肥，蘋婆果熟，虎嚥榠香。都門棗

品極多，大而長圓者爲櫻絡棗，尖如橄欖者爲馬牙棗，質小而鬆脆者爲山棗，極短而圓者爲酸棗，又有賽梨棗、無核棗、合兒棗、甜瓜棗，外來之密雲棗、安平棗，博野、棗强等處之棗，其羊棗黑色，俗呼爲軟棗，即丁香柿也。紅子石榴之外，有白子石榴者，甘如蜜蔗，種出內苑。梨種亦多，有秋梨、雪梨、波梨、密梨、棠梨、罐梨、紅綃梨，外來則有常山貢梨、大名梨、肉綿梨、瀛梨、洺梨，其能消渴解醒者，又莫如西苑之截梨，北山之酸梨也。山櫙種二，京產者小而甜，外來者大而酸，可搗糕，可糖食。又有蜜餞榲桲，質似山櫙，而香美過之，出自遼東。楸葉鳴秋，葵花向日，雞冠分五色，高逾檐，多如林，秋日盛開，若百鳥朝鳳，芬芳豔麗，乃秋色中之絶品也。至於剪秋羅、玉簪花、芙蓉花、雁來紅，又不若秋海棠，雖西府鐵梗木本之花，亦難比其嬌媚也。老來少，由青而碧，碧而黃，黃而紅，如暮霞照紫，覩此則不必西山問霜葉矣。八月：中秋桂餅之外，則滷餡芽韮稍麥、南鑪鴨、燒小猪、挂爐肉，配食糟發麵團、桂花東酒。鮮果品類甚繁，而最美者莫過葡萄，圓大而紫色者爲瑪瑙，長而白者爲馬乳，大小相兼者爲公領孫，又有硃砂紅、棣棠黃、烏玉珠等類，味俱甘美，其小而甜者爲瑣瑣葡萄，性極熱，能生發花痘，至於街市小兒叫賣小而黑者爲酸葡萄，性斯下矣。柿出西山，大如椀，甘如蜜，冬月食之可解炕煤毒氣。白露節薊州生栗初來，用錫沙拌炒，乃都門美品。正陽門王皮衚衕楊店者更佳。其餘清新果品，如蘋婆、檳子、葡萄之類，用巨瓷甕藏貯冰窖，經冬取出，鮮美依然。九月：黃囊辟毒，菊葉迎祥，松榛結子，韮菜開花。新黃米包紅棗作煎糕，蕎麥麪和秦椒壓合酪。板鴨清蒸，嫩蟹香糟。草橋李齊大於盃，衛水銀魚白似玉。十月：鐵角初肥，湯羊正美。白鰲並豚蹄爲凍，脂蘇灌果餡爲糖。冬筍新來，黃薑纔熟。至於酒品之多，京師爲最。煮東煮雪，醅出江元，竹葉飛清，梨花湛白，窩兒米釀，甕底春濃；藥酒則史國公、壯元紅、黃連液、蓮花白、茵陳綠、橘豆青，保元固本，益壽延齡。外製則鄉貢南路燒酒，張家灣之灣酒，涞水縣之涞酒，易州之易酒，滄州之滄酒，更有清河乾榨，潞水思源，南來之木瓜惠泉，紹興苦露，桂酒、橘酒、一包四瓶、三白五加皮。雖品味各殊，然皆不及內府之玉泉醴酒醇且厚也。十一月：時維長至，貢物咸來。北置則獾、貍、麅、鹿、野豕、黃羊，風乾冰凍；南來則橙、柑、橘、柚、香圓、佛手，塘棲蜜餞。薦新時品，摘青韭以煮黃芽；祠祭鮮羹，移梅花而烹白雪，欣一陽之來復，遂萬有以萌生。十二月：臘月朔，街前賣粥果者成市，更有核桃、柿餅、棗、栗、乾菱角米者，肩挑筐貯，叫而賣之。其次則肥野雞、闢東魚、野貓、野鴛、腌臘肉。錢店銀號，兌換押歲金銀，小梅花、海棠元寶。二十八外則賣糖瓜、糖餅、江米竹節糕、闢東糖。糟草炒豆，乃二十三日送灶餉神馬之具也。臘月諸物價昂，蓋年景豐裕，人工忙促，故有臘月水土貴三分之諺，高年人于歲逼時訓飭後輩，謹慎出入，又有二十七八平搶平抓之諺。《帝京歲時紀勝》

周家櫚、繆荃孫等《光緒順天府志》卷一八《京師志十八・前代風俗考》 七夕，各宮供像生牛郎、織女、從人、麒麟、象、羚羊、海馬、獅子、獬豸、兔、海味、糖果、糖菜，俱用白糖澆成。《光緒志》

七夕節，宮中立巧山子，衣鵲橋補。初一起至十四日止。中元節，食銀苗菜及水鴨，菜乃藕之嫩芽，鴨乃先一日煮熟，凝成膏。甜食房供佛波羅密。西苑作法事，放河燈。陳琮詩注。

周家櫚、繆荃孫等《光緒順天府志》卷七〇《故事志六・雜事上》 盛饌以雁粉爲貴，以木柈貯之，其瀋黑色，以生葱、蒜、韭之屬置於上，臭不可近。又俗重茶食。阿骨打開國之初，尤尚此品，若中州餅餌之類，多至數十種，用大盤累飣高數尺，所至供客，賜宴亦用焉。一種名金剛鐲，最大。《宋詩紀事》

周家櫚、繆荃孫等《光緒順天府志》卷七〇《故事志六・雜事上》 京城舊日，如勾欄胡同何關門家布，前門橋陳內官家首飾，雙塔寺李家冠帽，東江米巷党家鞋，大棚欄宋家靴，雙塔寺趙家薰酒，順承門大街劉家冷淘麪，本司院劉鶴家香，帝王廟街刁家丸藥，皆名著一時，起家鉅萬。至抄手胡同華家，專煮豬頭，內而宮禁，外而勳戚，皆知其名。薊鎮將帥，置走馬傳政，亦當日太平勝槩也。《春明夢餘録》

長順等《光緒吉林通志》卷二七《風俗》 無論老幼皆嗜酒，酒產吉林境內，道遠難運，故其價至此而愈昂。其地土性寒，漿春晚霜早，不產五穀。春夏取河魚爲食，秋冬捕野獸爲食，魚乾、鹿肉，家家堆積爲糧焉。

長順等《光緒吉林通志》卷二七《風俗》 其飯食則以糜釀酒，以豆爲醬，以半生米爲飯，漬以生狗血及葱韮之屬，和而食之，茖以蕪荑。食器無瓠陶無碗筯，皆以木爲盤，春夏之間止用木盆注元缺粥，隨人多寡，盛之以長柄小木杓子數柄迴還共食下。粥肉味無多，品止以魚生、獐生，間用燒肉。冬亦冷飲，卻以木樸盛飯，木盆盛羹，下飯肉味與下粥一等。飲酒無算，只用一木杓子自上而下循環酌之，炙股烹脯，以餘肉和菜擣臼中糜爛而進，率以爲常。同上

金人舊俗，多指腹爲婚姻，既長，雖貴賤殊隔，亦不可渝。塔納幣皆先期拜

門，親屬偕行，以酒饌往，少者十餘車，多至十倍飲客。佳酒則以金銀旂貯之，其次以瓦旂列於前，以百數。賓退則分餉焉。先以烏金、銀杯酌飲，貧者以木酒，三行進大軟指、小軟指，如中國寒具，次進蜜餻，人各一盤，曰茶食。宴罷，富者渝建茗，留上客數人啜之，或以粗者煎乳酪。【略】《大金國志》三十九

卞寶第、李瀚章《光緒湖南通志》卷四〇《風俗・苗俗》　飲食：日常兩餐，春夏三餐，所食多粟米，或以雜糧爲餌餈。渴飲溪水，客至或煮薑湯，或胡椒湯，或以粗者煎乳酪。【略】《大金國志》三十九

以示敬。不知五味爲何物，得鹽則遺其類，各以一撮實掌中舐之以爲美。近日至城市易鹽者頗多，而僻遠之苗尚有不知其味者。

讓廉《春明歲時瑣記》　除夕人家，或有祀先，或焚冥錢，早晨官府有謁上司之儀，謂之拜官年。都人不論貧富，俱多市食物。晚間鋪肆燈火燭天，爛如星布，遊人接踵，歡聲滿道。人家盛新飯於盆中以儲之，謂之年飯，上簽柏枝柿餅龍眼荔枝棗栗，謂之年飯果，配金箔元寶以飾之。家庭舉燕，少長歡嬉，兒女終夜博戲玩耍。婦女治酒食，其刀砧之聲遠近相聞，門户不閉，雞犬相安，或往親友家拜賀者謂之辭歲。夜靜更深，則爆竹之聲漸起，是即接神者，而昇平之世於斯可見其概也。余雖陋，敢志京都一歲之遺俗如此也。

俞樾《茶香室三鈔》卷二四《宋時店鋪名》　宋孟元老《東京夢華録》所載，有曹婆婆肉餅，清風樓酒店，李生菜小兒藥鋪，醜婆婆藥鋪，史家瓠羹，賈家瓠羹，孫好手饅頭，熙熙樓客店，其名皆可入詩。

宋吴自牧《夢粱録》所載，有貓兒橋魏大刀熟肉，金子巷口陳花腳麵食店，修義坊張古老臙脂鋪，修義坊三不欺藥鋪，太平坊大街東南角鰕鱔眼酒店，沙皮巷口雙葫蘆眼藥鋪，亦可入詩。

又如中瓦子前，徐茂之家扇子鋪，朝天門裏大石版朱家裱褙鋪，朱家圓子鋪，蜜糕鋪，漏橋榜亭側朱家饅頭鋪，周家摺疊扇鋪，陳家畫團扇鋪，在當時亦必卓然有名者也。

又有朱骷髏茶坊，不知茶坊何取此名，使今爲之，必無人顧問矣。

俞樾《茶香室四鈔》卷二五《歲時節物》　宋龐元英《文昌雜録》云：唐歲時節物，元日則有屠蘇酒，五辛盤，咬牙餳。人日則有煎餅，上元則有絲籠，二月二日，則有迎富貴果子。三月三日，則有鏤人。寒食則有假花鷄毬、鏤鷄子、子推蒸餅、餳粥。四月八日，則有糕糜。五月五日，則有百索纏子。夏至則有結杏子。七月七日，則有金針織女臺、乞巧果子。八月一日，則有點炙杖子。九月九日，則有菜萸菊花酒糕。臘日則有口脂面藥澡豆。立春，則有綵勝鷄燕生菜。今歲時遺問略同，但餻糜、結杏子、點炙杖子，今不行耳。按：唐時節物，宋時已不盡同，至今日，則知者且少矣，故録存之。

富察敦崇《燕京歲時記・糟蟹、良鄉酒、鴨兒廣、柿子、山裏紅》　重陽時以良鄉酒配糟蟹等而嘗之，最爲甘美。良鄉酒者，本産於良鄉，近京師亦能造之。其味清醇，飲之舒暢，但畏熱不能過夏耳。鴨兒廣，梨屬，形如木瓜，色如鴨黄，廣者黄之轉音也。柿子、山裏紅，其用尤多，皆京師應序之物也。

按《寄園寄所寄》：明太祖微時過剩柴村，已經二日不食矣，行漸伶仃。至一所，乃人家故園。垣缺樹彫，是兵火所戕者。帝悲歎之，緩步周視，東北隅有一樹霜柿正熟，帝取食之，食十枚便飽，又惆悵久之而去。乙未夏，帝拔采石，取太平，道經於此，樹猶在。帝指樹，以前事語左右，因下馬加之赤袍，曰：「封爾爲凌霜侯。」是柿曾有功於人主矣，則記之豈瑣瑣哉？他物之記，亦邀柿之幸也。

黄協塤《淞南夢影録》卷二　酒館烹調，每以專味爲遺，如紅燒魚翅，紅燒海參，炸八鴨舌之類。簡簌苜蒲，概屏勿用，豈諸君腦滿腸肥，故必腥濃膻飫歟。其中著名者，津館則以慶興爲最。蘇館則以聚豐園爲最，復新園來自白下，亦足首屈一指。泰和館爲浦東人所開，菜兼南北，烹飪絶精，大有座上客常滿，樽中酒不空之概。寧館諭者等諸自檜以下，然鴻運、益慶二樓，亦復庭盈車馬，座滿蟬娟，比來貴游子弟，喜食英法大菜。而杏花樓、同香樓、一品香、一家春、申園等諸番館，又復崛起，下箸萬錢，豈讓何曾獨侈哉。

張江裁《天津楊柳青小志・業産》　豆油公司作豆餅消售，於船運廢紙重撈，頗見於土屋墻壁之加塗而曬也。【略】出産物除豆餅豆油外，惟園圃之白菜、青蘿蔔爲有名。子牙河漁船皆非楊柳青人。有蛤蚌可作器飾，鼈甲可入藥餌，楊柳青人不屑爲之。

佚名《西藏記》卷下《宴會》　歲時令節，頗羅鼐亦知宴客，或在家，或于各柳林中，正中鋪方褥數層，頗羅鼐自坐，前設矮方桌一二張，上擺麵果長尺許，生熟牛羊肉，藏棗、藏杏、藏核桃、葡萄、冰糖、回之果、焦糖等類，各一二盤，其焦糖乃黑糖同酥油熬成者，長尺許，寬三四寸，厚一指。生羊肉或一腿，或一大方，豐厚隨時。兩面鋪長坐褥，前亦挨設矮桌，擺列果食等類，各半郡王之半，噶隆、巴浪子沙、仲意等，列兩行而坐，或兩人一席，或一人一席，隨從人等各就席後地坐。

每人給果食一大盤，食則齊食，先飲油茶，次以土巴湯，再以奶茶、抓飯，乃繩頭回民所作，有黃白色二種，用米作飯，水淘過，入沙糖、藏杏、藏棗、葡萄、牛、羊、餅等物，盤盛，手抓而食，繼飲蠻酒。

瀛若氏《三風十愆記·記飲饌》 宋洪異撰《暘谷漫録》，中有厨娘事。言京都中下之户，不重生男，每生女，則愛護之如捧璧擎珠。甫長成，則隨其資質，教以藝業，用備士大夫採拾娛侍。名目不一，有所謂身邊人，本事人，針線人，堂前人，雜劇人，拆洗人，琴童厨子等等級，截然不紊。就中厨娘最爲下乘，然非極富貴家，力稍不足，不能用也。有某宦者，奮身寒素，遨歷郡守，然日用淡泊，不改儒風。偶奉祠居里，便嬖不足使令於前，飲食且大率。郡守因念昔日在都於某官處晚膳，出厨娘所調羹極可口。適有便介往京，謾作書友人，囑以物色，皆不屑來就。未幾，友人復書曰：得之矣，其人年可二十餘，近回自某大老第，有容藝，能算能書，當疾遣以詣。不下旬月，果至。初憩五里亭，特遣夫先申禀啟，乃其親筆也，字畫端正，歷敍慶賀新禧，以即日伏事左右爲欣幸，末乃乞其煖轎接取，庶成體面。其詞委婉，殆非庸碌女子所及，郡守一見，爲之破顔。及入門，容止循雅，紅衫翠裙，參侍左右，乃退。郡守大過所望，於是親友皆議舉杯爲賀，厨娘亦遽請試枝。郡守曰：大筵有待，且具常食五簋五分。厨娘請菜品食品質次，郡守書以與之。食品第一羊頭羹，菜品第一葱蒜，餘皆易辦者。厨娘謹奉令，舉筆硯開列物料内，羊頭羹五分，合用羊頭十個，葱蒜五碟，合用葱五斤，他物稱是。郡守心嫌太費，然未欲遽示儉嗇，姑從之。翌日，厨役告物料齊，厨娘發行奩，取鍋銚盂勺湯盤之屬，令小婢先捧以行。燀爚耀日，皆是白金所製，約每器須值廿金。至如刀砧雜器，亦一一精緻，旁觀爲之嘖嘖稱賞不已。厨娘更團襖圍裙銀索，攀髁掉臂，入厨房據胡床坐。徐起切抹批鸞，快熟條理，直有運斤成風之勢。其治羊頭也，漉置几上，剔留臉肉，餘悉擲之地。衆問其故，厨娘曰：此皆非貴人所食也。衆爲拾起，頓置他所。厨娘笑曰：若輩欲食狗子食耶。其治葱韲也，取葱輒徹過沸湯，悉去鬚葉，視碟之大小分寸而截斷之。又除其外數重，取條心之似韮黄者，淡酒鹽浸漬，餘悉棄，了無所惜。凡所調和，馨香脆美，濟楚細膩，食之舉箸無餘，親朋相顧稱好。既徹席，厨娘整襟再拜曰：此日試厨，幸中台意，乞照例支犒。郡守方遲難，厨娘曰：得毋待檢成例耶。乃探囊取數幅紙以呈曰：是向在某官所得支賜判單也。郡守視之，其例每大筵，則支犒錢十千緡，絹廿疋，常食半之。數皆足，無虚者。郡守不得已，爲破慳，强給之。私歎曰：吾輩力薄，此種筵晏，豈宜常奉，此等厨娘，豈宜常用。不旬日，託以他事，善遣之去。此北宋時風俗也，羣尚飲食，雖素儉之郡守，不免俗情，況今日之華靡成性者乎。前所紀畜女優，譜時曲，酣歌恒舞，所謂巫風已盡矣。然尚鬼之俗，必牲牷告備，而尸祝乃緩節以安歌。好樂之場，必肴饌精緻，而朋儕乃式歌而且舞。則求精於肴品者，乃酣歌恒舞之媒也，用是附之巫風。云：邑中食物之求豐求美，始於典商方時茂家。每宴客，率以侈泰，碗以宋式爲小，易以養文魚之大者。碟以三寸爲小，易以盛香圓之大者。煮豬蹄，甜醬黄糖全體而升諸俎，謂之金漆蹄撞。燒羊肘，白糖白酒全體而升諸俎，謂之水晶羊肘。燒雞及鴨，每俎必雙，亦全體不支解。他品率稱是，一時富家爭效之。而明時庶人宴飲定制，器用淺小，簋止六，或缺其一，問用木，刻鱗像魚形，盛諸豆以備其數，至此，其風大變矣。於是錢副使者，富而官，宦而益富，里居時，好賓客。其夫人克勤中饋職，善造酒饌，所取以新清精三字爲上品，其著聞於邑者數種，今列於左。羊腰，從剖羊者買歸生腰子，連膜煮酥取出，剥去外膜，切片，用胡桃去皮搗爛，拌腰炒炙。俟胡桃油滲入，用香料原陳酒原醬油烹之，味之美，熊掌不足擬也。或無羊腰，即用猪腰，如前法製之，並佳。鱉裙，鱉自江北販來者不用，惟用産於河裡者，宰之，署煮取出，剔取其裙，鑷去黑翳，極浄純白，署用猪油爆燖，和薑桂末，乃出供客，入口即化，異味馨香，咸莫知其爲鱉也，因別其名曰葦粉皮。蒸野鴨，家鴨肥濃，不足貴也，必野鴨之綱得者，去毛極浄，乃空其腹，用五香和甜醬醬油陳酒實腹中，而縫其隙，外用新出鍋腐衣包之，乃蒸。蒸爛去皮，自頸至腿，節節開解之，抽其骨，止存頭脚，仍用全體，再用五香甜醬、醬油、陳酒等料，入原汁中，微火煨之，視汁將乾，乃取出供客。餘若山中花雞、刺鬠鷹等物之有脂者，皆用腐衣包裹而蒸，故脂不漏而腴。鴨舌從厨師家，或酒館中，廣取得之。熟而去其舌中嫩骨，竪切爲兩，同筍芽香菌等入麻油同炒，潑以甜白酒漿。客食之，疑爲素品中麻姑之類，而味不同，此爲雜品中第一。雄雞冠，亦厨司家酒館中收得者，絹裹置藏糟中，經宿，亦用麻油、甜白酒漿，同筍芽香菌等炒之，客嗜其味，莫知爲何物，此爲雜品中第二。鷄鴨腎，亦收之厨司家酒館中，沃以酒漿，取泉水煮爲羹，和以鮮筍芽或鮮嫩松花菌，味美異常，此爲雜品中第三。鴿蛋，先期付錢於養鴿者，逐日收積，白湯煮熟，去壳，廿顆圓匀，光白可愛，作湯點。又香蓮米磨粉爲糰，松子仁入潔白洋糖搗爛爲餡，與鴿蛋並陳作湯點，客或携歸二三枚，香氣滿袖，此爲湯點中勝品。鯽魚舌，亦廣收之厨司家酒館中者，白酒漿沃

之，泉水煮爲湯，畧摻細葱心一撮，作酒後湯品，極爲清貴。青魚尾，選青魚之大而鮮者，斷其尾，淡水煮之，取出劈作細絲，抽去尾骨，和笋菌紫菜爲羹，或研胡椒末，調白蓮藕粉作膩，而滴以米醋少許，酒後嗳之，神思爽然，味回於口，此又羹湯中別具一種風味也。以上數種，過於求美，然濃肥之味，十不列一，尚有衛生頤養遺意，抑或非厥性所好也，而好勝者必踵而增華，而副使者，新清精三字爲食上品之風，又爲之一變。於是太原趙氏以蒸鰻擅譽，潁川氏勝之以無骨刀魚，徐廚夫以燉鰣魚鳴技於春時，邵聲施家以勝之以四時皆有，事輒翻新，實古昔先民口所未嘗也。蒸鰻擇肥大粉腹者，去腸及首尾，寸切爲段，拌以飛鹽，排於鐺中。沃以甜白酒釀，隔湯燉之，數沸後，加以原醬油，復煮數沸。視其脊骨透出於肉，就鐺内箝去其骨，然後用葱椒拌潔白肥豬油，厚鋪其面，入鍋再燉數沸，視豬油融入鐺底，乃出供客。此味最濃厚，貪於飲食者，一言及口中，津每涔涔下也。而潁川氏曰：是未足奇也。春初刀魚，先於總會行家下錢，凡刀魚之極大而鮮者，必歸陳府，令治庖者從魚背破開，全其頭而聯其腹。先鋪白酒釀於鐺中，攤魚糟上，隔湯燉熟。乃抽去脊骨，復細鑷其芒骨至盡，乃合兩片爲一，頭尾全具。用葱椒鹽拌豬油，厚蓋其面，再蒸之，迨極熟不更置他器，舉鐺出供，味鮮而無骨，細潤如酥，至未及請舉箸，而客先欲染指而嘗矣。鰣魚本美味，爲南方水族中貴品，向用蒸或用煮，自廚夫徐姓者，約畧如王氏蒸鰻，陳氏蒸刀鱭製，但加潔白洋糖，不切段，不去鱗，味更腴而鮮潔，視他種煮法，尤覺風味不同，人皆爭嗜之。然春盡則有，夏盡則無，未能常繼也。乃邵氏讌賓，雖在秋冬皆具，客問何來，邵曰：其來不易，春將暮，命僕之善腊魚者，携銀錢及洋糖、椒末、飛鹽、上好藏糟等料，舟載至海頭，坐居停主人家。俟漁人一得魚，即去腸留鱗，用洋糖實其腹中，揉之鱗上，隨用藏糟厚鋪瓮底，加椒末飛鹽若干，放入魚。又用糟厚蓋其上，又加椒末飛鹽若干，積滿瓮口，手拳築實，細泥封固。至家，必掘地窖貯之，恐炎天潰敗也。客述主人言如此，然此猶未若食河豚者事更煩且重也。虞邑邊海，春日多河豚，人皆知其有毒，食之者少。自李子寧起家牙行，講於飲食，隔年取上黄荳數斗，揀純黑及醬色者去之，復揀其微有黑點及紫暈者去之。純黄矣，必經他手再揀，逐粒細驗，乃煮爛，用淮麥麵拌作醬黄。六月中，入潔白鹽合醬稀少，作罩晒之烈日中。醬熟入瓮，覆之瓮盆，用灰封固。名曰河豚醬。據云荳之黑色醬色及微有黑紫斑者，作醬燒河豚，必殺人。而晒醬時，或入烟塵，燒河豚亦有害，故必精細詳慎如此。其治河豚也，先令人至澄江，舟載江水數缸，凡漂洗及作汁等水，皆用江水爲之。河豚數隻，割去眼，抉出腹中子，剜其脊，血洗浄，用銀簪脚細剔肪上血絲盡浄，封其肉，取皮全具，置沸湯煮熟，取出納之木板上，用鑷細箝其芒刺，無遺留。然後切皮作方塊，同肉及昉和骨，猪油炒之。隨用去年所合醬入鍋烹之，啟篦時，必張蓋其上，蔽烟塵也。用紙丁蘸汁燃之則熟，否則未熟。每烹必多，每食必盡，而卒無害，以是著名於時。年年二三月間，朋黨輦釀錢聚會於其家，上下忽忙，竟似以河豚爲一年大事，饕餮淋漓，恣啖爲快。春初及夏初，殆無虚日。至於邑人尤有可笑者，蟹出覃塘爲最肥，大爪黄者謂之金爪黄蟹，向用煮。不知何人以煮則黄易走漏，味不全，忽起巧思，用線縛入蒸籠蒸之，味更全美，斯足飫矣。乃有周四麻子者，自都中歸，又翻一新法爲爆蟹，遂開酒館於西城，秋時來顧者，晝夜無虚席。其法將蟹蒸熟，置之鐵節炭火炙之，蘸以甜酒麻油。須臾壳浮起欲脱，二螯八足，骨盡爆碎，臍脇骨皆開解，用指爪微撥之，應手而脱，催存黄與肉。每人一分，盛一碟中，薑醋洗之，隨口快啖，絶無刺吻抵牙之苦。其術秘不肯授人，人雖效其法炙之，蟹焦而骨殼如故。或云彼於春夏時，賂丐者捕蛇千頭，剥皮煮爛，蛇肉浮起成油，貯之於器，隱取用之炙時，所云麻油者，實則蛇油也，人信爲然。不三四年，人無爆蟹者，於是邑中仍興食蒸蟹會，始自漕書及運弁爲之，每人各有食蟹具，小錘一，小刀一，小鉗一，錘則擊之，刀則劃之，鉗則搜之，以此便易，恣其貪饕，而士大夫亦染其風焉。是時海禁嚴，凡海錯之自閩廣者，貴於白金，人僅恣口於本境易致之物。未幾海禁弛，珍錯畢至。於是士大夫以爲宴客無海味，不足爲觀美。席中首品，必用大菜，大菜者燕窩也，彼處須五六金一斤，至蘇必倍之。其他若鮒翅密刺等物，間以供客，人又忽嘗異味不思魚肉矣。食味已盡，講及器皿，某品宜用哥窑，又某品雖恒有，宜用宣窑。味取諸遠來，器取諸上古，前此濃味饕餮之風，忽又一變，於是孫封公著《同嗜録》，陸比部有《食經注》，雖一時游戲之筆，亦見攸好之同，後君子循覽斯篇，其謂之何。

偶憶舊聞，故明時有沈三胖者，居北鄉，富於財，每食輒殺數牲，猶世苦無下箸處。其妻好淡泊，屢勸其惜福無太侈，不聽。年五十後，財盡乏食，依栖一室，妻以菜羹進，稍入口即嘔，寧忍飢不食。一親戚饋以熟肉一盤，一殽即盡，緣腸胃餓損，過飽而死。其妻與一老婢紡織存活，值歲飢，市無米者已泱旬，自分與老婢，必皆作餓鬼。忽思園中有衍蔓於高樹者，或是山藥，掘之可食，當延殘喘一二日。乃令老婢掘其根，得一物如東瓜形，蓋何首烏也。乃取而食之，每晨各

食一片，至夜不飢，而神氣日旺。半年乃盡，而歲已豐，米多價廉，仍得存活。一日因爨下無薪，破屋中所鋪木板已朽，令老婢拆爲薪。婢入忽隨板而陷，蓋板下乃窖也，別無他物，惟泥封酒瓮五十具，啟之皆似水，結冰半寸許。有鄰翁聞之來視，詫曰：此上首房主人所藏醴也。鼎革時，兵亂，主人移居於鄉，遂遺忘耳。迄今已三十餘年，此酒真瓊漿矣，其面上凝結爲冰者，乃酒之精華無疑。乃皆取而嘗之，略無酒味，而三人不覺酩酊大醉。邑中好事者爭欲購得之，每瓮予價廿金，沈妻以是衣食頗足，終其天年。

佚名《岐山縣鄉土志・商務》 本境所產之物，所製之品，惟酒與土藥挂麵出境，除本境銷售外，酒售於省城爲多，本省亦有各處發運者。土藥銷售於本省間及直隸山西河南。挂麵每年冬間農閑始以爲業，未成莊，惟零星小販而已。然三者皆飲食之物，時贏時絀，視歲爲轉移，無確數可稽。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・正月》 元日

除夕之次，夜子初交，門外竇炬爭輝，玉珂競響。肩輿簇簇，車馬轔轔。百官趨朝，賀元旦也。聞爆竹聲如擊浪轟雷，徧乎朝野，徹夜無停。更間有下廂之博浪鼓聲，賣瓜子解悶聲，賣江米白酒擊冰盞聲，賣桂花頭油搖喚嬌娘聲，賣合菜細粉聲，與爆竹之聲，相爲上下，良可聽也。士民之家，新衣冠，肅珮帶，祀神祀祖；焚楮帛畢，昧爽闔家團拜，獻椒盤，斟柏酒，飫蒸糕，呷粉羹。出門迎喜，參藥廟，謁影堂，具柬賀節。路遇親友，則降輿長揖，而祝之曰新禧納福。至於酧酢之具，則鏤花繪果爲茶，十錦火鍋供饌。湯點則鵝油方補，豬肉饅首，江米糕，黃黍飣；酒餚則醃鷄臘肉，糟鴈風魚，野鷄爪，鹿兔脯，果品則松榛蓮慶，桃杏瓜仁，栗棗枝圓，楂糕耿餅，青枝葡萄，白子崗榴，秋波梨，蘋婆果，獅柑鳳橘，橙片楊梅。雜以海錯山珍，家餚市點。縱非親厚，亦必奉節酒三杯。若至戚忘情，何妨爛醉！俗說謂新正拜節，走千家不如坐一家。而車馬喧闐，追歡竟日，可謂極一時之勝也矣。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・正月》 時品

正月薦新品物，除椒盤、柏酒、春餅、元宵之外，則青韭滷餡包、油煎肉三角、開河魚、看燈雞、海青螺、雛野鴛、春橘金豆、斗酒雙柑。至於梅萼爭妍，草木萌動，迎春、探春、水仙、月季，百花接次爭艷矣。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・三月》 時品

三月採食天壇之龍鬚菜，味極清美。香椿芽拌麪筋，嫩柳葉拌豆腐，乃寒食之佳品。黃花魚即江南之石首。至於小葱炒麪條魚，蘆筍膾鯚花，勒煮和獎，又不必憶蓴鱸矣。至若桃花歷亂，柳絮飛殘，紅白燦蘋婆，荷包挂牡丹。曰西府、曰鐵梗、曰垂絲，海棠之妙，韋公寺、慈仁寺，可謂甲於天下矣。薊門烟樹，爲金臺八景之一。吏部藤花，乃明少宰吳寬之手植也。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・四月》 時品

薦新菜果，王瓜櫻桃，瓠絲煎餅，榆錢蒸糕，蠶豆生芽，萵苣出筍，乃時品也。花名玫瑰，色分真紫鵝黃；樹長娑羅，品重香山臥佛。青蒿爲蔬菜，四月食之，三月則採入藥爲茵陳，七月小兒取作星燈。諺云：「三月茵陳四月蒿，五月六月砍柴燒。」

潘榮陛《帝京歲時紀勝・五月》 時品

小麥登場，玉米入市。蒜苗爲菜，青草肥羊。麥青作撒轉，麥仁煮肉粥。豇豆角、豌豆角、蠶豆角、扁豆角，盡爲菜品；鮝醃稍瓜、架冬瓜、緑絲瓜、白菱瓜，亦作羹湯。晚酌相宜。西瓜、甜瓜、雲南瓜、白黃瓜、白櫻桃、白桑椹。甜瓜之品最多，長大黃皮者爲金皮香瓜，皮白瓤青爲高麗香瓜，其白皮緑點者爲脂麻粒，色青小尖者爲琵琶軸，味極甘美。桃品亦多，五月結實者爲麥熟桃，尖紅者爲鷹嘴桃，純白者爲銀桃，純紅者爲五節香，緑皮紅點者爲秫稭葉，小而白者爲銀桃奴，小而紅緑相兼者爲缸兒桃，扁而核可作念珠者爲柿餅桃。更有外來色白而漿濃者爲肅寧桃，色紅而味甘者爲深州桃。杏除香白、八達杏之外，有四道河、海棠紅等杏，仁亦甘美。李柰則有御黃李、麝香紅，又有黃皮紅點者爲梅杏。又杏質而李核者，爲胡撕賴蜜淋嚎。至若榴花似火，家人摘以簪頭；鳳草飛紅，繡女敲而染指；江西臘五色芬芳，虞美人幾枝嬌艷，則又爲端陽之佳卉也。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・七月》 時品

禾黍登，秋蟹肥，蘋婆果熟，虎嘯檳香。都門棗品極多，大而長圓者爲縷絡棗，尖如橄欖者爲馬牙棗，質小而鬆脆者爲山棗，極小而圓者爲酸棗。又有賽梨棗、安平棗、博野、棗强等處之棗。其羊棗黑色，俗呼爲軟棗，即丁香柿也。紅子石榴之外有白子石榴者，甘如蜜蔗，種出内苑。梨種亦多，有秋梨、雪梨、波梨、蜜梨、棠梨、罐梨、紅綃梨，外來則有常山貢梨、大名梨、肉綿梨、瀛梨、洺梨。其能消渴解醒者，又莫如西苑之截梨，北山之酸梨也。山楂種二，京産者小而甜，外來者大而酸，可以搗糕，可糖食。又有蜜餞楹梓，質似山楂，而香美過之，出自遼東。楸葉鳴秋，葵花向日，雞冠分

五色，高逾檐，多如林，秋日盛開，若百鳥朝鳳，芬芳艷麗，乃秋色中之絶品也。至於剪秋羅、玉簪花、芙蓉花、雁來紅，又不若秋海棠，雖西府鐵梗木本之花，亦難比其嬌媚也。老來少由青而碧，碧而黄，黄而紅，如暮霞照紫，覩此則不必西山問霜葉矣。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・八月》　時品

中秋桂餅之外，則滷餡芽韭稍麥，南爐鴨，燒小豬，掛爐肉，配食糟發麪團，桂花東酒。鮮果品類甚繁，而最美者莫過葡萄。圓大而紫色者爲瑪瑙，長而白者爲馬乳，大小相兼者爲公領孫。又有硃砂紅、棣棠黄、烏玉珠等類，味俱甘美。其小而甜者爲瑣瑣葡萄，性極熱，能生發花痘。至於街市小兒叫賣小而黑者爲酸葡萄，品斯下矣。蓋柿出西山，大如碗，甘如蜜，冬月食之，可解炕煤毒氣。白露節薊州生栗初來，用餳沙拌炒，乃都門美品。正陽門王皮衚衕楊店者更佳。其餘清新果品，如蘋婆、檳子、葡萄之類，用巨瓷甕藏貯冰窖，經冬取出，鮮美依然。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・十一月》　時品

時維長至，貢物咸來：北置則獾貍麅鹿，野豕黄羊，風乾冰凍；南來則橙柑橘柚，香櫞佛手，蜜餞糖棲。薦新時品，摘青韭以煮黄芽；祠祭鮮羹，移梅花而烹白雪。欣一陽之來復，遂萬有以萌生。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・十二月》　市賣

臘月朔，街前賣粥果者成市。更有賣核桃、柿餅、棗、栗、乾菱角米者，肩挑筐貯，叫而賣之。其次則肥野雞、關東魚、野貓、野鴛、醃臘肉、鐵雀兒、饊架果罩、大佛花、斗光千張、樓子莊元寶。初十外則賣衛畫、門神、掛錢、金銀箔、錁子黄錢、銷金倒酉、馬子燒紙、玻璃鏡、窗户眼。請十八佛天地百分。錢店銀號兑換壓歲金銀小梅花海棠元寶。廿日外則賣糖瓜、糖餅、江米竹節糕、關東糖。糟草炒豆，乃廿三日送竈餉神馬之具也。又有賣窑器者，銅銀換瓷碗，京燒之香爐燭臺；悶葫蘆，小兒藉以存錢；支鍋瓦，灶口用爲助爨。至廿五日外則脂麻稭、松柏枝、南蒼术燔歲矣。臘月諸物價昂，蓋年景豐裕，人工忙促，故有臘月水土貴三分之諺。高年人於歲逼時，訓飭後輩謹慎出入，又有「二十七八，平取平抓」之諺。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・十二月》　祀竈

廿三日更盡時，家家祀竈，院内立桿，懸挂天燈。祭品則羹湯竈飯、糖瓜糖餅，飼神馬以香糟炒豆水盂。男子羅拜，祝以遏惡揚善之詞。婦女於内室，掃除爐灶，以淨泥塗飾，謂曰掛袍，燃燈默拜。

潘榮陛《帝京歲時紀勝・十二月》　皇都品彙

豐年爲瑞，薄海承平。匯萬國之車書，聚千方之玉帛。帝京品物，擅天下以無雙；盛世衣冠，邁古今而莫並。金銀寶飾，開敦華元吉之樓；綵緞綾羅，置廣信恒豐之號。貂裘狐腋，江米街頭；珊瑚珍珠，廊房巷口。靛青梭布，陳慶長細密寬機；羽緞氆氇，伍少西大洋青水。冬冠夏綽，北于橋李齊名；滿襪朝靴，三進天奇並盛。織染局前鞓帶，經從内府分來；隆福寺裏荷包，樣自大宫描出。馬公道，廣錫鑄重皮鈕扣；王麻子，西鐵銼三代鋼針。粧奩古玩，店開琉璃廠東門；鞍轡行裝，舖設牌樓西大市。至若飲食佳品，五味神盡在都門；什物珍奇，三不老帶來西域。京餚北炒，仙禄居百味争誇；蘇膾南羹，玉山館三鮮占美。清平居中冷淘麪，座列冠裳；太和樓上一窩絲，門填車馬。聚蘭齋之糖點，糕蒸桂蕊，分自松江；土地廟之香酥，餅泛鵝油，傳來渰水。佳醅美醞，中山居雪煮出抄手之街。滿洲桌面，高明遠舘舍前門；内製楂糕，買集珍牀張西直。蜜餞糖棲桃杏脯，京江和裕行家；香櫞佛手橘橙柑，吴下經陽字號。欲識真誠藥餌，京師地道爲先。毓成棧、天棄號，聚川廣雲貴之精英；鄒誠一、樂同仁，製丸散膏丹之秘密。史敬齋鵝翎眼藥，不讓空青；益元堂官揀人參，還欺瑞草。劉鉉扁食包細餡；馬思遠，糯米滾元宵。玉葉餛飩，名重仁和之肆；銀絲荳麪，品丹山楂丸子，能補能消；段頤壽白鮞魚膏，易膩易潰。更有遼陽口貨，市歸振武坊頭；闔海雜莊，店在打磨廠裏。關外鰉鰉長似鯨，塞邊麅鹿大於牛。熊掌駝峰，麋尾酪酥槌乳餅；野貓山雉，地鯉蝦醢雜風羊。置年貨之何先，香鐙雲馬；祀神堂之必用，元寶千張。門神來無錫，爆竹販徽州。花漢冲，製蘭佳之珍香；陳集成，澆柏油之大蠟。掛錢輝五色，硃砂雲母百花牋，石竹齋楊梅巷北；寶馬繪諸天，白楮黄錢千頁紙，宏源號魚市街東。迓一元之來復，慶萬物以更新。灑掃庭除，肅清家廟。門張聯副，宜春百福字銷金；窗嵌玻璃，旭日萬卉明錦綉。神堂供獻，徹登架，果上罩，密錫襯供油煎；祠竈尊崇，糖作瓜，麻爲餅，醴酒黄羊飯煮。晦祭碗中餘粒，卜來歲之豐登；臘八釜底粥濃，驗新春之祥瑞。麻稭插户，標題四序康寧；柏葉焚爐，香霭一堂和氣。

佚名《御膳單》 宣統二年十二月初一日

養心殿進早膳用黑

口蘑肥鷄一品，雙喜盌。三鮮鴨子一品，雙喜盌。五柳鷄絲一品，炖肉一品，炖吊子一品，肉片炖白菜一品，中盌此四品。祭神肉片湯一品，銀盌。後送野意鍋子一品，炖五香羊肚絲一品，羊肉片炖蘿蔔一品，黄燜羊肉一品，肉絲炖白菜一品，羊肉片炖凍豆腐，略嗤英豆芽一品，三號盌，此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，鴨丁溜葛仙米一品，黄花煎丸子一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯嗤英一品，肉片燜冬笋一品，炒肉末一品，韭黄炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春餑一品，炒鷄蛋花一品，燻肘花一品，燻肝一品，八寶果羹一品，臥鷄果一品，滷煮豆腐一品，煮鷄果一品，炒鹹食一品，略嗤英炒芽豆一品，青炒干子絲一品，五香豆腐干一品。此十四品碟菜。

片盤二品，白煮鷄肘子一品，銀盌。烹白肉一品，銀碟。

餑餑二品，大饅首一品，棗糖羔一品。此二品黄瓷盤。

隨送逛尔湯老米膳，旱稻粳米粥膳，果子粥，高粮米粥，玉米仁粥，克食二品，共一桌，盤肉五盤，一桌。早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

養心殿進晚膳，用黑漆膳桌擺。

口蘑肥鷄一品，雙喜盌。三鮮鴨子一品，雙鳳盌。五柳鷄絲一品，炖肉一品，炖吊子一品，肉片炖白菜一品，中盌此四品。羊肉片湯一品，銀盌。後送野意鍋子一品，炖五香羊肚絲一品，羊肉片炖蘿蔔一品，黄燜羊肉一品，肉絲炖白菜一品，炸春餑一品，炒鷄蛋花一品，燻肘花一品，燻肝一品，八寶果羹一品，臥鷄果一品，滷煮豆腐一品，煮鷄果一品，炒鹹食一品，略嗤英炒芽豆一品，青炒干子絲一品，五香豆腐干一品。此十四品碟菜。

片盤二品，白煮鷄肘子一品，銀盌。烹白肉一品，銀碟。

餑餑二品，大饅首一品，棗糖羔一品。此二品黄瓷盤。

隨送逛尔湯老米膳，旱稻粳米粥膳，果子粥，高粮米粥，玉米仁粥，克食二品，共一桌，盤肉五盤，一桌。早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

養心殿進晚膳，用黑漆膳桌擺。

晚用羊肉片煸萬笋一品會，什錦豆腐一品，肉片炖五香蘿蔔一品，黄燜羊肉一品，肉絲炖菠菜一品，羊肉片炖凍豆腐，略嗤英豆芽一品，三號盌，此五品。鴨條溜海參一品，鴨茶溜山岳一品，肉絲炖蕎衣面觔一品，燒蘿蔔一品，鴨丁炒醃菜葉一品，肉丁豆腐干醬一品，炉肉丁炒白菜丁一品，小葱炒肉一品，青蒜炒肉片一品，肉丁葫蘆蔔醬一品，咸肉小肚，老米膳，旱稻粳米膳粥、果子粥、高粮米粥、粳米豇豆粥。

十二月初二日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞内殿總管謙和嬤嬤。

上進早晚膳，豬肉菠菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，雙花饃各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。

上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品。

賞内殿總管謙和，諳達張得安代班小太監等。

上進早晚膳，豬肉菠菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，飯饃子各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。

上進早晚膳，石榴饅首各一品，白蜂羔各一品。

上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。

上進晚膳，脖子下水各一品，江米條冒羔各一品。

上進晚粥，艾葉饅首一品，澄沙包一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯一樣，野意鍋子大炒肉炖面觔，黄燜羊肉，溜裏脊片，白肉丁炒醃菜葉，青韮炒肉，木耳白菜炒肉片，肉丁豆腐干，醬肉丁燜咯嗤英，大饅首，各一盤，碎件各一盤，老米飯各一包，粳米飯各一包，粥各二罐，湯各一盌，小菜各四碟。

晚用羊肉片煸萬笋一品會，什錦豆腐一品，肉片炖五香蘿蔔一品，黄燜羊肉一品，肉絲炖菠菜一品，羊肉片炖凍豆腐，略嗤英豆芽一品，三號盌，此五品。鴨條溜海參一品，鴨茶溜山岳一品，肉絲炖蕎衣面觔一品，燒蘿蔔一品，鴨丁炒醃菜葉一品，肉丁豆腐干醬一品，炉肉丁炒白菜丁一品，小葱炒肉一品，青蒜炒肉片一品，肉丁葫蘆蔔醬一品，咸肉小肚，老米膳，旱稻粳米膳粥、果子粥、高粮米粥、粳米豇豆粥。

十二月初二日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞内殿總管謙和嬤嬤。

上進早晚膳，豬肉菠菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，雙花饃各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。

上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品。

上進晚膳，元宵諳達張得安馬代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，江米條直羔各一品。
上進晚粥，開花饅首一品，荷葉餅、油炸果各一品。
坤寧宮還愿，焚細肉絲湯一罐，賞內殿總管謙和。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月初三日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品，克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌。盤肉四盤，一桌，早膳後上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
養心殿總管謙和、嬤嬤。

十二月初四日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品，克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，雙花饃各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，石榴饅首各一品，白蜂羔各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，小開花饅首一品，燒餅油炸果各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月初五日

養心殿進早膳，用黑漆膳桌擺，祭神肉片湯一品銀盤，後送野意鍋子一品，燉肉一品，黃燜羊肉一品，肉絲炖菠菜一品，羊肉炖五香羊肚絲一品，羊肉片炖凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盤，此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，鴨丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盤，此四品。肉丁燜咯噠英一品，肉片燜冬筍一品，炒肉末一品，小肚一品，韭黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春餅一品，炒鷄蛋花一品，燻肘花一品，燻肝一品，此十品碟菜。
片盤二品白煮鷄肝子一品銀盤烹白肉一品　銀碟。
餑餑二品大饅首一品棗糖糕一品　此二品黃瓷盤。
隨送元寶湯老米膳旱稻粳米粥膳果子粥粳米豆豆粥　玉米仁粥。
上進素早膳一桌，三鮮一品大件，蘇會一品大件，口蘑白菜一品，滷煮豆腐一品，炸豆腐絲炖菠菜一品，面觔絲炖海帶一品，咯噠英炖凍豆腐一品，會胃尔一品，會一品，中盤。口蘑白菜一品，會軟觔一品，滷煮豆腐一品，粟子白菜一品，三號盤，此六品。香菜炒豆腐腦一品，糖溜茨菇一品，口蘑如意面觔一品，溜荸薺一品，蘋果茄一品，豆豉豆腐一品，四號盤此六品。口蘑羅汗面觔一品，咯噠英炒芽豆一品，炒鹹食一品，面觔丁果子醬一品，口蘑面觔燜白菜一品，青炒干子絲一品，醃菜花炒玉蘭片一品，五香豆腐干一品，八寶果羹一品。此八品碟菜。

馬蹄燒餅，油炸羔，甜油炸果，咸油炸果，孫泥額脯，素煮餑餑，隨送逛尔湯，老米膳，旱稻粳米粥膳，甜漿粥，果子粥，玉米仁粥，克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，爐食四盤，內有二大盤。一桌早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。早膳後，在養心殿伺候攝政王賞羔奶油餑各一品，燒餅油炸果各一品，粥一品，小菜四品。

養心殿進晚膳，用黑漆膳桌擺羊肉片湯一品，銀盌。後送野意鍋子炖五香羊肚絲二品，羊肉片炖蘿蔔一品，黃燜羊肉一品，肉絲炖菠菜一品，羊肉片炖凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盤此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，鴨丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盤，此四品。肉丁燜咯噠英一品，肉片燜冬笋一品，炒肉末一品，小肚一品，韭黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春陲一品，炒鷄蛋花一品，燻肘花一品，燻肝一品。此十品碟菜。

片盤二品，白煮塞勒一品，銀盤。蒸燒肥鷄一品，銀碟。

餑餑二品，小開花饅首一，白蜂羔一品，此二品黃瓷盤。

隨送逛尔湯，老米膳，旱稻粳米粥膳，果子粥，玉米仁粥，煸米粥。

上進素晚膳一桌，三鮮一品，大件。口蘑白菜一品，滷煮豆腐一品，炸豆腐絲炖菠菜一品，面觔絲炖海岱一品，中盤此四品。後送蘇會豆腐一品，熱鬧雜會一品，中盤。口蘑炖白菜一品，會軟觔一品，咯噠英炖凍豆腐一品，會冒尔一品，滷煮豆腐一品，粟子白菜一品，蘋果茄一品，口蘑如意面觔一品，溜荸薺一品，蘋果茄一品，香菜炒豆腐腦一品，糖溜茨菇一品，口蘑炖白菜一品，豆豉豆腐一品，蘑羅汗面觔一品，咯噠英炒芽豆一品，炒鹹食一品，面觔丁果子醬一品，口蘑面觔燻白菜一品，青炒干子絲一品，醃菜花炒玉蘭片一品，五香豆腐干一品，八寶果羹一品，此八品碟菜。

馬蹄燒餅，咸油炸果，甜油炸果，奶酥油餅，盤絲餅，匙子餑餑，素包子，隨送元寶湯，老米膳，旱稻粳米粥膳，甜漿粥，果子粥，粳米豆豆粥。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，燻肝一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，盤糖一盤，賞總管春恒。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，雙花餷各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。

上進早晚膳，福饅首各一品，苜蓿羔各一品。

上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品。

上進晚膳，元宵賞諳達邵代班。

上進晚膳，脖子下水各一品，糖三餃一品。

上進晚粥，石榴饅首一品，燒餅油炸果各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月初七日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品，克食二桌，餑餑十一品，菜二盤，奶子四品，共一桌，盤肉四盤，三方一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品。

上進晚膳，脖子下水各一品，江米條各一品。

上進晚粥，艾葉饅首一品，燒餅油炸果各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

十二月初八日

上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。

養心殿進早膳，用黑漆膳桌擺，祭神肉片湯一品，銀盌。後送野意鍋子一品，晚用碟菜粥膳，照常一樣。

燉五香羊肚絲一品，羊肉片燉蘿蔔一品，黃燜羊肉一品，肉綠燉菠菜一品，羊肉片燉凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盌此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，鴨丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯噠英一品，肉片燜冬筍一品，炒肉末一品，小肚一品，韭黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春捲一品，炸豆腐絲燉菠菜一品，面觔絲燉海帶一品，中盌，此四品。後送什錦豆腐一品，糖溜荸薺一品，粟糖羔一品。此二品黃瓷盤。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品。

上進晚膳，脖子下水各一品，江米條各一品。

上進晚粥，艾葉饅首一品，燒餅油炸果各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

十二月初八日

養心殿進早膳，用黑漆膳桌擺，祭神肉片湯一品，銀盌。後送野意鍋子一品，片燉凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盌，此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，鴨丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯噠英一品，肉片燜冬筍一品，炒肉末一品，小肚一品，韭黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春捲一品，燉五香羊肚絲一品，羊肉片燉蘿蔔一品，黃燜羊肉一品，肉綠燉菠菜一品，羊肉片燉凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盌，此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，鴨丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯噠英一品，肉片燜冬筍一品，炒肉末一品，小肚一品，韭黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春捲一品，燻肘花一品，燻肝一品。此十品碟菜。

養心殿進早膳，用黑漆膳桌擺，祭神肉片湯一品，銀盌。後送野意鍋子一品，燻肘花一品，燻肝一品。此十品碟菜。

片盤二品，白煮羊肉一品，銀盤。烹白肉一品，銀碟。

上進素晚膳一桌，三鮮一品大件，蘇會一品大件，口蘑羅汗面觔一品，糖溜茨菇一品，蘋果茄一品，豆豉豆腐一品，炸豆腐絲燉菠菜一品，面觔絲燉海帶一品，中盌，此四品。後送什錦豆腐一品，糖溜荸薺一品，粟糖羔一品。此二品黃瓷盤。

上進素早膳一桌，三鮮一品大件，蘇會一品大件，口蘑羅汗面觔一品，糖溜茨菇一品，蘋果茄一品，豆豉豆腐一品，炸豆腐絲燉菠菜一品，面觔絲燉海帶一品，中盌，此四品。後送什錦豆腐一品，糖溜荸薺一品，炒鹹食一品，面觔丁香豆腐干一品，八寶果羹一，馬蹄燒餅，油炸羔，咸油炸果，甜油炸果，孫泥額脯，素煮餑餑，隨送元寶湯，老米膳，早稻粳米粥膳，果子粥，甜醬粥，玉米仁粥。

克食二桌，餑餑十一品，菜二盤，奶子四品，共一桌，爐食八盤，內五大盤，一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

進隆裕皇太后葷粥，菜素粥，菜各十二品，粥二吊，糖二碟。

隆裕皇太后賜萬歲爺，葷粥，菜素粥，菜粥一吊，糖一碟，隨壽膳房上，養心殿進晚膳，用黑漆膳桌擺，豬肉絲湯一品銀盌，後送野意鍋子一品，燉五香羊肚絲一品，羊肉片燉蘿蔔一品，黃燜羊肉一品，肉絲燉菠菜一品，羊肉片燉凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盌此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，鴨丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯噠英一品，肉片燜冬筍一品，炒肉末一品，小肚一品，韭黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春捲一品，炒鷄蛋花一品，燻肘花一品，燻肝一品。此十品碟菜。

片盤二品，白煮鷄肘子一品，銀盤。五香肉一品，銀碟。

餑餑二品，小開花饅首一品，白蜂羔一品，此二品黃瓷盤。

隨送元寶湯，老米膳，早稻粳米粥膳，煸米粥，果子粥，粳米豇豆粥。

上進素晚膳一桌，三鮮一品大件，蘇會一品大件，口蘑白菜一品，滷煮豆腐一品，炸豆腐絲燉菠菜一品，面觔絲燉海帶一品，中盌，此四品。後送蘇會豆腐一品，熱鬧雜會一品，中盌，此二品。口蘑燉白菜一品，會軟觔一品，咯噠英燉凍豆腐一品，會胃尔一品，滷煮豆腐一品，粟子白菜一品，三號盌，此六品。香菜炒豆腐腦一品，糖溜荸薺一品，口蘑如意面觔一品，糖溜茨菇一品，蘋果茄一品，豆豉豆腐一品，四號盌，此六品。口蘑羅汗面觔一品，咯噠英炒芽豆一品，炒鹹食一品，面觔丁果子醬一品，口蘑面觔燜白菜一品，青炒干子絲一品，醃菜花炒玉蘭片一品，五香豆腐干一品，八寶果羹一，此八品碟菜。

馬蹄燒餅，咸油炸果，甜油炸果，奶酥油餅，盤絲餅，匙子餑餑，素包子，隨送逛尔湯，老米膳，早稻粳米粥膳，果子粥，甜醬粥，玉米仁粥。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻

肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

上進早膳，片火燒一品，艾葉饅首一品。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早膳，盤糖一盤，賞內殿總管謙和。

上進早晚膳，粥菜各八品，賞總管謙和、諳達張得安、代班小太監等。

上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，飯餷子各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。

上進早晚膳，澄沙包各一品。

上進早晚膳，佛手饅首各一品，白蜂羔各一品。

上進早晚膳，菱芝饅首各一品，苜蓿羔各一品。

上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。

上進晚膳，脖子下水各一品，雙花餷一品。

上進晚粥，石榴饅首一品，燒餅油炸果各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月初十日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品，克食二桌，餑餑七品，菜二盤，奶子二品，共一桌，盤肉四盤，一方，一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，白蜂羔各一品。

上進晚粥，石榴饅首一品，燒餅、油炸果各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月初十日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品，克食二桌，餑餑七品，菜二盤，奶子二品，共一桌，盤肉四盤三方，一桌，早膳後，上安燻肘花一品，江米條一品。

上進晚粥，開花饅首一品，燒餅油炸果各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月十一日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。

克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早晚膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。

上進晚膳，大饅首各一品，白蜂羔各一品。

上進早晚膳，菱芝饅首各一品，奶油餑各一品。

上進早晚膳，澄沙包各一品，奶油餑各一品。

上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。

上進晚粥，石榴饅首一品，苜蓿羔油炸果。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月十二日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。

克食二桌，餑餑六品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。

上進晚膳，元宵賞諳達張得安、馬代班。

上進晚粥，石榴饅首一品，燒餅油炸果各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月十三日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。

克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，飯餑子各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。

上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。

上進晚膳，脖子下水各一品，燒餅油炸果各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。

晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月十四日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。

克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。

早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。

上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，飯餑子各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。

上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。

上進晚膳，脖子下水各一品，燒餅油炸果各一品。

上進晚粥，小開花饅首一品，燒餅油炸果各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜，照常一樣。

十二月十五日

養心殿進早膳，用黑漆膳桌擺，口蘑肥鷄一品，雙喜盤。三鮮鴨子一品，雙鳳盤。五綹鷄絲一品，炖肉一品，炖吊子一品，肉片炖白菜一品，中盌，此四品。祭神肉片湯一品，銀盌。後送野意鍋子一品，炖五香羊肚絲一品，羊肉片炖蘿蔔一品，黃燜羊肉一品，肉絲炖菠菜一品，羊肉片炖凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盤，此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，炒鷄蛋花一品，燻肘花一品，燻肝一品，炒肉山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春餑一品，煮鷄果一品，炒鹹食一品，咯噠英炒八寶果羹一品，卧鷄果一品，滷煮豆腐一品，煮鷄果一品，炒鹹食一品，咯噠英炒芽豆一品，青炒干子絲一品，五香豆腐干一品。此十四品碟菜。

片盤二品，白煮寒勒一品，銀盤。烹白肉一品，銀碟。
餑餑二品，菠芝饅首一品，白蜂羔一品，此二品黃瓷盤。
隨送元寶湯，老米膳，旱稻粳米粥膳，煵米豇豆粥，豆腐漿粥。
克食二桌，餑餑六品，菜二盌，奶子一品，共一桌。
隆裕皇太后賜萬歲爺早膳，福肉一分。
賞內殿總管謙和諳達張得安、代班小太監等。
養心殿進晚膳，用黑漆膳桌擺，口蘑肥鷄一品，雙喜盤。三鮮鴨子一品，雙鳳盤。五柳鷄絲一品，炖肉一品，炖吊子一品，肉片炖白菜一品，中盌，此四品。羊肉片湯一品，銀盌。後送野意鍋子一品，肉片炖白菜一品，中盌，此四品。祭神烟羊肉一品，肉絲炖菠菜一品，羊肉片炖凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盤，此五品。鴨條溜海參一品，鴨丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盤，此四品。肉丁烟咯噠英一品，肉片烟冬笋一品，炒肉末一品，小肚一品，韮黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春餑一品，炒鷄蛋花一品，燻肘花一品，燻肝一品，燻煮豆腐一品，煮鷄果一品，炒鹹食一品，咯噠英炒一品，八寶果羹一品，卧鷄果一品，滷煮豆腐一品，煮鷄果一品，炒鹹食一品，咯噠英炒片盤二品，蘇造一品銀盤，蒸燒肥鷄一品銀碟。
餑餑二品，菠芝饅首一品，白蜂羔一品，此二品黃瓷盤。
隨送逛尔湯，老米膳，旱稻粳米粥膳，豆腐漿粥，粳米豇豆粥，玉米仁粥。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

十二月十六日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
內殿總管謙和進萬歲爺福肉一分，賞諳達張得安、代班小太監等。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早膳，片火燒一品，飯餑子一品。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，澄沙包各一品。
上進早晚膳，苜蓿羔各一品，江米條各一品。
上進早晚膳，石榴饅首各一品，飯餑子各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，盲羔一品。
上進晚粥，小開花饅首一品，燒餅油炸果各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯一樣，野意鍋子，英桃肉炖山岳，黃燜羊肉，羊肉丁炒麻豆腐，白肉丁炒醃菜葉，青韮炒肉，木耳白菜炒肉片，肉丁葫蘿蔔醬，搕菜炒肉，大饅首各一盤，碎件各一盤，老米飯各一包，粳米飯各一品，粥各二罐，湯各一盌，小菜各四碟。晚用羊肉片煸萵笋一品，會什錦豆腐一品，肉片炖五香蘿蔔一品，燒蘿蔔一品，鴨丁炒醃菜葉一品，肉丁豆腐干醬一品，炉肉丁炒白菜丁一品，小葱炒肉一品，木耳青蒜炒肉片一品，肉丁葫蘿蔔醬一品，燻肘子一品，小肚一品，老米膳，旱稻粳米粥膳，粳米豇豆粥，玉米仁粥。

十二月十六日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
內殿總管謙和進萬歲爺福肉一分，賞諳達張得安、代班小太監等。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早膳，片火燒一品，飯餑子一品。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，奶油餑各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，石榴饅首各一品，白蜂羔各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、馬代班。
上進早晚膳，福饅苜各一品，白蜂羔各一品。
上進晚膳，脖子下水各一品，飯餎子一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、馬代班。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。
十二月十七日
養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤四盤，一桌。
內殿總管謙和進萬歲爺福肉一分，賞諳達張得安、代班小太監等。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，飯餎子各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，小開花饅首各一品，苜蓿羔各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，奶油餎一品。
上進晚粥，石榴饅首一品，澄沙包一品，燒餅油炸果各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。
十二月十八日
養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，江米條各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，佛手饅首各一品，白蜂羔各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。
上進晚粥，開花饅首一品，澄沙包一品，苜蓿羔一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。
十二月二十日
養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻

肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早膳，盤糖一盤賞馬代班。
上進早膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，飯餷子各一品。
上進早晚膳，艾葉饅首各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，佛手饅首各一品，白蜂羔各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得馬代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，雙花餷一品。
上進晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚粥，開花饅首一品，苜蓿羔艾葉饅首各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十一日

養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用煙肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，白蜂羔各一品。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、馬代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十二日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞邵代班、嬤嬤。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，脖子下水各一品，雙花餷一品。
上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十三日　此日無有小更殿

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十四日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十五日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十六日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十七日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十八日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十九日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月三十日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月三十一日

翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、邵代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，胥羔一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

上進晚粥，石榴饅首一品，白蜂羔各一品，澄沙包油炸果各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。
十二月二十四日
翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盤，奶子一品，共一桌，盤肉四盤，一桌。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各五品，餑餑各七品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，片火燒一品，奶油餷一品。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，開花饅首各一品，白蜂羔各一品。
上進早晚膳，佛手饅首各一品，苜蓿羔各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、馬代班。
上進晚膳，脖子下水各一品，糖三餃一品。
上進晚粥，石榴饅首一品，苜蓿羔澄沙包各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。
十二月二十五日
翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑九品，菜二盤，奶子三品，共一桌，盤肉四盤，二方，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各七品，餑餑各十一品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞邵代班、嬤嬤。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，飯餷子各一品。
上進早晚膳，福饅首各一品，棗糖羔各一品。
十二月二十六日
儲秀宮設擺龍鳳斗珠翠寶盒一分。
翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑九品，菜二盤，奶三品，共一桌，盤肉四盤，二方，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各七品，餑餑各十一品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品，澄沙包油炸果各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安。
上進晚膳，脖子下水各一品，糖三餃一品。
上進晚粥，小開花饅首一品，燒餅油炸果各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。
十二月二十六日
儲秀宮設擺龍鳳斗珠翠寶盒一分。
翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑九品，菜二盤，奶三品，共一桌，盤肉四盤，二方，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各七品，餑餑各十一品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，艾葉饅首各一品，白蜂羔各一品，澄沙包油炸果各一品。
上進晚膳，元宵賞內殿總管謙和、諳達張得安、馬代班。
上進晚粥，石榴饅首一品，苜蓿羔澄沙包各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。
十二月二十七日
翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑九品，菜二盤，奶子三品，共一桌，盤肉四盤，二方，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，菓菜各七品，餑餑各十一品，粥各二品，晚用燻

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，飯饊子各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，艾葉饅首各一品，糖三餃各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。
上進晚粥，小開花饅首一品，福饅首苜蓿羔各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，照常一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十八日　此日太廟遣官行禮。
翊坤宮養心殿進早晚膳，俱用黑漆膳桌擺，照常傢伙膳品。
克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤肉二盤，一桌。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各七品，餑餑各十一品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。
上進早膳，元宵賞內殿總管謙和、嬤嬤。
上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，豬肉菠菜包子各一品。
上進早晚膳，小米面窩頭各一品，糖三餃各一品。
上進早晚膳，大饅首各一品，棗糖羔各一品。
上進早晚膳，佛手饅首各一品，白蜂羔各一品。
上進晚膳，元宵賞諳達張得安、邵代班。
上進晚粥，石榴饅首一品，苜蓿羔澄沙包各一品。
賞嬤嬤媽媽三人早晚飯，節菜一樣。
晚用碟菜粥膳，照常一樣。

十二月二十九日
翊坤宮進早膳，用填漆花膳桌擺。
口蘑肥鷄一品，雙喜盌。三鮮鴨子一品雙鳳盌。五綹鷄絲一品，炖肉一品，炖吊子一品，肉片炖白菜一品，中盌，此四品。羊肉片湯一品銀盌。後送野意鍋子一品，炖五香羊肚絲一品，羊肉片炖蘿蔔一品，黃燜羊肉一品，肉絲炖菠菜一品，羊肉炖凍豆腐咯達英豆芽一品，三號盌，此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯達英一品，肉丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯達英一品，肉片燜冬笋一品，炒肉末一品，小肚一品，韮黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸春餑一品，炒鷄蛋花一品，燻肘花一品，燻肝一品，燻肚一品，滷煮豆腐一品，煮鷄果一品，炒鹹食一品，花椒油青炒咯噠英一品，青炒干子絲一品，五香豆腐干一品，此十四品碟菜。
片盤二品，白煮塞勒一品，銀盤，烹白肉一品，銀碟。
餑餑二品，石榴饅首一品，雙花餑餑一品，此二品黃瓷盤。
隨送逛尔湯，老米膳，旱稻粳米粥膳，煖米粥、玉米仁粥，豆腐漿粥。
克食二桌，餑餑五品，菜二盌，奶子一品，共一桌，盤肉二盤，一桌。
添安早膳一桌，火鍋二品，金銀奶豬，口蘑燻鴨子。
大盌菜四品，燕窩攢字、八仙鴨子、燕窩喜字、口蘑、肥鷄、燕窩多字金銀、鴨子燕窩福字、什錦攒絲。
懷盌菜四品，燕窩金銀鴨塊，鷄絲燴魚翅，大炒肉炖，榆蘑拳菜，蜜製火腿。
碟菜六品，燕窩炒鍋、燒鴨絲、炒八寶山鷄丁、煎鮮蝦餅、口蘑溜魚片、蓋韮炒肉、肉片燻玉蘭片。
片盤二品，挂爐豬，挂爐鴨子。
餑餑四品，白糖油羔、苜宿羔、蘋果饅首、如意餑餑。
燕窩八仙湯，賞內殿總管謙和、諳達張得安、代班小太監等。
隆裕皇太后賜萬歲爺早膳，燕窩字四品，燕窩湯一品。
賞內殿總管謙和、諳達張得安、代班小太監等。
早膳後，上安燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，粥三品，小菜四品。
上進果桌一桌二十三品，賞內殿總管謙和、諳達張得安、代班小太監等。
進隆裕皇太后早膳一桌，果桌一桌，照此添安，早膳一樣多，中盌菜四品，碟菜二品。
克食二桌，蒸食四盤，爐食四盤，猪肉四盤，羊肉四盤，羊肉吊子一品，肉片炖白菜一品，中盌，此四品。羊肉片湯一品銀盌。後送野意鍋子一品，炖五香羊肚絲一品，羊肉片炖蘿蔔一品，黃燜羊肉一品，肉絲炖菠菜一品，羊肉片炖凍豆腐咯噠英豆芽一品，三號盌，此五品。鴨條溜海參一品，鴨條溜脊髓一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯噠英一品，肉丁溜葛仙米一品，黃花煎丸子一品，四號盌，此四品。肉丁燜咯噠英一品，肉片燜冬笋一品，炒肉末一品，小肚一品，韮黃炒肉一品，山鷄丁炒醬瓜丁一品，炸

鷄蛋花一品，炸春餑一品，燻肘花一品，燻肝一品，八寶果羹一品，卧鷄果一品，滷煮豆腐一品，煮鷄果一品，炒鹹食一品，花椒油青炒咯噠英一品，青炒干子絲一品，五香豆腐干一品，此十四品碟菜。片盤二品，白煮鷄肘子一品銀盤，蒸燒肥鷄一品銀碟。

餑餑二品，石榴饅首一品，糖三餃一品，此二品黄瓷盤。

隨送元寶湯，老米膳，旱稻粳米粥膳，粳米豇豆緑豆粥，豆腐漿粥，玉米仁粥。

添安晚膳一桌、

火鍋二品：野意鍋子，蘋果炖羊肉。

大盤菜四品：燕窩洪字，三鮮鴨子，燕窩福字，口蘑、肥鷄、燕窩萬字、金銀鴨子，燕窩年字，五柳鷄絲。

懷盤菜四品：燕窩、白鴨絲、大炒肉、炖海參、口蘑溜魚片、肉片炖榆蘑。

碟菜六品：燕窩、拌燻鷄絲，青笋晾肉胚，小葱炒面，魚肉片鋪玉蘭片，炸八件燻肘花。

片盤二品：挂爐豬，挂爐鴨子。

餑餑二品：白糖油羔，蘋果饅首，如意餛。

燕窩三仙湯，賞内殿總管謙和、諳達張得安、代班小太監等。

隆裕皇太后賜萬歲爺早晚膳，葷菜各七品，餑餑各十一品，粥各二品，晚用燻肘花一品，小肚一品，燒餅一品，發面火燒一品。

上進早膳，元宵賞諳達張得安、嬤嬤。

上進早膳，年年羔一品。

上進早膳，元光一塊。

上進早晚膳，羊肉白菜煮餑餑各一品，雙花餛各一品。

上進早晚膳，小米面窩頭各一品，奶油餛各一品。

上進早晚膳，大饅首各一品，盲羔各一品。

上進晚膳，元宵賞内殿總管謙和、邵代班。

上進晚粥，石榴饅首一品，澄沙包如意餛各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯一樣，黄花煎丸子，木耳爆丸子，胡肘子，五香肘子，大饅首各一品，黄花煎丸子，木耳爆丸子，胡肘子，五香肘子，上進早晚膳，江米條各一品，上進晚膳，元宵賞内殿總管謙和、邵代班。

上進晚粥，石榴饅首一品，澄沙包如意餛各一品。

賞嬤嬤媽媽三人早晚飯一樣，黄花煎丸子，木耳爆丸子，胡肘子，五香肘子，炖羊肉，炖肉，肉片炖白菜，羊肉絲會酸菠菜，大炒肉，炖面觔，炖鷄溜裹脊片，英龕肉炖山岳，韮黄炒肉，裹脊丁炒醬瓜丁，松花鴨子，拌海蜇，拌鷄絲，肘花小肚，大饅首各一盤，碎件各一盤，老米飯各一包，粳米飯各一包，粥各二罐，湯各一盤，小菜各四件。

晚用羊肉片燴蒿笋一品，會什錦豆腐一品，肉片炖五香蘿蔔一品，英龕肉炖山岳一品，肉絲炖蕓衣面觔一品，鴨丁炒醃菜葉一品，肉丁豆腐干醬一品，炉肉丁炒白菜丁一品，小葱炒肉一品，木耳青蒜炒肉片一品，肉丁葫蘿蔔醬一品，燻肘子一品，小肚一品，老米膳，旱稻粳米粥膳，粳米豇豆緑豆粥，豆腐漿粥，玉米仁粥。

佚名《鄂縣鄉土志下・商務》 藕粉，所製真粉，色味俱佳，僞貨甚多。由陸路運至甘肅四川，水運至山西河南，每年約銷二十萬包。每包天平秤十四兩，本境銷四五千包。黄酒，縣内有酒舘三四家，每製酒一甕用米七斗，清爲酒，濁爲醅，不能遠行。本境每年約銷二三百甕。燒酒，本境亦有製者。每年約銷十餘萬斤，由鳳翔及醴泉陸運至鄠，每年約銷十餘萬斤。鹽由山西潞州水運至河口，由河口經渭陸運至省城，以至於鄠，每年約銷三十萬斤。墝由山西聞喜水運至河口，經渭陸運至鄠，每年約銷六萬斤。棗由同州府陸運至鄠，每年約銷七萬斤。水烟由蘭州陸運至省城，由省城運鄠，每年約銷四五百斤。蜜出南山者最多。由人力運至省城咸陽興平等處，每年約銷二三百桶，本境約銷二三十桶。

論曰：藕粉爲鄠地製造之極品，且係行遠一大宗，乃奸商希圖取利，攙以雜粉，以致貨失其真，名譽頻減，亦恨事也。

傳記

宋衷《世本八種》卷一《作篇》 黄帝造火食。

王仁俊《經濟佚文子編・晉張華博物志佚文》 燧人鑽木而造火。《御覽》八百六十九

虞世南《北堂書鈔》卷一七《帝王部・製作五四》 鑽燧取火，以化腥臊。《韓子》烹穀爲粥，燔肉爲炙。取犧牲以充庖廚。《帝王世紀》作釜甑成火食之道。《古史考》斷木爲杵，掘地爲臼。

歐陽詢等《藝文類聚》卷一一《帝王部一・太昊庖犧氏》 魏陳王曹植《庖羲贊》曰：木德風姓，八卦創焉。龍瑞名官，法地象天。庖厨祭祀，罟網魚畋。瑟

以像時，神德通玄。

歐陽詢等《藝文類聚》卷一一《帝王部一・燧人氏》《尚書・大傳》曰：燧人爲燧皇，以火紀官。

《禮含文嘉》曰：燧人始鑽木取火，炮生爲熟，令人無腹疾，遂天之意，故爲燧人。

歐陽詢等《藝文類聚》卷一一《帝王部一・炎帝神農氏》　賈誼書曰：神農以爲走禽難以久養，民乃求可食之物，嘗百草，察實鹹苦之味，教民食穀。

徐堅《初學記》卷九《帝王部》　燧人氏。《尚書大傳》曰：燧人爲燧皇，以火紀官禮。含文嘉曰：燧人始鑽木取火，炮生爲熟，令人無腹疾，遂天之意，故爲燧人。太昊庖犧氏，《帝王世紀》曰：庖犧氏，風姓也，蛇身人首，有聖德。燧人氏没，庖犧代之，繼天而王；首德於木，爲百王先帝出於震未有所因，故位在東方，主春象日之明，是稱太昊，都陳制嫁娶之禮，取犧牲以充庖厨，故號庖犧氏。是爲犧皇後世音謬，故謂之伏犧，或謂之密犧。一解云慮，古伏字，後誤以慮爲密，故曰密犧。《尚書序》曰：伏犧氏之王天下也，始畫八卦，造書契，以代結繩之政，由是文籍生焉。詩含神霧曰華胥履大人跡而生伏犧。《左傳》曰：伏犧氏，以龍紀官。

皇甫枚《三水小牘》卷下　陸存者，愚儒也，原本作氏，據《續談助》、《説郛》、《説海》校改。衰白之後，方調授汝州郟《説郛》作剡誤，下同。城令。時乾符丁酉歲也。是秋王仙芝黨與起自海沂，來攻郡，途經郟城。存微服將遁，爲賊所虜，其酋問曰：汝何等人也。存紿之曰：某庖人也。乃命煑麵煎油作食，所謂麪魁者。原本無食所謂三字，據《續談助》校增。移時不成，賊酋怒曰：這漢謾語，把劍來。存懼，急撮麵兩手速《續談助》作連。拍曰：原本無曰字，據《續談助》、《説海》校增。祖祖父父，世業世業。《説郛》、《説海》作世世業業。衆大笑，釋之。

佚名《江南餘載》卷下　唐末有御厨庖人，隨中使至江表。聞崔允誅北司，遂漂浮不歸，留事吴。至烈祖受禪，御膳宴飲皆賴之，有中朝之遺風。其食味有鷺鷥餅、天喜餅、駝蹄餚、雲霧餅。按陸游《南唐書・雜藝列傳》所載，尚有春分餚密雲餅、鎔糟、炙瓏、聰餚、紅頭簽、五色餛飩、子母饅頭，而無雲霧餅，附載於此。後主篤信佛法，於宮中建永慕宮，又於苑中建静德僧。僧謙明嗜酒，好爲詩，獨居一室，每日鐺中煮肉數斤，醇酒一壺，不俟爛熟，旋割旋飲，以此爲常。嘗中秋詠月云：迢迢東海出，漸漸入雲衢。此夜一輪滿，清光何處無。乘興遂子夜鳴鐘，烈祖聞之不罪也。召問其所求，對曰：唯願鵝生四脚，噭著兩裙。

李昉《太平廣記》卷一四九《術士》　玄宗時，有術士云判人食物，一一先知，公卿競延接，唯李大夫栖筠不信，召至謂曰：審看某明日餐何物。術者良久曰：食兩盤糕糜，二十椀橘皮湯。明日，會諸朝客平明有教召對。上謂曰：今日京兆尹進新糯米糕，是糕糜，卿且唯喫。良久，以金盤盛來。李拜而餐，對御强食。上喜曰：卿喫甚美，更賜一盤，又盡。既罷歸，腹疾大作，諸物絶口，唯喫橘皮湯，至夜半方愈。忽記術士之言，謂左右曰：我喫多少橘皮湯。曰：二十椀矣。嗟嘆久之，遽邀術士，厚與錢帛。出《逸史》

李昉《太平廣記》卷二三四《五侯鯖》　婁護字君卿，歷游五侯之門。每旦，五侯家各遺餉之。君卿口厭滋味，乃試合五侯所餉之鮭而食，甚美，世所謂五侯鮭，君卿所致。出《語林》

或云，護兼善五侯，不偏食，故合而爲之鮭也。出《世説》

又五侯不相能，賓客不得往來。婁護豐辭，傳會五侯間，各得其心，競致奇膳，護乃合以爲鮭，世稱五侯鮭，以爲奇味焉。出《西京雜記》

李昉《太平廣記》卷二三四《劉孝儀》　梁劉孝儀食鮭鮓曰：五侯九伯，今盡征之。魏使崔劼、李騫在坐，劼曰：中丞之任，未應已得分陝。騫曰：若然，中丞四履，當至穆陵。孝儀曰：鄴中鹿尾，乃酒餚之最。劼曰：生魚熊掌，孟子所稱。雞跖猩脣，吕氏所向。鹿尾乃有奇味，竟不載書籍，每用爲恨。孝儀曰：實自如此，或古今好尚不同。梁賀季曰：青州蟹黄，乃爲鄭氏所記，此物不書，未解所以。騫曰：鄭亦稱益州鹿臕，但未是尾耳。出《酉陽雜俎》

陶宗儀《説郛》卷二四下高懌《羣居解頤》　嶺南風俗

【略】

又

嶺南無問貧富之家，教女不以針縷紡績爲功，但窮庖厨勤刀机而已。善醢葅鮮者，得爲大好女矣，俚民争婚聘者，相與語曰：我女裁袍補襖即的，然不會，若修治水蛇黄鱓，即一條必勝一條矣。

吴曾《能改齋漫録》卷六《厨人》　劉楨瓜賦序曰：「在曹植座，厨人進瓜，植命爲賦，立成。」其辭云云。故杜子美《山館》詩云：「厨人語夜闌。」《戰國策》：「張儀引厨人曰。」乃知厨人已具《戰國策》。

高承《事物紀原》卷一八《宫室居處部四十三》　厨，《帝王世紀》曰，帝太昊

制嫁娶之禮，取犧牲以共庖廚，此廚之始也。

高承《事物紀原》卷九《酒醴飲食部四六》 食熟。

《古史考》曰：古初之人，未有火化，飲血茹毛。有聖人以火德王，造作鑽燧出火，教人熟食，號曰燧人。禮含文嘉曰：燧人始鑽木以取火，炮生爲熟也。《拾遺記》曰：庖羲變茹腥之食。《高氏小史》燧人氏時，茹生，人多病，乃鑽燧改火，化生爲熟。

高承《事物紀原》卷一〇《布帛雜事部五三》 火。

《禮含文嘉》曰：燧人始鑽木取火，炮生爲熟，令人無腹疾，遂人之意，故名燧人。《世本》曰：燧人鑽木造火。《尸子》曰：燧人上觀星辰，下察五木以爲火。《淮南子》曰：燧人望辰心，鑽木生火。《拾遺記》曰：燧明國有火樹，名燧。後世聖人至其國，息其下，有鴞啄，燦然火出，聖人感之，用小杖鑽火，號燧人氏。《河圖》云：伏羲禪於伯牛，鑽木作火，非也。《白虎通》曰：謂之燧人，何鑽木燧以火，遂人之始。

陶宗儀《説郛》卷九五上鄭望之《膳夫録》 厨婢

蔡太師京厨婢數百人，庖子亦十五人，段丞相有老婢名膳祖。

羅泌《路史》卷三九《餘論二・事始》 【略】《字林》又以耒耜爲皇陶所作，是伏羲先耕而爲杵臼，神農不以耒耜而耕，而易傳之言，且不信矣。《古史攷》云：神農之時，民始食穀，釋米加燒石之上而食之。黄帝始有釜鬵，火食之道始成。斯蓋本之《周書》，黄帝始鬵竈，蒸穀爲飯，烹穀爲糜，燔肉爲炙之説。茲大繆也，夫有火食，則有烹蒸之事矣，又孰有能定百藥之蒸炮，不違一性而不能辨，一穀之可蒸烹，而有待于千百載之後人哉。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六《食物部・五侯鯖》 五侯不相能，賓客不相往來。樓護豐辯傳會五侯間，各得其懽心，競致奇膳。護乃合以爲鯖，世稱五侯鯖，以爲珍。《西京雜記》

謬瑩中《江行雜録》 京都中下之户，不重生男，每生女則愛護如捧璧擎珠。甫長成，則隨其姿質，教以藝業，用備士大夫採拾娱侍。名目不一，有所謂身邊人、本事人、供過人、針線人、堂前人、劇雜人、拆洗人、琴童、棋童、厨娘等級，截乎不紊。就中厨娘最爲下色，然非極富貴家不可用。余以寶祐丁巳，參闈寓江陵，嘗聞時官中有舉其族人置厨娘事，首末甚悉，謾書之以發一笑。其族人名某者，奮身寒素，已歷二倅一守，然受用澹泊，不改儒家之風。偶奉祠居里，使嬖不足，使令飲饌，且大粗率。守念昔留某官處晚膳，出京都厨娘調羹極可口。適有便介如京，謾作承受人書，託以物色，費不屑較。未幾，承受人復書曰：得之矣，其人年可二十餘，近回自府第，有容藝，能箏能書，且夕遣以詣直。不旬月果至，初憩五里頭時，遣脚夫先申狀來，乃其親筆也，字畫端楷，歷敘慶幸，即日伏事左右，未乞以四轎接取。庶成體問。辭甚委曲，殆非庸碌女子所可及。守一見爲之破顔，及入門，容止循雅，紅裙翠袖，參視左右乃退。守大過所望，少選親朋，皆議舉杯爲賀厨娘。厨娘遽至，使厨請曰：未可展會，明日且是常食五杯五分。厨娘請食品菜品，資次出書以示之。食品第一爲羊頭羹，菜品第一爲蔥齏，餘皆易辨者。厨娘謹奉旨教，舉筆硯具物料，内羊頭羹五分，各用羊頭十箇。蔥韭五牒，合用蔥五斤，他物稱是。守固疑其妄然，未欲遽示以儉鄙，姑從之，而密覘其所用。翊旦，厨師告物料齊，厨娘發行廚，取鍋銚盂勺湯盤之屬，令小婢先捧以行，燀燦耀目，皆白金所爲，大約計該五十七兩。至如刀砧雜器，亦一一精緻，傍觀嘖嘖。厨娘更圍襖圍裙，銀索攀膊，掉臂而入，據坐胡牀切，徐起取抹此臠，慣熟條理，真有運斤成風之勢。其治羊頭也，漉置几上，别留臉肉，餘悉擲之地。衆問其故，厨娘曰：此皆非貴人所食矣。衆爲拾頓他所，厨娘笑曰：若輩真狗子也。衆雖怒，無語以荅。其治蔥韭也，取蔥微徹過沸湯，悉去鬚葉，視楪之大小、分寸而截之。又除其外數重，取條心之似韭黄者，以淡酒醯浸漬，餘棄置了不惜。凡所供備，馨香脆美，濟楚細膩，難以盡其形容。食者舉筯無嬴餘，相顧稱好。既撤席，厨娘整襟再拜曰：此日試厨，萬幸台意，須照例。守方遲難，厨娘曰：豈非待檢例邪。探囊取數幅紙以獻，曰是昨在某官處所得支賜判單也。守視之，其例每展會，支賜絹帛或至百疋，錢或至三二百千，無虚拘者。守破慳勉强，私竊喟歎曰：吾輩事力單薄，此等筵宴不宜常舉，此等厨娘不宜常用。不兩月，託以他事善遣以還，還可笑如此。《暘谷漫録》

陶宗儀《説郛》卷七三洪巽《暘谷漫録》 京城中下之户，不重生男，每生女則愛護如捧璧擎珠。甫長成，則隨其姿質，教以藝業，用備士大夫採拾娱侍，名目不一，有所謂身邊人，本事人，供過人，針線人，琴童，棋童，厨娘等級，截乎不紊。就中厨娘最爲下色，然非極富貴家不可用。予以寶祐丁巳，參闈寓江陵，嘗聞時官中有舉似其族人置厨娘事，首末甚悉，謾書之以發一笑。其族人名某者，奮身寒素，已歷二倅一守，然受用澹泊，不改儒家之風。偶奉祠居里，使嬖不足，使令飲饌，且大粗率。守念昔留某官處，晚膳出京都厨

娘調羹，極可口，適有便介如京，謾作承受人書，囑以物色，價不屑較。未幾，承受人復書曰得之矣，其人年可二十餘，近回自府地，有容藝，能箏能書。旦夕遣以詣直不二。旬月，果至。初憩五里頭時，遣脚夫先申狀來，乃其親筆也。字畫端楷，歷敍慶新，即日伏事左右，末乞以四轎接取，庶成體面。辭甚委曲，殆非庸碌女子所可。及守一見，爲之破顏，及入門，容止循雅，紅衫翠裙，參侍左右乃退。守大過所望，小選親朋輩，議舉杯爲賀。廚娘亦遽致使廚之請。守曰未可展會，明日且具常食五杯五分。廚娘請食品菜品資次，守書以示之。食品第一爲羊頭簽，菜品第一爲葱薤，餘皆易辦者。廚娘謹奉旨，數舉筆硯具物料，內羊頭僉五分，合用羊頭十箇。葱蒜五楪，合用葱五斤，他稱是。守因疑其妄，然未欲遽示以儉鄙，姑從之，而密覘其所用。翌日，廚師告物料齊，廚娘發行奩，取鍋銚盂勺湯盤之屬，令小婢先捧以行，燿燦耀目，皆白金所爲，大約正該五七十兩。至如刀砧雜器，亦一一精緻，傍觀嘖嘖。廚娘更圍襖圍裙銀索，攀膊掉臂而入，據坐胡床，徐起切抹批鱗，慣熟條理，真有運斤成風之勢。其治羊頭也，漉置几上，剔留臉肉，餘悉擲之地。衆問其故，廚娘曰此皆非貴人之所食矣。衆爲拾置他所，廚娘笑曰：若輩真狗子也。衆怒，無語以答。其治葱薤也，取葱徹微過湯沸，悉去鬚葉，視楪之大小、分寸而裁截之，又除其外數重，取條心之似韭黃者，以淡酒醯浸噴，餘弃置了不惜。凡所供備，馨香脆美，濟楚細膩，難以盡其形容。食者舉箸無贏餘，相顧稱好。既撤席，廚娘整襟再拜，曰此日試廚，幸中台意，照例支犒。守方遲難。廚娘曰：豈非待檢例耶。探囊取數幅紙以呈曰，是昨在某官處所得支賜判單也。守視之其例，每展會支賜或至千券數疋，嫁娶或至三二百千雙疋，無虛拘者。守破慳勉强，私切喟歎曰：吾輩事力單薄，此等筵宴不宜常舉，此等廚娘不宜常用。不兩月，託以他事，善遣以還。其可笑如此。

方回《續古今攷》卷三二《充人》 取火自燧人始，庖牲自伏羲始，畫卦重卦皆庖犧。《尚書大傳》曰：燧人爲燧皇，以火紀禮。含文嘉曰：庖犧氏，風姓也，蛇身人首，燧人氏沒，庖犧繼之，稱太昊。都陳制嫁娶之禮，取犧牲以充庖厨，故號曰庖犧氏，是爲犧皇。後世音繆，故或云伏犧或謂之宓犧。一解云處以處爲宓，古伏字，後誤。

劉恕《通鑑外紀》庖犧氏取犧牲以充庖厨，造八卦始作三畫，以象二十四氣，因而重之爻象備矣。作爲網罟以佃以漁，制嫁娶以儷皮爲禮。紫陽方氏曰：書遂人以取火也，有火而後可庖牲也，包犧氏取犧牲。犧專指牛。然《左傳》鷄憚爲犧，自斷其尾。又《韻書》犧，純牛色也。韻云：三牲牛羊豕而皆牲，然《周禮》六牲馬牛羊豕犬鷄皆牲也。書八卦者見畫與重，皆始伏羲也。文字不妨互見也，書網罟見所取不但馬牛羊豕，又有野獸也。書儷皮殺獸則有皮也，此上古聖人之有天下而爲萬世法者，佛氏立不殺之說，愚民誣世者也。

劉應李《新編事文類聚翰墨全書》后戊集卷一《飲食門·飯》 蒸穀。黃帝始蒸穀爲飯。

忽思慧《飲膳正要》卷一《三皇聖紀》 太昊伏羲氏

風姓之源，皇熊氏之後，生有聖德，繼天而王，爲萬世帝王之先。位在東方，以木德。王爲蒼精之君。都陳時，神龍出於滎河，則而畫之爲八卦，造書契，以代結繩之政。立五常，定五行，正君臣，明父子，別夫婦之義。制嫁娶之理，造屋舍，結網罟，以佃漁，服牛乘馬，引重致遠，取犧牲供祭祀。故曰：伏羲氏治天下一百一十年。

炎帝神農氏

姜姓之源，烈山氏之後，生有聖德，以火承木，位在南方，以火德王。爲赤精之君時，人民茹草飲水，採樹木之實，而食贏蛖之肉，多生疾病。乃求可食之物，嚐百草，種五穀以養人民，日中爲市，作陶冶爲斧斤，造耒耜，教民耕稼。故曰：神農都曲阜，治天下一百二十年。

黃帝軒轅氏

姬姓之源，有熊國君，少典之子，生而神靈，長而聰明，成而登天，以土德王，爲黃精之君。故曰：黃帝都涿鹿，受河圖，見日月星辰之象，始有星官之書。命大撓探五行之情，占斗罡所建，始作甲子。命容成作曆，命隸首作筭數，命伶倫造律吕，命岐伯定醫方，爲衣冠，以表貴賤。治干戈，作舟車，分州野，治天下一百年。

朱權《原始秘書》卷九《飲饍食門》 食熟。《古史考》曰：古初之人，未有火化，飲血茹毛。有聖人以火德王造作鑽燧出火，教人熟食，號曰燧人。禮含文嘉曰：燧人始鑽木以取火，炮生爲熟也。《拾遺記》曰：太昊變茹腥之食。《高氏小史》燧人氏時，茹生，人多病，乃鑽燧取火，化生爲熟。

朱權《原始秘書》卷九《飲饍食用門》 食。賈誼《雜說》曰：神農嘗百草之實，教民食穀。《藝文類聚》曰：神農時，民始食穀，加于燒石之上而食。

趙弢《古今原始》卷一《燧人氏》 鑽木取火，教民烹飪。

按：五行之火，至是始用於世。夫空中之火，麗木則明，惟聖人能知之，亦惟聖人能用之，其用在大烹以利民，而不知焚山煮海鎔金銷石，草木之殃從此始矣。夫火以薪傳其用不窮，而聖人於五時取五木不亦勞乎。案周公四時變火以救時疾，明火不數變，時疾必興，故曾時有以洛陽火度江者，代代相續，火色變青。師曠食飯，知爲勞薪。以此，推之新火舊火，理應有異，然後知聖人作法至深遠也。今人作事鹵莽，此何難行，縱民間不能頓同，而尚食內廚，當依古法，即母論順時捄患，亦師古之一端也。

仰觀俯察而方名，方名即東西南北是也。

造火竈，竈始于此。

燔肉曰炙，裹肉而燔之曰炮。此肉食之始，人自是無腹疾矣。

許自昌《梅齋漫録》卷一一二 向見厨娘一篇，大足爲窮措大抹殺腐喉鑿腹，亟録之。中都中下之户不重生男，每生女則愛護如捧璧擎珠。甫長成，則隨其姿質，教以藝業，用備士大夫採拾娱侍，名目不一。有所謂身邊人、本事人、供過人、針線人、堂前人、裸劇人、拆洗人、琴童、棋童、厨娘等級，截乎不紊。就中厨娘最爲下色，然非極富貴之家，必不可用。予以寶祐丁巳，參閫寓江陵，嘗聞時官中有舉似其族人置厨娘事，首末甚悉，謾書之以發一笑。其族人名某者，詹身寒素，已歷二倅一守，然受用淡泊，不改儒家之風。偶奉祀居里，使嬖不足，使令飲饌且大粗率。守念昔留某官處庖膳，出京都厨娘調羹極可適口，有便介如京，謾作承受人書，托以物色費不屑較。未幾，承受人復書曰得之矣，其人年可二十餘，近回自府第，有容藝，能箑能書且夕遣以詣直，不旬月果至。初憩五里時，遣脚夫先申狀來，乃其親筆也，字畫端楷，歷序慶幸，即日伏侍左右，未乞以四輻接取，庶成體面。辭甚委曲，殆非庸碌女子所可。及守一見，爲之破顔。及入門，容止循雅，翠襖紅裙，參視左右乃退。守大過所望，少選親朋執鞏舉以爲賀，厨娘亦遽致試厨之請。守曰未可展會，明日且具常食。厨娘請食品菜品資次，守書以示之。食品第一爲羊頭簽，菜品第一爲葱韲，餘皆易辦者。厨娘謹奉旨數，舉筆研具物料。内羊頭簽五分，各用羊首十箇，葱韲五棵，合用葱五斤，他物稱是。守固疑其妄，然未欲遽示以儉鄙，姑從之而密覘其所用。翊旦，厨師取物料，厨娘發行奩，取鍋銚盂杓湯盤之屬，令小婢先捧以行，爛燦耀目，皆黄金白銀所爲，大約已該五七十兩，至如刀砧裸器，亦一一精緻。旁觀者嘖然。厨娘更圍襖圍裙，銀索板膊，掉臂而入，據坐胡床，徐起切抹批臠，方正慣熟，條理精通，真有運斤成風之勢。其治羊頭，灑置几上，剔留臉肉，餘悉擲之地。衆問其故，厨娘曰此皆非貴人所食矣。衆爲拾頓他所，厨娘笑曰：汝輩真狗子也。衆雖怒無語以答。其治葱韲，取葱轍微過湯，沸悉去鬚葉，視楪之大小分寸而裁截之。又除其外數重，取心條之細似韲之黄者，以淡酒醯浸漬，餘弃不惜。凡所供備，馨香脆美，濟楚細膩，難以盡其形容。食者舉筋無餘，俱各相顧稱好。既撤席，厨娘整襟再拜曰：此日試厨，幸中台意後，須照例文牓。守方檢例，厨娘曰：豈非待檢例耶。探囊取數幅紙以呈上，曰是昨在某官處所得支賜判單也。守視之，其例每展會支賜或至三二百千無虚拋者。守破慳免强，私竊嘆嗟曰：吾輩事力單薄，此等筵宴不宜常舉，此等厨娘不宜常用。不兩月，託以他事善遣以還。其可笑如此。

王三聘《事物考》卷七《器用》 竈，《淮南子》曰：炎帝王於火死而爲竈。後漢李六《竈銘》曰：燧人造火。《續事始》曰：黄帝所置。

釜甑，《古史考》曰：黄帝始造釜甑，火食之道成矣。詩疏引禮運注云：中古未有釜甑，而中古謂神農時也。

徐象梅《瑯嬛史唾》卷一〇《食章》 段文昌丞相尤精饌事，第中庖所榜曰鍊珍堂，在塗號行珍館，文昌自編食經，時稱鄒平公食憲章。

穆希文《説原》卷二《原陰陽五行總説》 火性炎，燧人氏上觀星辰，下察五行，知空中有火，麗木則明，乃鑽木取火，教民烹餌。

徐象梅《瑯嬛史唾》卷一〇《食章》 吴門蕭璉家習庖饌，慕虞悰謝諷之爲人作卷子生，止用肥羜包卷成雲樣，别作散飣麥穗生，滋味殊冠。

徐象梅《瑯嬛史唾》卷一〇《食章》 比丘尼梵正庖制精巧，用鮓臛膾脯，醯醬瓜蔬，黄赤雜色，鬬成景物，若坐及二十人，則人裝一景，合成輞川圖小樣。

余懋學《説頤》卷六《婁鯖虞鮓》 漢五侯間，各得其懽心，競致奇膳。護乃合以爲鮓，世稱五侯鮓，以爲異味。世祖幸芳林園，就侍中虞悰求扁米糊悰，獻糊及雜肴數十罇，大官鼎味不及也。上就悰求諸飲食方，悰秘不肯出。上醉後體不快，悰乃獻醒酒鯖鮓而已。噫，婁得和五侯之鯖而不能和五侯之德，何取於和。虞知獻醒酒之鮓，而不知獻醒心之賢，何取於獻。嗟嗟，五侯之不相能也，而婁能俱得之，無乃各以其好投之乎，一飲食之方也，其君求之猶秘而不肯出，況肯迁其身以益其君乎。若二子者，可謂飲食之人也已矣。

劉仲達《劉氏鴻書》卷七六《飲食部・鯖膾》 漢五侯不相能，賓客不相往來。婁護豐辯，傳食五侯間，各得其懽心，競致奇膳護乃合以爲鮭，世稱五侯鮭，以爲珍味。《西京雜記》

吴之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》 五色膾

陸希聲妻余媚娘能饌五色膾，妙不可言。

程良孺《讀書攷定》卷二一《飲食下》 五侯鮭

《語林》：婁護字君卿，歷游五侯之門。每候五侯各遣餉之，君卿口厭滋味，乃試合五侯所餽之鮭，而食甚美，世所謂五侯鮭。蓋君卿之爲也。説或云護兼善五侯不偏食，故合而爲鮭。《西京雜記》：五侯不相能，賓客不得來往，婁護即辯傳食五侯間，各得其懽心，競致奇膳，護乃合以爲鮭，世稱五侯鮭，以爲奇味焉。

明王圻《三才圖會・人物》卷一《伏羲氏圖》 太昊伏羲氏，太昊之母，居于華胥之渚【略】又教民養六畜，充庖厨，享神祇，故又號庖犧氏。

王圻《稗史彙編》卷一二八《飲食門・食類上》 食原

太古茹毛而飲血。有巢始教民食果。燧人始作火，制截以炮。神農始耕作炒米。軒轅造粥飯羹炙膾。公劉作餈糕、麻團。周公造湯圓。魯敬姜作不托。汝頹作粽。秦昭王作蒸餅。漢高祖作漢餅。金日磾作胡餅。劉安作荳腐。諸葛亮作饅頭夾餡。石崇造餛飩。梁武帝造麵筋。

王圻《稗史彙編》卷一二九《飲食門・食類下》 厨娘

中都中下之户，不重生男，每生女則愛護如捧璧擎珠。甫長成，則隨其姿質，教以藝業，用備士大夫採拾。娱侍名目不一，有所謂身邊人、本事人、供過人、針線人、堂前人、裸劇人、厨娘等級，截乎不紊。就中厨娘最爲下色，然非極富貴之家必不可用。予以寶祐丁巳，參閫寓江陵，嘗聞時官中有舉似其族人置厨娘事，首末甚悉，謾書之以發一笑。其族人名某者，奮身寒素，已歷二倅一守，然受用淡泊，不改儒家之風。偶奉祀居里，便嬖不足，使令飲饌，且大粗率。守念昔，留某官處庖膳，出京都厨娘調羹，極可適口，有便介如京，謾作承受人書，托以物色費不屑較。未幾，承受人復書曰得之矣。其人年可二十餘近回自府第，有容藝，能箑能書。旦夕遣以詣直，不旬月，果至。初憩五里時，遣脚夫先申狀來，乃其親筆也。字畫端楷，歷序慶幸，即日伏侍左右。末乞以四轎接取，庶成體面。辭甚委曲，殆非庸碌女子所可。及守一見，爲之破顔，及入門，容止循雅，翠襖紅裙，參視左右乃退。守大過所望，少選親朋執鞏舉以爲賀，厨娘亦遽致試厨之請。守曰未可展會，明日且具常食。厨娘請食品菜品資次，守書以示之，食品第一爲羊頭簽，菜品第一爲葱蘁，餘皆易辦者。厨娘謹奉旨，數舉筆研具物料，内羊頭簽五分，各用羊首十箇，葱蘁五楪，合用葱五斤，他物稱是。守固疑其妄然，未欲遽示以儉鄙，姑從之，而密覘其所用。翊旦，厨師取物料，厨娘發行奩，取鍋銚盂杓湯盤之屬，令小婢先捧以行，爛燦耀目，皆黄金白銀所爲，大約已該五七十兩。至如刀砧穅器，亦一一精緻，旁觀者嘖然。厨娘吏圍襖圍裙，銀索板膊，掉臂而入，據坐胡牀，徐起切抹批臠，方正慣熟，條理精通，真有運斤成風之勢。其治羊頭，灑置几上，剔留臉肉，餘悉擲之地。從問其故，厨娘曰：此皆非貴人所食矣。衆爲拾頓他所，厨娘笑曰：汝輩真狗子也。衆雖怒，無語以答。其治葱蘁，取葱輒微過湯沸，悉去鬚葉，視撰之大小，分寸而裁。截之又除其外數重，取心條之細似蘁之黄者，以淡酒醯浸漬，餘弃不惜。凡所供備馨香脆美，濟楚細膩，難以盡其形容。食者舉箸無餘，俱各相顧稱好。既撤席，厨娘整襟再拜曰：此日試厨，幸中台意，後須照例支犒。守方檢例，厨娘曰：豈非待檢例耶。探囊取數幅帋以呈上曰，是昨在某官處所得支賜判單也。守視之其例，每展會支賜或至三二百千無虚抛者。守破慳免强。私竊嘖歎曰：吾輩事力單薄，此等筵宴不宜常舉，此等厨娘不宜常用。不兩月，託以他事，善遣以還。其可笑如此。

王圻《稗史彙編》卷一三六《器用門》 釜甑

《古史考》曰：黄帝始造釜甑，火食之道成矣。《詩疏》引《禮運》云，中古未有釜甑。而中古謂神農時也。《易兑》曰甑坤爲釜。

郭子章《黔類》卷九《食部》 鍊珍堂 行珍館

殷文昌榜中庖曰鍊珍堂，在塗曰行珍館。老婢掌其法，指授女僕。四十年，凡閥百婢，獨九婢可嗣法。自編《食經》五十卷，時稱鄒平公食憲章。

陳耀文《天中記》卷四六《鯖》 醒酒鮭鮓

武帝幸芳林園，就虞悰求味。悰獻糊及雜餚數十，與大官鼎味不及也。上就悰求諸飲食方，悰秘不出。上醉后體不快，悰乃獻醒酒鮭鮓一方而已。《南史》三十七五侯鯖。婁護字君卿，歷游五侯之門，每侯五侯各遣餉之。君卿口厭滋味，乃試合五侯所餽之鯖，而食甚美，世所謂五侯鯖。蓋君卿之爲也。《語林》或云護兼善五侯，不偏食，故合而爲鯖。《小説》五侯不相能，賓客不得來往。婁護即辨傳食五侯間，各得其懽心，競致奇

膳，護乃合以爲鮭，世稱五侯鮭，以爲奇味焉。《西京雜記》鮭音征，煎和之名。

焦竑《焦氏類林》卷七《食品》 五侯不相能，賓客不得來往。婁護傳食五侯間，各得其懽心，競致奇膳，護乃合以爲鮭，世稱五侯鮭，以爲奇味。《西京雜記》

焦竑《焦氏類林》卷七《食品》 虞悰善爲滋味，和劑皆有方法。豫章王嶷盛饌饗賓，王問今日肴羞寧有所遺否。虞曰恨無黃頷脽，何曾《食疏》所載也。

焦竑《焦氏類林》卷七《食品》 苻朗善識味，會稽王道子爲設精饌。訖問關中之味孰若於此，朗曰皆好，唯鹽味小生，即問宰夫如其言。或人殺雞以食之。朗曰：此雞棲恒半露。問之亦驗。又食鵝炙，知白黑之處，咸試而記之，無毫釐之差。嘗著《符子》數十篇。《裴景仁《秦書》》

焦竑《焦氏類林》卷七《食品》 段文昌丞相精饌事，第中庖所榜曰鍊珍堂。在塗號行珍館，家有老婢掌其法，指授女僕四十年，凡閱百婢，獨九婢可嗣法。文昌自編《食經》五十卷，時稱鄒平公食憲章。《清異録》

焦竑《焦氏類林》卷七《食品》 衛倫過予言及於味，稱魏故侍中劉子陽食餅，知鹽生精味之至也。予曰師曠識勞薪，易牙別淄澠，子陽今之妙也，定之何難。倫因命僕取糧糗以進，予嘗之曰麥也有杏李柰味，三果之熟也不同，子焉得兼之。倫笑而不言，退告人曰，士安之識過劉氏。吾麥杏時將發，故糅以杏汁，李柰時將發，又糅以李柰汁，故兼三味。《玄晏春秋》

孫承祐在浙右嘗饌，客指盤筵曰，今日坐中南之蝤蛑，北之紅羊，東之鰕魚，西之棗栗，無不畢備，可謂富有小四海矣。同前

葉向高、林茂槐《説類》卷五二《五侯鯖》 五侯不相能，賓客不得往來。婁護豐辨傳食五侯間，各得其懽心，競致奇膳，護乃合以爲鮭，世稱五侯鮭，以爲奇味焉。《西京雜記》

羅頎《物原・器原第一七》 遂人作火，神農作油，軒轅作燈，唐堯作燈檠，成湯作蠟燭。【略】伏羲作庖，神農作厨，軒轅作竈。

羅頎《物原・食原第一〇》 太古茹毛而飲血。有巢始教民食果。遂人始作火，制臊以炮。神農始耕作炒米。軒轅造粥飯羹炙膾。公劉作餈糕麻團。周公造湯圓。魯敬姜作不托。汝頹作粽。秦昭王作烝餅。漢高祖作漢餅。金日磾作胡餅。劉安作荳腐。諸葛亮作饅頭夾餡。石崇造餛飩。梁武帝造麵筋。軒轅臣夙沙作鹽。嫘祖作醴。公劉作餳蜜。殷果作醋。周公作醬芥辣。太古飲水。軒轅作炒米湯。成湯制茶。唐陸羽始辨茶品。遂人作酪。軒轅作醴儀。狄作酒。周公作酎。遂人作脯，始爲乾物。軒轅作菹，始爲淹物。少昊爲蘆。禹制淮白二羹。殷湯作醢。吴壽夢作鮓。桑苴李作豉糟醬諸物，則周末制也。伏犧始圈養六畜。軒轅乃囿養鳥獸，池養魚鼈。夏禹始養馬以駇櫪。遂人作釣，伏犧作罟，神農作罾罛，軒轅作九罭，禹作魚梁蟹笱，伊尹作魚罩庖箔。

伏犧作獵網畢羅，軒轅作擭戈陷穽。

神農始種五穀，軒轅始種桑麻、蔬菓草木。漢張騫始移植大宛油麻、大蒜，大夏芫荽、苜蓿、蒲萄、安石石榴，西羌胡桃於中國。唐太宗始移植占城早稻，康國金挑、波稜菜於中國。五代胡嶠始移種回鶻西瓜於中國。

孫丕顯《文苑彙雋》卷二二《飲食部・食》 編經，段文昌丞相時精食事，第中庖所榜曰鍊珍堂，在塗曰行珍館，家有老婢掌其法，指授女僕凡四十年，閱百婢，嗣法止九婢。文昌自編食經五十卷，時稱鄒平公食憲章。○出《清異録》

馮夢龍《古今譚槩》卷一四《汰侈部・蔡太師厨中人》 宋時一士夫，京中買一妾，自言蔡太師府厨中人。命作包子，辭以不能。詰之曰：既是厨中人，何曰不能。妾曰：妾乃包子厨中縷葱絲者。曾無疑乃周益公門下士也，有委之作誌銘者，無疑援此事爲辭曰：某於益公之門，乃包子厨中縷葱絲者也，豈能作包子哉。

馮夢龍《古今譚槩》卷一四《汰侈部・厨娘》 中都下户每生女，則愛護如捧璧，甫長成，則隨其姿質，教以藝業，用備士大夫採擇。其名目不一，有所謂身邊人、本事人、供過人、鍼線人、堂前人、裸劇人、拆洗人、琴童、棋童、厨娘等項，就中厨娘最爲下色，然非極富貴之家，必不可用。寶祐中，有太守某者，奮身寒素，不改儒風，偶奉祀居里，飲饌粗率。忽念昔留某官處，庖膳出京都厨娘，調羹極可口，有便介如京，謾作承受人書，托以物色，費不屑較。未幾，承受人復書曰，得之矣，其人年可二十餘，近回自府第，有容藝，能書算，旦夕遣以詣直。不旬月，果至。初憩五里時，遣脚夫先申狀來，乃其親筆也。字畫端楷，歷序慶幸，即日伏侍左右，末乞以四轎接取。庶成體面，辭甚委曲，殆非庸女子可及。守爲之破顔。及入門，容止循雅，翠襖紅裙，參視左右，乃退，守大過所望。少選親朋集賀，厨娘亦遽致試厨之請。守曰未可展會，明日且具常食。厨娘請食菜品資次，

守書以示之，厨娘謹奉旨，舉筆硯具物料，内羊頭簽五分，各用羊首十箇，葱鹽五楪，合用五十觔，他物稱是。守固疑其妄，然未欲遽示以儉鄙，姑從之，而密覘其所用。翌旦，厨娘發行奩，取鍋銚盂杓湯盤之屬，令小婢先捧以行，燦爛耀目，皆黄白所爲，大約已該五七十金。至如刀砧襍器，亦一一精緻，旁觀者嘖然。厨娘更團襖圍裙，銀索扳膊，掉臂而入，據坐胡牀，徐起切抹批臠，方正慣熟，條理精通，真有運斤成風之勢。其治羊頭，灑置几上，剔留臉肉，餘悉擲之地。衆問其故，厨娘曰：此皆非貴人所食矣。衆爲拾頓他所，厨娘笑曰：汝輩真狗子也。衆雖怒，無語以答。其治葱薤，取葱輒微過湯沸，悉去鬚葉，視楪之大小，分寸而裁截之，又除其外數重，取心條之細似薤之黄者，以淡酒醯浸漬，餘棄不惜。凡所供備，馨香脆美，濟楚細膩，難以盡其形容。食者舉筯無餘，俱各相顧稱好。既撤席，厨娘整襟再拜曰：此日試厨，幸中各意，後須照例支犒。守方檢例，厨娘曰：豈非待檢例耶，探囊取數幅紙以呈上曰：是昨在某官處所得支賜判單也。守視之，其例每展會，動賚絹帛或至百疋，錢或至百千，無虚拘者。守破慳勉副，私竊喟歎曰：吾聾事力單薄，此等酒筵，不宜常設。此等厨娘，不宜常用。不兩月，尋託他故善遣以還。遠近聞而笑之。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 京師中下之户，不重生男。每育女，則愛護之如擎珠捧璧。稍長則隨其姿質，教以藝業，用備士大夫採擇娛侍。名目不一，有所謂身邊人、本事人、供過人、鍼線人、堂前人、雜劇人、拆洗人、琴童、棋童、厨娘等稱。就中厨娘最爲下色，然非極豪貴家不可用。嘗聞時官中有婺人某者，奮身寒素，歷二倅一守，然受用澹泊，不改儒酸。偶奉祠居里，便嬖不足使令，飲饌且大粗率。守念昔留某官處晚膳，出都下厨娘烹調極可口。適有便介如京，謾作承受入書，託以物色，費不屑較。未幾，承受人復書曰：得之矣。其人年可二十餘，新回自府第，有容藝，曉書算。旦夕遣以詣直。旬餘果至。初憩五里頭時，遣脚夫先申狀來，乃其親筆也。字畫端楷，歷序慶幸，即日伏事左右，末乞以四輪接取，庶成體面。辭甚委曲，殆非庸碌女子可及。守一見爲之啓顔。及入門，容止循雅，紅裙緑裳，參視左右乃退。守益喜過望。少選親朋，皆議舉觴奉賀。厨娘遽至請曰：未可展會，明日且是常食，五杯五分。因請食品菜品資次，出書以示之，食品第一爲羊頭簽，菜品第一爲葱韲，餘皆易辨者。厨娘操筆疏物料：内羊頭簽五分，各用羊頭十箇。葱韲五碟，合用葱五斤。他物稱是。守固疑其妄，然未欲遽示以儉鄙，姑從之，而密覘其用。翊旦，厨師告物料齊。厨娘發行奩，取鍋銚盂杓湯盤之屬，令小婢先捧以行。璀璨溢目，皆白金

所爲。大約計六七十兩。至於刀砧雜器，亦一一精整。旁觀嘖嘖。厨娘吏圍襖圍裙，銀索攀膊，掉臂而入，據坐交牀。徐起取抹批臠，慣熟條理，真有運斤成風之妙。其治羊頭簽也，漉置几上，别留臉肉，餘悉置之地。衆問其故。曰：此皆非貴人所食矣。衆爲拾頓他處。厨娘笑曰：若輩真狗子也。衆雖怒無語以答。其治葱薤也，取葱微微過沸湯，悉去鬚葉，視楪之大小分寸而截之。又除其外數重，取條心之似韭黄者，以淡酒醯浸漬。凡所供備，芳甘脆美，濟楚細膩，難以盡其形容。食者舉筯無餘，相顧稱善。既撤席，厨娘整衿再拜曰：此日試厨，萬幸台意。須照例優給。守方遲難，厨娘遽曰：豈非待檢例耶。探囊取數幅紙以獻曰：是昨在某官處所得支賜判單也。守視之，其例每展會，動賚絹帛或至百疋，錢或至百千，無虚拘者。守破慳勉副，私竊喟歎曰：吾聾事力單薄，此等酒筵，不宜常設。此等厨娘，不宜常用。不兩月，尋託他故善遣以還。遠近聞而笑之。

潘永因《宋稗類鈔》卷三一《飲食第五四》 《楓窗小牘》曰：舊京工伎，固多奇妙。即烹煮盤案，亦復擅名，如王樓梅花包子，曹婆婆肉餅，薛家羊飯，梅家鵝鴨，曹家從食，徐家瓠羹，鄭家油餅，王家乳酪，段家爊物，石逢巴子肉之類，皆聲稱於時。暨南遷湖上，魚羹宋五嫂，羊肉李七兒，奶房王家，血肚羹宋小巳之類，皆當行不數者。宋五嫂，余家蒼頭嫂也，每過湖上，時進肆慰談，亦他鄉寒故也。悲夫！宋五嫂魚羹，常經御賞，人爭趍之，遂成富媼。

金陵士大夫淵藪，家事鼎鎘，種種臻妙：鹽可照面，餛飩湯可注研，餅可暎字，亦可作勸盞，飯可打擦擦臺，濕麵可穿結帶，寒具嚼著，驚動十里人。

方中德《古事比》卷四九《飲食》 蔡京厨婢數百人，庖子六十五人，段丞相有老婢名膳祖，四十年閲百婢僅九婢可嗣法。孫節度承祐一晏殺物命千數，蔡京每殺鵪子輒千餘。

褚家軒《堅瓠六集》卷一《封厨娘》 宋高宗宴大臣，見張循王俊持一扇，有玉孩兒扇墜。高宗識是十年前往四明，誤落於水，屢網不獲。乃詢於俊，俊對曰：臣於清河坊舖家買得，説是候潮門陳宅厨娘。破黄花魚腹中得之。高宗大悦，以爲失物復得，二聖可還之兆，乃封厨娘。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 有巢氏始教民食菓，燧人氏始修火食，作醴酪。烝釀之使熟。○神農始教民食穀，加于燒石之上而食。黄帝始具五穀種。地神所獻。烈山氏子柱始作稼，始教民食蔬菓。○燧人氏作脯作臘，黄帝作炙，

成湯作醢。禹作羹，吴壽夢作鮓。○神農諸侯夙沙氏煮鹽，嫘姐作醷。神農作油，殷果作醢，周公作醬，公劉作餳。後漢謂飴餳，即《楚辭》餦餭也。《方言》江東爲糖作蜜。唐太宗煎蔗作沙糖。○黄帝作羹作菹，少昊作蘸，神農作炒米，黄帝作蒸飯作粥，公劉作資作麻團作糕，周公作湯團，汝頹作糗，諸葛亮作饅頭、作餦餭，石崇作餛飩，秦昭王作蒸餅，漢高祖作漢餅，金日磾作胡餅，魏作湯餅，晉作不托。即麵餅于湯餅。

張文嶽《螺江日記》卷八《庖丁》 莊子稱庖人爲庖丁，猶後世之稱旗丁、園丁也。或以丁爲人名，誤矣。然在寓言，則又有不必認真者。

汪森《粤西叢載》卷一八《蠻女》 嶺南無問貧富之家，教女不以針縷績紡爲功，但躬庖厨勤刀機而已。善醯醢菹酢者，得爲大好女矣。斯豈遐裔之天性歟，故里民争婚配者，相與語曰：我女裁袍補襖，即的然不會，若修治水蛇黄膳，即一條必勝一條矣。《投荒録》

傅恒等《皇清職貢圖》卷一《安南國夷婦》 安南國【略】，婦女以帕蒙首，長衣長裙，納履露踵。相見以檳榔爲禮。善紡績烹飪之事。

梁紹壬《兩般秋雨盦隨筆》卷六《廚孃》 廖瑩中《江行雜録》言京都中下户生女長成，隨其姿質教以技藝，名目不一，有所謂身邊人、本事人、供過人、鍼綫人、堂前人、劇雜人、拆洗人、琴童、棋童、廚孃等級，就中廚孃最爲下色，然非極富貴家不可用，蓋以其縻費也。大約此風後來不行于浙江，而行于江南。明季冒辟疆大宴天下名士于水繪園，先期延一有名廚孃，至問所需，曰席有三等，主人將何等之。從問其所以異，曰：席之上者須羊五百隻，中席三百隻，下席一百隻，他物稱是。主人曰：上太費，下太簡，中可也。如言備物以待，顧觀其如何處分。及期，廚孃至從者以百十計，已則珠圍翠繞，高座指揮，諸人奔走刀砧，悉仰顧氣。先取三百之羊，每隻割下膂肉一片備用，餘皆棄置。叩之曰：羊之美，全萃于此，其他腥臊不足用也。聞者錯愕，其奢濫如此。

鄭光祖《醒世一斑録・雜述》卷二《名厨佳製》 從來重色者必求佳冶，與知味者必講嘉殽，事雖分屬，而勢實相因。乾隆間，有某中丞好内廣置姬妾，猶以爲温柔鄉中，尚無尤物。由京赴浙，道過金閶，諒吴下必多殊色，而徧選竟無當意。聞虞山靈秀，潛來咨訪，亦猝不易得。因以便服閒步城隍廟前，見有婦攜女進香者，其女麗質天成，不言生媚。中丞驚爲國色，從者覘其旋入石梅尼庵。爲尼。尼善爲説合，以成其事。旋知女家亦係山西籍，不無同姓之嫌，然已定情，待之有加禮而已。及入浙署，寵冠諸姬。女本多才，善心經，通文翰，偶繡句於幛幔，曰色即是空，空是色。要中丞對效蘇小妹三難新郎故事也。中丞緩之，同夢中語中丞曰：胡不對卿須憐我，我憐卿也。中丞狂喜，令並繡於幔。並見紀文達公《消夏録》。自是寵竟專房焉。春暮百花競放，中丞喜，人有花容，花如人面，開盛筵賞之。諸姬稱美吴饌，女獨無言，詰之曰：欲似我張墅毛厨所治，恐未逮也。中丞問其詳，曰：妾家住江鄉，春初鮓美，秋暮雞肥。毛厨名榮字聚奎，烹飪獨絶，張墅與附近之梅林鎮重筵席者必致之近野。鄭氏有句曰：鮓來張墅全無毒，雞到梅林别有香。應可证也。中丞奇之，立將榮物色到浙，榮一時名震西湖。後中丞不久坐法，榮歸，名又重於鄉里。切思與榮同事者不少，其人多年習熟所治，應無大異，乃一經假手，知味者必立辨爲非出榮手，則榮之藝真有不可及者。後榮不久下世，其姪孫毛觀大隨先君到滇，藝遠不逮，惟遺榮《食譜》一册，無可著意，姑將末後雜饌中數事録之。

梁章鉅《歸田瑣記》卷七《厨子》 徐興公榕陰新檢中，載吾鄉曹能始先生學佺與二友同上公車。惟先生攜一僕，凡途中飲饌之事，皆先生主之。僕善烹飪，二友食而甘之，而微嫌其費，頗有煩言。一日僕請先生與二友分爨，曰我實不能伺候三人。先生不肯，僕即請去。先生曰：我實不能以僕故，而開罪于友人。聽之，臨行請曰：我即當回閩，但乞一信，帶呈家中人，俾知並非負咎被逐耳。與之信時，方行到蘇州，比先生至京，而此僕即早已抵閩，蓋即蘇州發信之次日也。家中人詰其故，曰：我實天上之天厨星也，吾家主人，乃天上仙官，我應給其任使，披二客者，何福以當之。語畢，遂不知所之，聞此二客後亦各享大年，蓋月餘日飽飫天厨之效云。按袁簡齋《續齊諧》中，亦載曹能始先生飲饌極精，厨人董桃媚者，尤善烹調。先生宴客，非董侍則不歡，先生同年某督學蜀中，乏作饌者，乞董偕行，先生許之。遣董，董不往，怒逐之。董跪而言曰：桃媚，天厨星也，因公本仙官，故來奉侍。督學凡人，豈能享天厨之福乎。言畢，升堂向西去，良久不見。二書所載各異，而皆屬之能始先生，且徐興公與先生同時人，見聞尤近，必非無因矣。余家有陳東標者，頗能烹調，輒以此誇于衆。衆因戲呼之爲天厨星，實則庸手而已。余於能始先生無能爲役，則陳東標之於董桃媚，又豈止仙凡之判哉。

梁章鉅《浪跡續談》卷一《孫春陽》 京中人講求飲饌，無不推蘇州孫春陽店之小菜爲精品。或因余官吳門，久欲知其詳者。余以所聞告之曰：孫春陽係前明人，祖居甯波。萬曆中，應童子試不售，遂棄舉子業，爲貿遷之術。始來吳門開一小舖，在今吳趨坊北口，其地爲唐六如讀書處，有梓樹一株，其大合抱，僅存皮骨，實舊物也。舖中形製，學州縣衙署，分爲六房，曰南貨房，曰北貨房，曰海貨房，曰醃臘房，曰蜜餞房，曰蠟燭房。售者由外櫃給錢，取一小票，自往各房領貨，而管總者掌其綱，一日一小結，一月一總結，一年一大結。自明至今已二百四十餘年，子孫尚食其利，無他姓頂代者。吳門五方雜處，爲東南一大都會，羣貨萃集，何啻數萬户，而惟孫春陽舖爲前明舊家，著聞海内，舖中之物歲入貢單，其店規之嚴，選製之精，合郡所未有也。國初，趙吉士載入寄園書中，余澹心《板橋雜記》亦録之。近時袁簡齋《隨園食單》亦有其名，但皆未詳其顛末耳。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《老饕》 余酒户不大，而好爲豪飲。家本貧儉，而好講精饌。每讀《孟子》飲食之人語，輒爲汗顏。然歷觀古近之人，不好此者蓋鮮。坡公詩我生涉世本爲口，乃真寔无妄之語，非俗流所可詆譏也。惟性不佞佛，而雅不喜殺生，半生宦迹所經，於吳中之滄浪亭，桂林之五詠堂，皆舉放生之會。近年於脚魚水雞黄鱔白鱔諸物，皆不入厨下。入與坡公岐亭詩旨正合，所嫉者仍不能不察於雞豚耳。中年以後，每作詩多自稱老饕，往往爲家人所笑。余謂老饕字見用於坡公，宋人詩中亦屢見。《麈牖間評》引諺云：眉毫不如耳毫，耳毫毫不如老饕。故蘇東坡作《老饕賦》，蓋眉毫耳毫皆壽徵，老而能健飲健啖，則亦壽徵，故諺連類及之。余以懸車餘年，就養子舍，養非一事可竟，而以飲啖爲大端。孟子言曾子養曾晳，即以酒肉爲養志之徵，後世亦何嘗有以老饕笑鄙國公橋梓者哉。惟《左氏傳》稱縉雲氏有不才子貪於飲食，冒於貨賄，天下之民，謂之饕餮。杜注，貪財曰餮，貪食曰餮。蓋分注飲食貨賄二義。《玉篇》亦同。今人於饕字似皆誤用，而以貪食爲餮，則絶無他文字可證，蓋自坡公以後，皆不免沿訛至今耳。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《精饌》 先大父天池公嘗語人曰：古人之講求精饌者，非徒以徇口腹之欲，蓋寔於養生之道爲宜。人不能一日離飲食，若所入皆粗而不精，即難免有損而無益，故鄉黨言食不厭精，膾不厭細。朱子注云：食精則能養人，膾粗則能害人。蓋聖賢於飲饌之事，亦先不以精粗爲養人害人之分也。先大父年至八十，猶健飲健飯。七十餘歲時，每飯後猶必稍習鉛槧之事。常曰：飽食終日，無所用心，甚有碍於榮衛，故藉此以消導之。稍後則目力腕力俱差，飯畢猶令人扶掖徐行百十步。最後並脚力亦差，亦必與人對奕一局，曰飯餘必脾倦，纔不能勞力以疏通之，亦必須勞心以運動之。家雖貧而烹飪必致精，故先資政公及先叔父太常公，多方侍奉。時親戚中有陳甥者，頗工烹調，專倩之入厨下。先大父每食，旁無陪侍，清酒不過三巡，嘉肴亦不過三簋，然不喜以宿物複進畢，即以分賜孫曹。余時方髫齔，最承慈愛，需賜獨多。次則曼雲兄，此外諸孫則有間矣。余家本寒素，而講求飲饌者，惟先大父一人。五服周親凡百十人，而享大年者，亦惟先大父一人而已。自余入仕途，所見師友中，惟孫寄圃師，黄左田師，石琢堂先生及董琴南觀察，四人最精烹飪，而皆享大年。琴南至今尚健啖如昔。間詢余曰：世言三世仕宦，方解着衣喫飯，此話究出自何典。余按：《明道雜志》載錢文穆公云云，《老學菴筆記》亦載諺云云，而不知魏文帝詔語云。三世長者知被服，五世長者知飲食，寔此語所由來，《困學紀聞》嘗引之。

梁章鉅《浪跡續談》卷四《老饕》 《宣室志》云：李德裕分司東都，嘗召僧問休咎。對曰：相公平生當食萬羊，今食九千五百矣。公慘然曰：我昔夢行至晉山，盡目皆羊，有牧兒數十迎拜曰：此侍御平生所食羊。吾識此未嘗洩於人，今果如師之説耶。後旬餘，靈武帥致書於公，且饋五百羊。公大驚，即召僧告其事，曰吾不食之耳。僧曰：羊至，此已爲相公所有。未幾貶没荒裔。按：俗以此事又誤屬之吕蒙正，謂當食萬羊，而晚達不及食之，僅抉其目爲奠，一啜而卒，則無所據也。近人又傳朱竹垞先生喜食鴨，一日病中夢游一園，園後推門入，有一大池，池中養鴨无數。問池邊叟曰：此鴨屬何家。叟曰：當盡以供君食耳。未幾病愈，又數十年，病中復夢至其處，宛然舊游地，則池中僅存兩鴨。復問人曰：前此池中鴨甚多，何以今僅剩此。則曰：盡被君吃完矣。嗒然而醒。從此勅家人永不食鴨。越日，有出嫁女從遠鄉來有病者，知老人素喜食鴨。攜兩熟鴨來獻。先生嘿然，不數日逝矣。此與李文饒事頗相類，因類記之。

李光庭《鄉言解頤》卷三《食工》 衣工既日就奢華，食工亦愈流而愈下。京師厨役招牌，離不了包辦南席四字，那知食性不同，地産各别乎。人莫不飲食，鮮能知味，已論定千古世情。《隨園食單》内各條俱有可取，而其顛撲不破之語，則惟有味者，使之出無味者，使之入兩言喚醒耳食目食者不少，否則雖盤椀一席不能容，徒暴殄天物耳，亦何益之有哉。鄉間不能家畜厨役，縣城舊紳家半用女

厨，如王達齋襟丈家之梁五婦，善炙肉不用义烤，釜中安鐵盌，置硬肋肉於上，用文火先炙裏，使油膏走入皮内，以酥爲上，脆次之，各斯下矣。嬾肉炒麪亦佳，芮宣臣明經家之高立婦善煨肉，大約硬短肋肉五斤切十塊，置釜中，加酒料醬湯以盎覆之，火先武後文，一炷香爲度，色香味俱佳，不但熟爛也。余幼時家用謝魁亦善炙肉，炙難亦佳。林亭有紅白事家，日至數十席，惟王姓厨父子兄弟三四人，同力合作，綽有餘裕。其時席面用四大椀、四七寸盤、四中椀，謂之四大八小，所用不過雞豚魚蔬，而必整必熟，無生吞活剥之弊，亦屬能手。今則改舊生新，用小碟小椀，殺生耗財，其作俑者當爲罪魁。有孫功臣者不善廣席，一兩席頗精潔。有某欲食全羊，羊甫殺而客欲登席，渠慢應之曰：祇管請入坐。先以燒尾爆腰泡肚之類下酒，漸次烹煮終席，亦良技也。其子孫科能世其業，作魚腐以紫蘇黃爲餡，鮮嫩異常，嘗供役鹽店司内事。丁某頗講飲饌，嘗言其所作羹湯清而腴，其有味能使之出者乎。所製鹽豆數枚，可下酒半壺，其無味能使之入者乎。

馬驌《繹史》卷一《開闢原始》《古史考》：太古之初，人吮露精，食草木實，穴居野處，山居則食鳥獸，衣其羽皮，飲血茹毛，近水則食魚鼈螺蛤，未有火化，腥臊多害腸胃，於是有聖人以火德王，造作鑽燧出火，教人熟食，鑄金作刃，民人大説，號曰燧人。《拾遺記》：遂明國有大樹名遂，屈盤萬頃。後世有聖人，遊日月之外至於其國。有鳥啄樹，粲然火出，聖人感焉。因用小枝鑽火，號燧人氏。《三墳》：燧人氏有巢子也，生而神靈，教人炮食，鑽木取火，天下生靈尊事之。始有日中之市，交易其物。有傳教之臺，有結繩之政。壽一太易，本通姓氏之後也。

馬驌《繹史》卷三《太皞紀》《古史考》：庖犧氏作封，始有筮。其後殷時，巫咸善筮。

《漢書》：作網罟，以田漁取犧牲，故天下號曰炮犧氏。《帝王世紀》：取犧牲以充庖厨，故號庖犧氏，是爲犧皇。《拾遺記》：庖者，包也，言包含萬象，以犧牲登薦於百神，民服其聖，故曰庖犧，亦謂伏羲。變混沌之質，文宓其教，故曰宓犧。布至德於天下，元元之類，莫不尊焉。

馬驌《繹史》卷四《炎帝紀》《新語》：民人食肉飲血，衣皮毛。至於神農，以爲行蟲走獸難以養民，乃求可食之物，嘗百草之實，察酸苦之味，教民食五穀。

馬驌《繹史》卷四《炎帝紀》《本草經》：神農稽首再拜，問於太一小子曰：鑿井出泉，五味煎煮，口別生熟。後乃食咀，男女異利。【略】

紀事

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・珍饌》 五侯鯖。西京時，王氏五侯不相能，賓客不得往來。婁護遊五侯之門，傳食于其間，各得其懽心，每旦五侯饋餉之，競致奇膳，護乃合五侯之所餉爲鯖，世稱五侯鯖。鯖，煮煎魚肉也，蓋煎和之名。

白居易《白孔六帖》卷一五《煎和》 白：司味。膳宰屠蒯曰：臣實司味。平心。齊味。傳曰：水火醯醢以烹魚肉，燀之以薪。宰夫和之，齊之以味，濟其不及，以泄其過。君子食之以平其心，故人之濟五味而和五聲。以奉五味也。以炮以燔。以烹以炙。五味。六和。加以滑甘。時味。凡和春味多酸，夏多苦，秋多辛，冬多鹹，調以滑甘時味，所以養氣。燔炙。芬芬。煎熬。《七發》曰：使伊尹煎熬，易牙調和。適和。調辛。甘受和。五味之變。不可勝，嘗文子。鹽梅。若作和羹，爾惟鹽梅。煎和滋味。濟以鹽梅。拂徹羶腥。加之薑桂。調節。五味。滑甘。見上注。膳禽。禽獸也。《周禮》凡用禽獻，春宜羔豚膳膏薌，雁膳膏臊，牛脂。夏宜腒鱐膳膏臊。臊，犬脂也。腒，乾雉也。鱐，乾魚也。秋宜犢麛膳膏腥，腥，豬脂。冬宜鮮羽膳膏羶。羶，羊脂也。鮮，魚也。羽，鴈也。膳謂脂膏煎和。割烹。《周禮》水火之齊。多少之節。刀匕是供。《禮》杜黃云。君子遠庖厨。《禮》味得其時。時所宜也。《禮》烹飪。調和之器。鸞刀。執其鸞刀，以啓其毛。羞服之式。《周禮》九式四曰羞服之式，主領飲食。膳羞膳夫掌王膳羞，以養王及后世子。珍用八物，炮�member膾膾鯉。王曰一舉鼎火化。身賤。凡有血氣之類，不身踐也。踐音翦，遠庖厨也。秩膳。秩，常也。天子諸侯也。不給於鮮。子有軍事獸人，無乃不給於鮮。泊饋。《傳》，公膳日雙雞，饔人竊更之以鶩。御者知之，則去其肉，而以其泊饋。泊，汁也。膳獻。禽羞捶而食之。乾肉則捶而食之。良庖。厨事。載食車。宿肉。《禮》六十不宿肉。調之以醯醢。《内則》切葱若薤實，醯以柔之，屑桂與薑孔，和之齊之。裴濟，帝喜方士，濟諫曰：水火鹽梅以烹魚肉，宰夫和之齊之以味，君子食之以平其心。沉泛緹盎之齊。梁宗元《嶺南節度饗軍堂記》沉泛緹盎之齊，均飫于卒士。燔炮烹飪。約水燥薪爨火，以觀文武之用而已。《文粹・沈亞之上李諫議書》：夫治鼎之職，約水燥薪爨火，以觀文武之用而已。其輳味則有椒桂梅醯鹽醢之品，在吾揔衆勢而調於心也。燒尾景龍中，蘇瓌拜右僕射。初拜官者，例各進食，名曰燒尾。瓌無所進，曰：宰相

調陰陽，令粒食踊貴，百姓不足。臣愚不稱職，不敢嬈尾。《景龍記》

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 回湯武庫

臘日家宴作臘四方，用種種輕細不拘名品，治之如大豆，加以湯液滋味，蓋時人以爲節饌，遂與老室兒女輩舉飲。食中以雜味爲之者，問記於册。季冬既大寒，可以停食物，家家多方（旭）〔糾〕集羊豕牛鹿兔鵠魚鵝百珍之衆，預期十日而辦造。至正旦日方成，以品目多者爲上，用製湯餅盛筵而薦之，名回湯武庫。大槩秦隴盛行。

陶穀《清異録》卷下《饌羞》 輞川小樣

比丘尼梵正庖制精巧，用鮓臛膾脯醢醬瓜蔬黄赤雜色鬬成景物，若坐及二十人，則人裝一景，合成輞川圖小樣。

薛居正《舊五代史》卷一一〇《周太祖紀第一》 後周太祖廣順元年春正月庚辰，【略】是日，詔曰：

朕以眇末之身，託於王公之上，懼德弗類，撫躬靡遑，豈可化未及人而過自奉養，道未方古而不知節量。與其耗費以勞人，曷若儉約而克己。昨者所頒赦令，已述至懷。宫闈服御之所須，悉從減損；珍巧纖奇之厥貢，並使寢停。尚有未該，再宜條舉。應天下州府舊貢滋味食饌之物，所宜除減。其兩浙進細酒、海味、薑瓜、湖南枕子茶、乳糖、白沙糖、橄欖子，鎮州高公米、水梨，易、定栗子，河東白杜梨、米粉、菉豆粉、玉屑枌子麵，白杜梨，原本作「黎」，枌子麵，原本作「糎子」，今俱從《通鑑》所引《薛史》改正。（影庫本粘籤）永興御田紅杭米、新大麥麵，興平蘇栗子，華州麝香、羚羊角、熊膽、獺肝、朱柿、熊白，河中樹紅棗、五味子、輕餳，同州石鏤餅，晉、絳葡萄、黄消梨，陝府鳳栖梨，襄州紫薑、新筍、橘子，安州折粳米，糟味，青州水梨，河陽諸雜果子，許州御李子，鄭州新筍，鵝梨，懷州寒食杏仁，申州蘘荷，亳州草藥，沿淮州郡淮白魚，如聞此等之物，雖皆出於土産，亦有取於民家，未免勞煩，率皆糜費。加之力役負荷，馳驅道途，積於有司之中，甚爲無用之物，今後並不須進奉。諸州府更有舊例所進食味，其未該者，宜奏取進止。

司馬光《資治通鑑》卷一三七《齊紀三》 武帝永明九年（辛未、四九一）

春，正月，

丁卯，

詔太廟四時之祭：薦宣皇帝，起麵餅、鴨臛。起麵餅，今北人能爲之。其餅浮軟，以卷肉嗽之，亦謂之卷餅。程大昌曰：起麵餅，入教麵中，令鬆鬆然也。教，俗書作酵。麵，莫甸翻。孟詵曰：臛，音郝，肉羹也。孝皇后，筍、鴨卵。高皇帝，肉膾、葅羹。昭皇帝，【意：十二行本「帝」作「后」；乙十一行本同；孔本同。】茗、糗、炙魚。茗，茶也。《本草》曰：茗，苦荼。郭璞曰：早採者爲荼，晚採者爲茗。糊，《類篇》云：色責翻，糝也；又側革翻，粽也。《南史》，虞悰作扁米糊。蓋即今之饘子是也，可以供茶。炙，之石翻。皆所啫也。

蘇軾《格物麤談》卷下《飲饌》 柂子煮素羹，甜美。櫻桃葉煮老鵝，易軟熟。橙合醬不酸。爛橄欖研細，爊鯽魚甚香。燈心能煮江鮥。寸切稻草可煮臭肉。薄荷去魚腥。蒜同生薑棗子食，不臭。糟蟹入胡粉，不沙。洗豬臟肚子，用鹽則不臭。粉鮥畏椒。夏月魚肉安香油内，不臭。煮芋以灰湯易酥。食韭口臭，含沙糖解之。酒調羹味美。胡椒煮臭肉則不臭。用鹽擂椒味佳。研芥菜子入豆腐，不生蟲。曬肉以油抹，辟蠅。銅器不用，盛酒過夜。芥子隔年煮粹。啖榆則眠，不欲覺。韶粉和梅食，牙不酸。積油滿萬石，則自然生火。飲真茶，令少睡。茶與韭菜食，令人身重。人食豆三年，則身重。人常食赤小豆，令人枯燥。香油熬熟入醬内以之醬蟹，可以久留且不沙澀。凡糟醬蟹，瓶口上蓋皂莢四五大片，即不沙。

先將羊肉放在鍋内，用胡桃二三個帶殼煮三四滾，去胡桃，再放三四個竟煮熟，然後開鍋，毫無膻氣。將胡桃敲開，則臭不可當。

每酒一甕，用鉛一觔炙令熱甚，投入酒中，過一日，酸味盡去。

酒酸用牡蠣甘草等分大甕，用四兩絹袋盛之過夜，重湯煮熟即不酸。

每醬一瓮，用草烏五七個，每個切作四片，排醬瓮下四弦及中心，其蟲自死永不再發。若加百部尤妙。又法，端午日取桃枝共雄黄入内，不生蟲兼解毒，不生瘡癤。

糟茄鹽中若加白礬末些少，經歲不黑。又法糟茄時，右手捉茄，從背後傳在左手，卻將來糟永不黑。

九月間，取新蟹黃和糟糟蛋一七，其蛋輭如緜，用木匣盛煮爲方蛋。

雞子二三十枚，打放一處攪勻，裝入豬尿胞內，（縣）[懸]于日月之下，一日一夕，或蒸或煮，其蛋黃白自分。一法，黃昏裝入井中，至三更取出，煮之，似龍蛋。

煎麻油水氣盡，無烟不復沸，則還冷，可內手攪之，得水則焰起散，卒不滅。

灰鹽鴨子，上半曰醃則黃居中，不然則偏。一云日中醃，乾葛一兩，（荷薄）[薄荷]五錢，甘草三錢，兒茶一錢，研細末，烏梅肉丸皂角子大，每一丸噙口，則飲酒不醉。

葛花、薄荷、如意草、石菖蒲、草果肉、豆蔻、菉豆花各等分，煉蜜丸桐子大，噙一丸舌根下，可飲酒不醉。

豬肚煮滾，乘熱撈起，安土地上，以磁盆蓋住，即縮厚寸許，再煮再蓋，或以乾荷葉襯地。

荷花蒂煮肉，精者肥，肥者沈。

肉微煮，放臘月熬熟豬油內，雖夏天經久不變。

凡雜色羊肉入松子則無毒。

豬肚及臟不可入椒同煮，將熟，一入便起。

芝麻花陰乾，漬汁搜麵，食至韌滑。

煮老鵝，就竈邊取瓦一片同煮易爛，羊肉亦然。

煮蟹用蜜塗之，候乾煮則青。

蛤蜊以枇杷核數粒同煮，則肉丁自落。

糟蟹用皂角一寸置瓶下，則不沙。

吃蟹後，以蟹鬚洗手則不(醒)[腥]。

韶粉去酒中酸味，赤小豆炒過入之，亦變好。

糟酒醬蟹入香白芷，則黃不散。

研芥辛用細辛少許，與蜜同研則極辛。

銅器蓋肉汁氣回滴入有毒。

肉汁密藏氣不泄者，令腹脹作瀉。

(亨)[烹]硬魚肉，投鳳仙子數粒易爛，多用，戕人咽。

日未出或已沒，可下醬無蠅。

蟹用方柿蒂數個同煮，則色青如生。

山查或白梅，煮老雞則易爛。

枳實煮魚骨輭，白鳳仙花子亦妙。

餌中蒼耳子七枚，燒灰投酒中，飲之即不嗜。

菉豆粉勿近杏仁，則爛不能索。

糟醋醬薑，瓶內安蟬退，雖老無筋。

米醋內入炒鹽，則不生白衣。

胡椒入鹽併葱葉同研，幹而易細。

灌肺用蘿蔔汁洗後，入澼物，永不老。

每肉一觔同石花菜四兩煮化，夏月凝凍如水晶。

煎鹽盆中能煮飯，不擺動則不齧。

人中酒不解，以湯浸即醒，湯亦作酒氣。

火腿用豬胰二個同煮，油盡去。

炙肉以芝麻花置肉上，則油不流。

夏天以生莧菜鋪飯上，置涼處，經宿不餿。

夏天餚饌懸井中，經宿不壞。

凡飲酒先食鹽一匕，則後飲必倍。

草果爲細末，遇飲酒以少許置盞內，即醉。

煨皂角一挺，置鹽內不走滷。

藏火腿于穀內，數十年不油，一云穀糠。

和麵時，入鹽蜜少許各等在內，可留三五日不硬。

陶宗儀《說郛》卷九五上鄭望之《膳夫錄》食次

食次有鼈脯淹、羹臛法、肺膾法、羊盤腸雌觔法、羌煮法、筍簣羹法、鮑臛湯法。

樓鑰《北行日錄》卷下 [乾道六年正月]二日癸丑晴，張鉉賜分食，徒單通賜酒果分食二盤，一盛大肉山，以生葱棗栗飾之，其中藏一羊頭。一盛茶食糖糕粥、粟飯、麥仁飯，皆以棗栗布其上。

樓鑰《攻媿集》卷一一一《北行日錄》上 [乾道五年己丑十二月]十一日壬辰，晴，【略】方坐，初盞燥子粉，次肉油餅，次腰子羹，次茶食，以大柈貯四十楪，比平日又加工巧，別下松子糖粥、糕糜、裹蒸、蠟黃、批羊餅子之類，不能悉計。次大茶飯，先下大棗豉二，大餅肉山，又下爨魚鹺豉等五楪，繼即數十品源源而

來，仍以供頓之物雜之，兩下飯與肚羹，三下餅子，五下魚，不曉其意，蓋其俗盛禮也。次餅餚三，次小雜椀，次羊頭，次娉肉，次劑子，次羊頭假體，次雙下灌漿饅頭，次粟米水飯、大簇飣。【略】

樓鑰《攻媿集》卷一一二《北行日録》下 〔乾道六年庚寅正月〕二日癸丑，晴。張鉉賜分食，圖克坦通賜酒果。圖克坦通舊作徒單通，今改。分食二盤，一盛大肉山，以生葱棗栗飾之，其中藏一羊頭，一盛茶食、糖糕粥、粟飯、麥仁飯，皆以棗栗布其上。晚，大風作。

周煇《北轅録》 淳熙丙申十一月二十九日詔，待制敷文閣張子政，假試户部尚書充賀金國生辰使，皇叔祖右監門衛大將軍士褒假明州觀察使知東上閤門，兼客省四方館事副之。明年正月七日，陛辭出國門。初九日離行在。【略】二十九日，盱眙置酒，餞使介度淮。午至泗州津亭，使副望拜如儀。接伴戎服陪立，各帶銀牌，牌樣如方響，上有蕃書急速走遞四字，上有御押，其狀如主字。虜法出使皆帶牌，有金銀木之别。朝服對立于庭，至展起居狀，三節人講叅禮使副陞廳。茶酒三行，虜法先湯後茶。少頃，聯轡入城，夾道甲士執兵，直抵於館。旋供晚食，果飣如南方，齊筵先設茶筵，一般若七夕乞巧。其瓦壠、桂皮雞腸、銀鋌、金剛鐲、西施舌，取其形，蜜和麵油煎之，虜甚珍此。茶食謂未行酒，先設此品，進茶一盞，又謂之茶筵。次供饅頭、血羹、畢羅、肚羹、灑羊餅子、解粥、肉齑羹、索麵、骨頭盤子，自後大同小異，酒味甚適。食畢，即鎖門，内外不通。二月一日，甫交睫間，接伴所晨衙三節，謂北家聲喏，各相呼而起，時猶未至三鼓，旋覓盂水洗漱冠櫛畢，點心已至，灌肺、油餅、棗糕、麵粥，有供糕糜處，或未暇舉筯。

徐夢莘《三朝北盟會編》卷四 宣和二年十一月二十九日丙寅，【略】自過咸州至混同江以北，不種穀麥，所種止稗子，舂糧旋炊硬飯。遇阿固達聚諸將共食，則於炕上用矮撮子或木盤相接，人置稗飯一盌，加匕其上；列以葠韭、野蒜、長瓜，皆鹽漬者，别以木楪盛猪、羊、雞、鹿、獐、麞、狐狸、牛、驢、犬、馬、鵝、鴨、蝦、蠏等肉，或燔或烹或生鱠，多以芥蒜汁漬沃續供列，各取佩刀臠切薦飯。食罷，方以薄酒傳杯冷飲，謂之御宴者亦如此。自過嬪辰州，東京以北，絶少羊麵，每晨及夕，各以射到禽獸薦飯，食畢上馬。每旦，阿固達於積雪上，以草薦一虎皮，背風而坐，煎燎草木，率諸將至，各取所佩箭一隻擲占，遠近各隨所占。左右上馬放圍，軍馬單行，每騎相去五七步，接續不絶，兩頭相望，常及一二十里。候放圍盡，阿固達上馬去後隊一二里立，認旗行兩翼，騎兵視旗進趨。凡野獸自内赴外者，四圍得迎射，自外赴内者，須主將先射。凡圍如箕掌，徐進約三四十里，近可宿之處，即兩稍合圍漸促。須臾作二三十匝，野獸迸走，或射或擊，盡斃之。阿固達復設皮坐，撒火炙啗，或生臠，飲酒一兩杯。

忽思慧《飲膳正要》卷二《食療諸病》 生地黄雞，治腰背疼痛，骨髓虚損，不能久立，身重氣乏，盜汗少食，時復吐利。

生地黄半斤。飴糖五兩。烏雞一枚。

右三味，先將雞去毛腸肚淨，細切地黄，與糖相和勻，内雞腹中，以銅器中放之，復置甑中蒸炊飯熟成，取食之。不用鹽醋，唯食肉盡，却飲汁。

羊藏羹，治腎虚勞損，骨髓傷敗。

羊肝肚腎心肺各一具，湯洗淨。牛酥一兩。胡椒一兩。葷撥一兩。豉一合。陳皮二錢去白。良薑二錢。草菓兩箇。葱五莖。

右件，先將羊肝等慢火煮令熟，將汁濾淨，和羊肝等并藥，一同入羊肚内，縫合口，令絹袋盛之。再煮熟，入五味，旋旋任意食之。

羊骨粥，治虚勞，腰膝無力。

羊骨一付全者搥碎。陳皮二錢去白。良薑二錢。草菓二箇。生薑一兩。鹽少許。

右水三斗，慢火熬成汁，濾出澄清，如常作粥，或作羹湯亦可。

羊脊骨羹，治下元久虚，腰腎傷敗。

羊脊骨一具全者搥碎。肉蓯蓉一兩洗切作片。草果三箇。葷撥二錢。

右件水熬成汁，濾去滓，入葱白五味，作麵羹食之。

白羊腎羹，治虚勞，陽道衰敗，腰膝無力。

白羊腎二具切作片。肉蓯蓉一兩酒浸切。

羊脂四兩切作片。胡椒二錢。陳皮一錢去白。草果二錢。

右件相和，入葱白鹽醬煮作湯，入麵餌子，如常作羹，食之。

豬腎粥，治腎虚勞損，腰膝無力疼痛。

豬腎一對，去脂膜切。粳米三合。草果二錢。陳皮一錢去白。縮砂二錢。

右件先將猪腎、陳皮等煮成汁，濾去滓，入酒少許，次下米成粥，空心食之。

枸杞羊腎粥，治陽氣衰敗、腰脚疼痛，五勞七傷。

枸杞葉一斤。羊腎二對細切。葱白一莖。羊肉半斤炒。

右四味拌勻，入五味，煮成汁，下米煑成粥，空腹食之。

鹿腎羹，治腎虛耳聾。

鹿腎一對去脂膜切。

右件於豆豉中，入粳米三合煮粥，或作羹，入五味，空心食之。

羊肉羹，治腎虛衰弱，腰脚無力。

羊肉半斤細切。草果一錢。陳皮一錢去白。良薑一錢。葷撥一錢。胡椒一錢。葱白三莖。

右件水煑成汁，入鹽醬煑湯，下麵餌子，作羹食之。將湯澄清，作粥食之亦可。

鹿蹄湯，治諸風虛，腰脚疼痛，不能踐地。

鹿蹄四隻。陳皮二錢。草果二錢。

右件煮令爛熟，取肉入五味，空腹食之。

鹿角酒，治卒患腰痛，暫轉不得。

鹿角新者長二三寸燒令赤。

右件內酒中，浸二宿，空心飲之，立效。

黑牛髓煎，治腎虛弱，骨傷敗，瘦弱無力。

黑牛髓半斤。生地黃汁半斤。白沙蜜半斤煉去蠟。

右三味和勻，煎成膏，空心酒調服之。

狐肉湯，治虛弱五藏邪氣。

狐肉五斤湯洗淨。草果五箇。硝砂二錢。葱一握。陳皮一錢去白。良薑二錢。哈昔泥一錢即阿魏。

右件水一斗煮熟，去草菓等。次下胡椒二錢，薑黃一錢，醋，五味調和勻，空心食之。

烏鷄湯，治虛弱勞傷，心腹邪氣。

烏雄鷄一隻，掃洗淨，切作塊子。陳皮一錢去白。良薑一錢。胡椒二錢。草菓二箇。

右件以葱醋醬相和，入瓶內封口，令煮熟，空腹食。

醍醐酒，治虛弱，去風濕。

醍醐一盞。

右件以酒一盃和勻，温飲之，效驗。

山藥飥，治諸虛五勞七傷，心腹冷痛，骨髓傷敗。

羊骨五七塊帶肉。蘿蔔一枚切作大片。葱白一莖。草果五箇。陳皮一錢去白。良薑一錢。胡椒二錢。硝砂二錢。山藥二斤。

右件同煮，取汁澄清，濾去相。麵二斤，山藥二斤，煮熟研泥，搜麵作飥，入五味，空腹食之。

山藥粥，治虛勞，骨蒸久冷。

羊肉一斤去脂膜，爛煮熟研泥。山藥一斤煮熟，研泥。

右件肉湯內，下米三合，煮粥空腹食之。

酸棗粥，治虛勞，心煩不得睡卧。

酸棗仁一枕。

右用水絞取汁，下米三合，煮粥空腹食之。

生地黃粥，治虛弱骨蒸，四肢無力，漸漸羸瘦，心煩不得睡卧。

生地黃汁一合。酸棗仁水，絞取汁二盞。

右件水煮同葱數沸，次下米三合，煮粥空腹食之。

椒麵羹，治脾胃虛弱，久患冷氣，心腹結痛，嘔吐，不能下食。

川椒三錢炒爲末。白麵四兩。

右件同和勻，入鹽少許於豆豉，作麵條煮羹食之。

葷撥粥，治脾胃虛弱，心腹冷氣，疼痛妨悶，不能食。

葷撥一兩。胡椒一兩。桂五錢。

右三味爲末，每用三錢，水三大碗，入豉半合，同煮令熟，去滓。下米三合，作粥空服食之。

良薑粥，治心腹冷痛，積聚停飲。

高良薑半兩爲末。粳米三合。

右件水三大椀，煎高良薑至二椀，去滓，下米煮粥，食之效驗。

吳茱萸粥，治心腹冷氣，衝脇肋痛。

吳茱萸半兩，水洗去涎，焙乾炒爲末。

右件以米三合，一同作粥，空腹食之。

牛肉脯，治脾胃久冷，不思飲食。

牛肉五斤，去脂膜，切作大片。胡椒五錢。硝砂二錢。良薑二錢。

右件爲細末，生薑汁五合，葱汁一合，鹽四兩，同肉拌勻，淹二日，取出焙乾，作脯，任意食之。

蓮子粥，治心志不寧，補中强志，聰明耳目。

蓮子一升去心。

右件煮熟，研如泥，與粳米三合，作粥空腹食之。

雞頭粥，治精氣不足，强志明耳目。

雞頭實三合。

右件煮熟，研如泥，與粳米一合，煮粥食之。

雞頭羹，治十腫水病不瘥。

雞頭羹粉，治濕痺腰膝痛，除暴疾，益精氣，强心志，耳目聰明。

雞頭磨成粉。羊脊骨一付，帶肉熬取汁。

右件用生薑汁一合，入五味調和，空心食之。

桃仁粥，治心腹痛，上氣咳嗽，胷膈妨滿喘急。

桃仁三兩，湯煮熟去尖皮研。

右件取汁，和粳米同煮粥，空腹食之。

生地黃粥，治虛勞瘦弱骨蒸，寒熱往來，咳嗽唾血。

生地黃汁二合。

右件煮白粥臨熟時，入地黃汁攪勻，空腹食之。

鯽魚羹，治脾胃虛弱，泄痢久不瘥者，食之立效。

鯽魚二斤。大蒜兩塊。胡椒二錢。小椒二錢。陳皮二錢。硝砂二錢。葷撥二錢。

右件葱醬鹽料物蒜入魚肚內，煎熟作羹，五味調和令勻，空心食之。

炒黃麵，治泄痢腸胃不固。

白麵一斤，炒令焦黃。

右件，每日空心，温水調一匙頭。

乳餅麵，治脾胃虛弱，赤白泄痢。

乳餅一箇，切作豆子樣。

右件，用麵拌煮熟，空腹食之。

炙黃鷄，治脾胃虛弱下痢。

黃雌雞一隻掃淨。

右以鹽醬醋、茴香、小椒末同拌勻，刷雞上，令炭火炙乾焦，空腹食之。

牛妳子煎葷撥法，貞觀中，太宗苦於痢疾，衆醫不効。問左右能治愈者，當重賞。時有術士進此方，用牛妳子煎葷撥，服之立瘥。

猯肉羹，治水腫浮氣，腹脹，小便澀少。

猯肉一斤細切。葱一握。草果三箇。

右件用小椒、豆豉同煮爛熟，入粳米一合作羹，五味調勻，空腹食之。

黃鵓鷄，治腹中水癖水腫。

黃鵓鷄一隻掃淨。草果二錢。赤小豆一升。

右件同煮熟，空心食之。

青鴨羹，治十腫水病不瘥。

青頭鴨一隻退淨。草果五箇。

右件用赤小豆半升，入鴨腹內煮熟，五味調，空心食之。

蘿蔔粥，治消渴，舌焦口乾，小便數。

大蘿蔔五箇，煮熟絞取汁。

右件用粳米三合，同水并汁，煮粥食之。

野鷄羹，治消渴口乾，小便頻數。

野雞一隻掃淨。

右入五味，如常法作羹臛，食之。

鶉鴿羹，治消渴，飲水無度。

白鶉鴿一隻，切作大片。

右件用土蘇一同煮熟，空腹食之。

鷄子黃，治小便不通。

鷄子黃一枚生用。

右件服之，不過三服，熟亦可食。

葵菜羹，治小便癃閉不通。

葵菜葉不以多少，洗擇淨。

右煮作羹，入五味，空腹食之。

鯉魚湯，治消渴水腫，黃疸脚氣。

大鯉魚一頭。赤小豆一合。陳皮二錢去白。小椒二錢。草果二錢。

右件入五味，調和勻，煮熟，空腹食之。

馬齒菜粥，治脚氣，頭面水腫，心腹脹滿，小便淋瀝。

馬齒菜洗淨取汁。

右件和粳米同煮粥，空腹食之。

小麥粥，治消渴口乾。

小麥淘淨，不以多少。

右以煮粥，或炊作飯，空腹食之。

驢頭羹，治中風頭眩，手足無力，筋骨煩痛，言語蹇澀。

烏驢頭一枚，揭洗淨。胡椒二錢。草果二錢。

右件煮令爛熟，入豆豉汁中，五味調和，空腹食之。

驢肉湯，治風狂，憂愁不樂，安心氣。

烏驢肉，不以多少切。

右件於豆豉中爛煮熟，入五味，空心食之。

狐肉羹，治驚風癲痫，神情恍惚，言語錯謬，歌笑無度。

狐肉不以多少及五藏。

右件如常法，入五味煮令爛熟，空心食之。

熊肉羹，治諸風脚氣，痺痛不仁，五緩筋急。

熊肉一斤。

右件於豆豉中，入五味葱醬煮熟，空腹食之。

烏鷄酒，治中風，背强舌直，不得語，目睛不轉，煩熱。

烏雌雞一隻，揭洗淨去腸肚。

右件以酒五升煮，取酒二升，去滓，分作三服，相繼服之。汁盡無時，焚葱白生薑粥投之，蓋覆取汁。

羊肚羹，治諸中風。

羊肚一枚洗淨。粳米二合。葱白數莖。豉半合。蜀椒去目閉口者，炒出汗，三十粒。生薑二錢半細切。

右六味拌勻，入羊肚內，爛煮熟，五味調和，空心食之。

葛粉羹，治中風，心脾風熱，言語蹇澀，精神昏憒，手足不遂。

葛粉半斤，揭取粉四兩。荆芥穗一兩。豉二合。

右三味，先以水煮荆芥、豉六七沸，去滓取汁。次將葛粉作索麵，於汁中煮熟，空腹食之。

荆芥粥，治中風，言語蹇澀，精神昏憒，口面喎斜。

荆芥穗一兩。薄荷葉一兩。豉三合。白粟米二合。

右件以水四升，煮取三升去滓，下米煮粥，空腹食之。

麻子粥，治中風，五藏風熱，語言蹇澀，手足不遂，大腸滯澀。

冬麻子二兩，炒去皮研。白粟米三合。薄荷葉一兩。荆芥穗一兩。

右件水三升煮薄荷、荆芥，去滓取汁，入麻子仁，同煮粥，空腹食之。

惡實菜，即牛旁子，又名鼠粘子。

治中風，燥熱口乾，手足不遂，及皮膚熱瘡。

惡實菜葉嫩肥者。酥油。

右件以湯煮惡實葉三五升，取出，以新水淘過，布絞取汁，入五味、酥，點食之。

烏驢皮湯，治中風，手足不遂，骨節煩疼，心燥，口眼面喎斜。

烏驢皮一張，揭洗淨。

右件蒸熟，細切如條，於豉汁中入五味，調和勻煮過，空心食之。

羊頭膾，治中風，頭眩羸瘦，手足無力。

白羊頭一枚，揭洗淨。

右件蒸令爛熟，細切，以五味汁調和膾，空腹食之。

野猪臛，治久痔，野鷄病，下血不止，肛門腫滿。

野猪肉二斤，細切。

右件煮令爛熟，入五味，空心食之。

獺肝羹，治久痔，下血不止。

獺肝一付。

右件煮熟，入五味，空腹食之。

鯽魚羹，治久痔腸風，大便常有血。

大鯽魚一頭新鮮者，洗淨切作片。小椒二錢爲末。草果一錢爲末。

右件用葱三莖煮熟，入五味，空腹食之。

佚名《居家必用事類全集》庚集《飲食類》

庖厨雜用

大厨大料物，蕪荑仁、良薑、蓽撥、紅豆、砂仁、川椒、乾薑、炮官桂、蒔蘿、茴香、橘皮、杏仁、各等分爲末水浸，飣餅爲丸如彈。

調和省力物粉，馬芹、胡椒、茴香、乾薑、官桂、花椒各等分，碾爲末，滴水隨意丸，每用調和，撚破入鍋，出外者尤便。

造麥黃，六月內，取小麥淘去浮者水浸，烈日曬七日，每朝換水，至第七日漉出，控乾蒸熟，覆蓋盒黃上，曬乾造鮓用。

造榆錢，榆錢不拘多少曬乾，於磁器內鋪榆錢一層，撒鹽一層，如此相間。以漿水澆，候軟控起，用麵衮拌，覆蓋盒黃上，曬乾爲度。

佚名《居家必用事類全集》壬集《衛生》

養老奉親書

養老食治序，昔聖人詮置藥石，撩諸疾病者，以其五臟本於五行，五行有相生勝之理，榮衛本於陰陽，陰陽有逆順之理也。故萬物皆稟陰陽五行而生，有五色焉，有五味焉，有寒熱焉，有良毒焉。聖人取其色味冷熱良毒之性，歸之五行，處以爲藥，以治諸疾。順五行之氣者，以相生之物爲藥以養之。逆五行之氣者，以相勝之物爲藥以攻之。或瀉母以利子，或益子以補母，此用藥之奇法也。經曰：天地萬物之盜人，萬物之盜人，所以盜萬物爲資養之法。其水陸之物爲飲食者，不啻千品，其五色五味，冷熱補瀉之性，亦皆稟於陰陽五行。與藥無殊大體。用藥之法，以冷治熱，以熱治冷，實則瀉之，虛則補之，此用藥之大要也。人若能知其食性，調而用之，則倍勝於藥也。緣老人之性，皆厭於藥，而喜於食。治疾之宜用於患者，況是老人之疾，慎於吐痢，尤宜用食以治之。凡老人有患，宜先以食治，食治未愈，然後命藥，此養老人之大法也。是以善治病者，不如善慎疾，善治藥者，不如善治食。今以《食醫心鏡》、《養老食治方》，各開門目，用治諸疾，具列于左，爲人子者，宜留意焉。承奉郎前守泰州興化縣令陳直述。

食治養老益氣方第一

法製豬肚方，治老人補虛羸乏氣力。

獵豬肚二枚，洗如食法。人參半兩，去芦。乾薑二錢，炮裂挫。椒二錢去目，不開口者微炒。葱白七莖，去鬚切。糯米二合。

右件搗爲末，入米合和相得，入豬肚內縫合，勿令洩氣。以水五升於鎗內，微火煮令爛熟。空心服，放温服之，次煖酒一中盞飲之。

益氣牛乳方，牛乳最宜老人，性平，補血脉，益心，長肌肉，令人身體康强潤澤，茴目光悅，志不衰。故爲人子者常須供之，以爲常食，或爲乳餅，或作斷乳等，恒使恣意充足爲度，此物勝肉遠矣。

枸杞煎方，治老人頻遭病虛羸，不可平復，最宜服之。

生枸杞根經剉一斗，以水五斗煮，取一斗五升澄清。白羊脊骨一具剉碎。

右件藥以微火煎取五升，去滓，取入瓷合中。每服一合與酒一少盞合煖，每於食前温服。

法煮羊頭方，治老人五勞七傷虛損。

白羊頭蹄一付，草火燒令黃色，刮去灰塵。胡椒半兩。葷菱　乾薑各半兩。葱白豆豉各半升。

右件藥，先以水煮羊頭蹄半熟，內藥更煮令爛，去骨，空腹適性食之。日食一具，滿七具即止。禁生冷、醋滑、五辛、陳臭、豬鷄等七日。

煎豬肪方，治老人大虛羸困，極宜服。

豬肪未中水者半斤。

右入葱白一莖，於鎗內煎，令葱黃即止，候冷暖如身體，空腹，頓服之令盡，煖蓋覆臥，至日晡後。乃白粥調糜，過三日後，宜服羊肝羹。

羊肝羹方，羊肝一具去筋膜細切。羊脊嗉肉二條細切。枸杞根五斤剉，以水一斗五升煮，取四升去滓。麴末半兩。

右用枸杞汁煮前羊肝等令爛，入豉一小盞，葱白七莖切，以五味調和，作羹空腹，飽食之後，三日慎食，如上法。

油麵餺飥方，治老人補虛勞。

生胡麻油一斤。折粳米泔清一斤。

右二味以微火煎，盡泔清乃止，出貯之，取合鹽湯二合，將和麵作餺飥，煮令熟，入五味食之。

治眼目方第二

補肝豬肝羹方，治老人肝藏虛弱，遠視無力。

豬肝一具，細切去筋膜。葱白一握，去鬚切。鷄子二枚。

右以豉汁中煮作羹，臨熟打破鷄子，投在內食之。

又方：青羊肝一具細切，水煮熟，漉酒乾，以鹽醋調和食之。

又方，葱子半升，炒熟爲末，每用一匙，以水二大盞，煎取一盞，去滓，下米煮粥食之。

馬齒莧方，治老人青白翳，明目，除邪氣，利大腸，去寒熱。

馬齒實一斤。

右爲末，每服一匙煮，葱頭粥和攪食之。馬齒菜作煮粥嘆，並明目極佳。

烏鷄肝粥方，治老人肝藏氣虛眼暗。

烏鷄肝一具細切。

右以豉中和米，作羹粥食之。

蒼耳子粥方，治老人目暗不明。

蒼耳半兩。粳米半升。

右件搗蒼耳子爛，以水二升絞濾取汁，和米煮粥食之，或作散煎服亦佳。

蓮實粥方，治老人益耳目聰明，補中强志。

蓮實半兩去皮。糯米三合。

右先以水煮蓮實令熟，漉出，次入糯米煮粥，候熟，入蓮實攪令勻，熱食之。

竹葉粥方，治老人隔上，風熱頭目，赤痛目視瞋瞎。

竹葉五十片淨洗。石膏三兩。沙糖一兩。折粳米三合。

右以水三大盞煎石膏等二味，取二盞，去滓澄清用，煮粥熟，入沙糖食之。

食治耳聾耳鳴諸方第三

磁石豬腎羹方，治老人久患耳聾，養腎藏强骨氣。

磁石一斤杵碎，水淘去赤汁，綿裹。豬腎一對，去脂膜細切。

右以水五升煮磁石，取二升，去磁石，投腎，調和以葱豉薑椒作羹，空腹食之。作粥及入酒，並得磁石常用。

鹿腎粥方，治老人腎氣虛損耳聾。

鹿腎一對，去脂膜切。粳米三合。

右以豉汁中相和，煮作粥，入五味，如法調和，空腹食之，作羹及入酒皆可。

鯉魚腦髓粥方，治老人耳聾不瘥。

鯉魚腦髓　粳米三合。

右煮粥，以五味調和，空腹食之。

豬腎粥方，治老人腎臟氣憊耳聾。

豬腎一對去膜細切。葱白二莖去鬚切。

粳米二合，薤白七莖去鬚切。

右件藥末并米葱薤白着水下鍋中煮，候粥臨熟，入開中心下腎，莫攪動，慢火更煮良久，入五味，空腹服之。

食治五勞七傷諸方第四

暖腰壯陽道藥餅子方，治老人五勞七傷，下焦虛冷，小便遺精，宜食之。

附子二兩，炮製去皮臍。神麴三兩。桂心一兩。五味子一兩。乾薑二兩炮裂剉。

羊髓一兩。大棗二十枚煮去皮核。酥二兩。蜜四兩。白麵一升。黃牛乳一升半。肉蓯蓉一兩半酒浸宿，刮去皺皮炙乾。兔絲子一兩酒浸三日，曝乾爲末。漢椒半兩去目及閉口者微炒去汗。

右爲末入麵，以酥蜜髓乳相和，入棗瓤，熟搜於盤中蓋覆，勿令通風。半日久即將出，更搜令熟，擀作胡餅，大麵上以筋子琢之，即入爐燉中上下以火煨令熟。每日空腹食一所。一方入酵和更佳。

鵪鶉粥方，治老人五勞七傷，益下元壯氣海，服經月餘，肌肉充盛，老成年少，並宜服食。

黃鵪鶉一隻，去毛藏腹。生薑蔹一兩切。阿魏少許煉過。粳米一合淘入。肉蓯蓉一兩酒浸一宿，刮去皺皮切。

右以上先將鶉爛煮，擘骨取汁，下米及鶉肉蓯蓉等，都煮粥，入五味，空心食之。

羊腎蓯蓉羹方，治五勞七傷，陽氣衰弱，腰腳無力宜食。

羊腎一對，去筋膜脂細切。肉蓯蓉一兩，酒浸二宿，刮去皺皮細切。

右件藥和作羹，若葱白鹽五味末，一如常法，空腹服之。

食治老人虛損羸瘦方第五

雀兒粥方，治老人臟腑虛損羸瘦，陽氣乏弱。

雀兒五隻，治如食法，細切。粟米一合。葱白三莖切。

右先將雀兒炒肉，次入酒一合，煮少時，入水一大盞半，下米煮作粥，欲熟下葱白五味等，候熟空心服之。

骨汁煮餅方，治老人虛損羸瘦，下焦久冷，眼昏耳聾。

大羊尾骨一條以水五盞煮，取汁二大盞五分。菊白三莖去鬚切。人參一分去芦爲末。防風一分去芦爲末。荆芥一握。麵三兩。羊肉四兩細切。

右件藥都用骨汁煮五七沸，去滓，用汁少許，後搜麵作索餅，却於汁中與羊肉煮，入五味，空腹服之。

羊肉粥方，治老人虛損羸瘦，助陽壯筋骨。

羊肉二斤。黃耆一兩生剉。人參一兩去芦。白茯苓一兩。棗五枚。粳米二合。
右件藥先將肉去脂皮，取精者肉留四兩細切，餘一斤十二兩，以水五大盞，并黃耆等煎取汁三盞，去滓。入米煮粥，臨熟下切了生肉更煮，入五味調和，空心食之。

鷄子索餅方，治老人虛損羸瘦，令人肥白光澤。
鷄子四兩。鷄子四兩。白羊肉四兩炒作臛。白麵四兩。
右件以雞子清搜麵作索餅，於豉汁中煮令熟，入五味和臛，空腹食之。

石英水磁石粥方，治老人腎氣損陰萎固，痺風濕股節痛，不可持物。
白石英二十兩。磁石三十兩並搥碎。
右件藥以水二斗器中浸，於露地安置，夜則揭蓋，令得星月氣。每日取水作羹粥及煎茶湯吃皆用之。用却一升即添一升，服經年諸風並瘥，氣力强盛，顏如童子。

食治老人脾胃氣弱方第六

羊肉索餅子，治老人脾胃虛弱，不多食，四肢困乏黃瘦。
白羊肉四兩。白麵六兩。生薑汁一合。
右以薑汁搜麵，肉切作臛頭，下五味椒蔥，煮熟，空心食之。日一服，如常作蓋准。

藿菜羹方，治老人脾胃氣弱，飲食不多，羸乏少力。
藿菜四兩切之。鯽魚肉五兩。
右煮作羹，下五味椒薑，并調少麵，空心食之。常以三五日服，極補益。

釀豬肚方，治老人脾胃氣弱，不能飲食，多困無力。
豬肚一枚，肥者淨洗之。人參末半兩。橘皮末半兩。豬脾一枚細切。飯半碗。葱白半握。
右總內豬肚中相和，以椒醬五味，訖縫口，合蒸之，令爛熟切，空心漸食之。能作三兩劑兼補勞。

雞子餺飥方，治老人脾胃氣弱，不多進食，行步無力，黃瘦氣微，見食即欲吐。
雞子三枚。白麵五兩。白羊肉五兩作臛頭。
右件以雞子白搜麵，如常法作之，以五味煮熟，空心食之，日一服。常作極補虛。

麵末索餅子方，治老人脾胃虛弱，食不消化，羸瘦，舉動無力多卧。
麵末三兩搗如麵。白麵五兩。生薑三兩。白羊肉三兩，作臛頭。
右以薑汁搜麵末，和麵作之，加羊肉臛頭，及下醬椒五味。煮熟空心食之，日一服，常服充益。

羊脊骨粥方，治老人脾胃氣弱勞損，不下食。
羊脊骨一具，肥者搥碎。青粱米四合淘淨。
右以水五升煎取二升汁，下米煮作粥，空心食之，可下五味，常服。其功難及甚効。

粟米粥方，治老人脾胃虛弱，嘔吐不下食，漸加羸瘦。
粟米四合淨淘。白麵四兩。
右以粟米拌麵令勻，煮作粥，空心食之，一日二服，極養腎氣和胃。

黃雌鷄餛飩方，治老人脾胃氣弱，不多食，痿瘦。
黃雌雞肉五兩。白麵七兩。葱白二合切細。
右以切肉作餛飩，下醬枏，五味調和，煮熟，空心食之，日一服，皆益臟腑悅澤顏色。

食治老人瀉痢諸方第七

魚熟膾方，治老人脾胃氣冷，痢白濃涕，腰脊疼痛，瘦弱無力，宜食。
鯽魚肉九兩切作膾。豉汁七合。乾薑末半兩。橘皮末半兩。
右以椒醬五味調和，豉汁沸即下鱠魚，煮熟，下二味。空心食之，日一服，其効尤蓋。

赤石脂餺飥方，治老人腸胃冷氣，痢下不止。
赤石脂五兩，碎薾如麵。白麵六兩。
右以赤石脂末如麵搜作餅，煮熟，下葱醬五味臛頭，空心食之，三四服皆愈。

黃雌雞炙方，治老人脾胃氣冷，腸數痢。
黃雌雞一隻如常法。
右五味椒醬刷，炙之令熟，空心漸食之，亦甚補益臟腑。

甘草湯方，治老人冷熱不調，下痢赤白，腹痛不止。
甘草一兩切熬。生薑一兩刮去皮切。烏豆一合。
右以水一升煎取七合，去滓，空心服之，不過三兩服愈。

薤白粥方，治老人腸胃虛冷，泄痢，水穀不止。

薤白一升細切。粳米四合。葱白三合細切。

右相和作羹，下五味椒醬薑，空心食，常服之効。

麵末粥方，治老人脾虛氣弱，食不消化，泄痢無定。

神麵二兩炙，搗羅爲末。青粱米四合淨淘。

右相和煮作粥，空心食之，常三五服，温中極愈。

車前子飲，治老人赤白痢，日夜無度，煩熱不止。

車前子五合綿裹，用水二升煎取一升半汁。青粱米三合。

右取前汁煮作飲，空心食之，日二服，瘥除熱毒。

食治老人煩渴熱諸方第八

枸杞飲方，治老人煩渴口乾，骨節煩熱。

枸杞根白皮一升。小麥一升淨淘。粳米三合研。

右以水一斗煮三味，取七升汁，下米作飲，渴漸服之，極愈。

大麥湯方，老人煩渴不止，飲水不定，轉渴舌捲乾焦。

寒食殘大麥二升。赤餳二合。

右以水七升煎，取五升，去滓下餳調之，渴即服愈。

黄雌雞羹方，治老人煩渴，小便黄色，無力。

黄雌雞一隻如常法。粳米二合淘淨。葱白一握。

右切雞和煮作羹，下五味，少着鹽，空心食之，漸進常効。

猪肚方，治老人消渴熱中，飲水不止，小便無度煩熱。

猪肚一具肥者淨洗之。葱白一握。豉五合綿裹。

右煮令爛熟，下五味調和，空心切漸食之，渴即飲汁，亦治勞熱。

兔頭飲方，治老人煩渴，飲水不足，日漸羸瘦困弱。

兔頭一枚淨洗之。豉心五合綿裹。

右以水七升，煮取五升汁，渴即漸飲之，最効。

青豆湯，治老人消渴熱中，飲水無度，常若不足。

青豆二斤淨淘。

右煮令爛熟，空心食之，渴即飲汁，或作粥食任性，益佳。

冬瓜羹方，治老人消渴煩熱，心神狂亂，躁悶不安。

冬瓜二斤去皮。豉心二合綿裹。葱白半握。

右以和煮作羹，下五味調和，空心食之，常作粥尤佳。

鹿頭方，治老人消渴，諸藥不瘥，黄瘦力弱。

鹿頭一枚，炮去毛，淨洗之。

右煮令爛熟切，空心日以五味食之，並服汁極妙。

食治老人水氣諸方第九

鯉魚膾方，治老人水氣病，身體腫悶，滿氣急，不能食，皮膚欲裂，四肢常疼，不可屈伸。

鯉魚肉十兩。葱白一握。麻子一升熬細研。

右以水濾麻子汁，和煮作膾，下五味椒薑調和，空心時漸漸食之，常服尤佳。

水牛肉方，治老人水氣病，四肢腫悶泥重，喘息不安。

水牛肉一斤，鮮肥者。

右蒸令極熟，空心，切以薑醋五味漸食之，任性爲益。

麻子粥方，治老人水氣腫滿，身體疼痛不能食。

冬麻子一升熬研濾取汁。鯉魚肉一兩切。

右取麻子汁下米四合，和魚煮作粥，以五味葱椒，空心食，日一服，頻作皆愈。

赤豆方，治老人水氣脹悶，手足煩瘁氣急煩懣。

赤小豆三升淘淨。樟柳根白者切一升。

右和豆煮爛熟，空心常食豆，渴即飲汁，勿別雜食，服三二服立効。

郁李仁粥方，治老人水氣，面腫腹脹，喘乏不安，轉動不安，手足不仁，身體重困或疼痛。

郁李仁二兩研以水濾取汁。薏苡仁五合淘。

右以煎汁作粥，空心食之，日二服，常服極効。

赤白皮飲，治老人水氣，面目虛腫，足跋脹滿風急。

桑白皮切一升以煎取三以半乾。青粱米四合研。

右以桑汁煮作飲，空心漸食，常服尤佳。

大豆方，治老人水氣腫滿，手足俱脹，心煩滿悶無力。

大豆二升。白术二兩。鯉魚肉一斤。

右以水和煮，令豆爛熟，空心常食之，魚豆，飲其汁，尤佳。

食治喘嗽諸方第十

豬頤酒方，治老人上氣急喘息，不得坐卧不安。

豬頤三具細切。青州棗三十枚。

右以酒三升浸之，若秋冬三五日，春夏一二日，密封，頭以布絞去滓，空心溫，任性漸服之，極驗，忌鹹熱。

棗煎，治老人上氣氣急，胸膈逆滿，食飲不下。

青州棗三十枚大者去核。土蘇三兩。餳二合。

右相和微火温令消，即下棗攪之相和，以微火煎令蘇，餳泣盡即止。每食上即嚥一二枚，漸漸咽汁爲佳，忌鹹熱炙肉。

薑糖煎方，治老人上氣咳嗽，喘息氣急，煩熱不下食，食即吐逆腹脹滿。

生薑汁五兩。沃糖四兩。

右相和微火温之，一二十沸即止，每度含半匙，漸漸下汁。

桃仁煎方，治老人上氣熱咳嗽，引心腹痛滿悶。

桃仁二兩去皮尖熬末。赤餳四合。

右相和微煎三五沸即止，空心每度含少許，漸漸咽汁尤益。

食治脚氣諸方第十一

豬肚生方，治老人脚氣，煩熱脚腫，入膝滿悶。

豬肚一枚，細切作生肥者。

右以水洗布絞令乾，以蒜醋椒醬五味，空心常食之，亦治熱勞，補益効。

鯉魚臛方，治老人脚氣，逆心悶煩燥，心神狂誤。

鯉魚一斤取肉。蓴菜四兩。粳米二合研。

右切以蔥白一握，相和煮臛，下五味椒薑調和，空心食之。常服佳，亦治水氣。

麻子粥方，治老人脚氣煩悶，或吐逆不下食，瘁弱。

麻子一升，熬研水濾取汁。粳米四合淨淘。

右以麻子汁作粥，空心食之，日一服尤益，亦中治冷氣。

烏雞羹方，治老人脚氣攻心煩滿，胸腹脹滿。

烏雞一隻，治如常法。米二合研。

右煮令熟，空心切作五味，作羹常食之爲佳。

豬腎粥，治老人脚氣煩瘁，緩弱不隨，行履不能。

豬腎一以去臊細切。粳米四合。蔥白半握。

右和煮作粥，下五味椒薑，空心食之，日一服最驗。

豉心酒方，治老人脚氣瘁弱，五緩六急，煩躁不安。

豉心一升九蒸八九晒爲佳。酒三升。

右以酒浸一二日，空心任性温服三盞，極効。

食治諸淋方第十二

青豆方，治老人淋煩熱，小便莖中痛澁，少不快利。

青豆二升。橘皮二兩。麻子汁一升。

右煮豆臨熟，即下麻子汁，空心漸食之，併服其汁，皆驗。

小麥湯方，治老人五淋久不止，身體壯熱，小便滿悶。

小麥一升。通草二兩。

右以水煮取三升去滓，漸漸食之，須臾即瘥。

酥(密)[蜜]煎方，治老人淋病，小便長澁不利，痛悶極。

藕汁五合。白蜜五合。生地黃汁一升。

右相和微火煎之，令如餳，空心含半匙，漸漸下汁食了亦服，忌熱食炙肉。

蘇粥方，治老人五淋燥痛，小便不多，秘澁不通。

土蘇二兩。青粱米四合淘淨。漿水二升。

右煮作粥，臨熟下蘇攪之，空心食之，日一服尤佳。

車前子飲，治老人淋病，小便下血，身體熱盛。

車前子五合，綿裹水煮取汁。青粱米四合淘研。

右煮煎汁作飲，空心食之，常服亦明目去熱毒。

食治噎塞諸方第十三

羊肉索餅方，治老人胃膈妨塞，食飲不下，漸黃瘦，行無力劣弱。

羊肉白者四兩，切作臛頭。白麵六兩。橘皮末一分。

右揭薑汁搜麵，作之如常，肉下五味蔥椒橘皮末等，炒煮熟，空心食之，日一服，極肥健，温臟腑。

黃雌雞餺飥方，治老人噎病，食不通，胃脇滿悶。

黃雌雞四兩作臛頭。白麵六兩。茯苓末

右和茯苓末搜麵作之，豉汁中煮，空心食之，常作三五服，極除冷氣噎。

蘇蜜煎方，治老人噎病，氣塞食，不通吐逆。

土蘇二兩。白蜜五合。生薑汁五合。

右相和微火煎之令調，空心服半匙，細細下汁尤効。

食治冷氣諸方第十四

桃仁粥方，治老人冷氣，心痛無時，往往發動不能食。

桃仁二兩，去皮尖研水淘取。青粱米四合淘淅。

右以桃仁汁煮作粥，空心食之，常服除冷温中。

茱萸飲方，治老人冷氣，心痛不止，腹脹滿悶，坐臥不得。

茱萸末二分。青粱米一合研細。

右以水二升煎茱萸末，取一升，便下米煮作飲，空心食之，一一服尤佳。

椒麵餺飥方，治老人冷氣心痛嘔，不多下食，頓悶。

蜀椒一兩去目，及閉口者焙乾爲末篩。白麵五兩。蔥白三莖切。

右以椒末和麵搜作之，水煮，下五味調和食之，常三五服極効尤佳。

食治諸痔方第十五

鯉魚鱠方，治老人痔下血久不瘥，漸加黄瘦無力。

鯉魚肉十兩，切作膾如常法。

右以蒜醋五味，空心恒食之，日一服極瘥，忌鮓甜食。

野猪肉羹方，治老人五痔久不愈，生瘡疼。

野猪肉一斤細切。蔥白二握。米二合細研。

右煮作羹，下五味調和椒薑，空心漸食之，常作極効。

鮎魚方，治老人五痔血下無瘡，肛門腫痛漸瘦。

鮎魚肉一斤。蔥白半把。

右以白水煮令熟，空心以蒜醋五味漸漸食之，常作尤佳。

食治諸風方第十六

麻子飲方，治老人中風，汗出，四肢煩痺，言語不利。

麻子五合熬細研水濾取汁。粳米四合，净淘研之。

煮飲食之。

大豆酒方，治老人卒中風，口噤，身體反張，不語。

大豆二斤熬之。清酒二升。

右熬豆令聲絶，即下酒投之，煮一二沸去滓，頓服之，覆臥。取汁差口禁拗灌之。陰證急傷寒，服此神効。

白羊頭方，治老人中風，心神昏昧，行即欲倒，嘔吐。

白羊頭一具，治如常法。

右以空心，用薑醋漸食之爲佳。

烏雞臛方，治老人中風煩熱，言語澁悶，手足熱。

烏雞半斤細切。麻子汁五合。蔥白一把。

右煮作臛，次下麻汁，五味薑椒，令熟，空心食之補益。

蒜煎，治老人中風，邪毒臟腑擁塞，手足緩弱。

大蒜一斤去皮細切。大豆黄炒二斤。

右以水一升和二味，微火煎之，似稠即止，空心每服食噉三二匙，亦補腎氣。

右以絹袋盛之，以酒一斗浸之五六日，任性空心温服，常服二三盞，恒作之尤佳。

補腎地黄酒，治老人風濕痺筋攣骨痛，澗皮毛，益氣力，補虚乏，止毒除面，皴宜服。

生地黄一斤切。大豆二升熬之。生牛蒡根一升切。

鷹脂酒方，治老人風攣，拘急偏枯，不通利。

鷹脂五兩，消之令散。

右每日空心温酒一盞，下脂半合許，調頓服之，常益。

巨勝酒方，治老人風虚痺弱，西肢無力，腰膝疼痛。

巨勝二斤熬。薏苡仁二升。乾地黄半升切。

右以絹袋貯，無灰酒一斗漬之，勿令洩氣，滿五六日，任性空心温服一二盞，尤蓋。

蒼耳茶方，治老人風冷痺筋脉緩急。

蒼耳子一升，熬搗爲末。

右每日煎服之代茶，常服極治風熱明目。

槐茶方，治老人熱風下血，明目益氣除邪，治齒疼，利臟腑氣，宜食之。

槐葉嫩者五斤，蒸令熟爲片，曬乾作茶，搗羅爲末。

右每日煎如茶法，服之恒，益除風尤佳。

劉基《多能鄙事》卷四《飲食類・老人飲食療疾方》

製猪肚補老人虚羸乏氣方

猪肚二枚洗如常法。人參去蘆半兩。糯米二合。乾薑二錢炮。川椒去目及不開者二錢微炒。葱白七莖去鬚。

右諸藥搗細末，入米和合，入猪肚中縫合。水五升，鐺中慢火煮熟，空心食

已，飲酒一盃。

枸杞煎治老人虛弱

生枸杞根細剉一斗，以水五斗煮取一斗五升，澄清。白羊脊骨一具，剉碎煮去滓。右用枸杞汁煮羊骨，水縮至五升乃濾去骨，以磁瓶合盛，每用一合，食前温酒一盞調服。

製羊頭治老人勞傷虛損

白羊頭蹄一具，草火燒令黃色，刮去皮。胡椒　蕤茇各半兩。乾生薑半兩。葱白切　豉各半升。

右用水先煮頭蹄，半熟入藥，更煮令爛去骨。空腹適性食之，日一具，滿七具止。禁生冷醋滑五辛、猪鷄陳臭物七日。

煎猪肪治老人虛羸困乏

右用猪肪半斤，入白葱一莖，煎令葱黃即止，候冷温如入饑，空腹頓服令盡，煖蓋覆卧，至日晡後，乃食白粥調之。過三日後，服羊肝羹。

羊肝羹方

羊肝一具去筋膜細切。羊脊膗肉二條細切。麴末半兩。枸杞根五斤剉，水一斗五升煮取四升，去滓。

右用枸杞汁，肝肉令爛，入豉一小盞，葱白七莖切碎，以五味調和作羹，空腹食令飽，三日止，愼食如上。

油麵餺飥治老人虛勞

生胡麻油一斤。粳米泔一升清者。

右以微火煎盡泔清乃止，出貯之。取合鹽湯和麵，作餺飥食之。

猪肝羹治肝藏虛弱不能遠視

猪肝一具細切，去筋膜膽。鷄子三個。葱白一握去鬚細切。

右用豉汁煮作羹，臨熟下鷄子食之。

羊肝粥

羊肝一具去筋膜細切。葱子半升，炒熟爲末。

右先用水煮葱子熟去滓，更入水，下米煮粥食之。

馬齒實粥治老人青白翳常服明目

馬齒實一升爲末，每用一匙，煮葱豉粥攪和食之。

馬齒菜作羹食，亦能明目。

烏鷄肝粥治老人肝虛目暗

右以烏鷄肝一具細切，用豉汁和米作羹粥食之。

蒼耳子粥治老人目暗

右以蒼耳子半兩搗爛，用水二升絞，濾取淨汁，和粳米半升，煮粥當服。

蓮子粥益心神明目聰耳

蓮實半兩去殼。糯米三合。

右先以水煮蓮實熟漉出，次入糯米煮粥，候熟入蓮實，攪令勻，熱食之。

竹葉粥治老人膈上風熱，目赤頭疼，視不見物。

竹葉五十片淨洗。石膏三兩。沙糖一兩。粳米三合。

右以水三大盞煎石膏竹葉，去滓，取二盞澄清煮粥，熟入糖食之。

磁石猪腎羹治老人耳聾

磁石一斤搗碎，水淘去赤汁綿裹，猪腎一對去筋膜細切。

右以水五升煮磁石，取二升去石入腎，以葱豉薑椒鹽酒調和，作羹空腹食，作粥亦可。

鹿腎粥治老人腎氣虛損耳聾

鹿腎一對去筋膜細切。粳米三合。

右以豉汁煮作粥，入五味和，空腹食之，或羹或酒皆可。

鯉腦粥治老人耳聾

鯉腦　粳米三合。

右以五味和作粥，空腹食之。

猪腎粥治老人虛耳

猪腎一對去膜細切。葱白二根去鬚切。人參二分去蘆爲末。防風一分去芦爲末。粳米二合。蓯白七莖去鬚切。

右先以米及藥物拌和下鍋煮，候粥熟入開，中心下腎，莫動，慢火煮良久，入五味，空腹服之。

壯陽煖下治五勞七傷遺精數溺

附子一兩，炮去皮臍。神麯三兩。乾薑三兩炮。五味子一兩。肉蓯蓉一兩酒浸一宿，刮去鱗皮炙乾。酥二兩。川椒半兩去目及閉口者微炒出汁。兔絲子一兩，酒浸二宿，曝乾爲末。羊髓三兩。黃牛乳一升。蜜四兩。白麵一升。

右以藥作細末入麵，用酥髓蜜乳相和，入甑熟搜於盆中，蓋覆之，勿令通風。半日頃即取出，再搜令熟，捍作胡餅，麵上以筯琢之，即入爐鐵中，上下以火煿熟。每日空腹食一枚，一方入酵和更佳。

雌鷄粥治老人五勞七傷，益下元，壯氣海，年少虛損者亦宜服。

黃雌鷄一隻去毛藏。生薑擣一兩。粳米二合。肉蓯蓉酒浸一宿去皺皮。阿魏少許煨。

右先將鷄爛煮，去骨取汁，下米及肉藥同煮，下五味，空腹食之。

羊腎粥治腎虛少食多卧。

羊腎一對去筋膜脂細切。肉蓯蓉一兩酒浸一宿，刮去皺皮細切。

右件藥和作羹，着葱白鹽五味末，一如常法，空腹服之。

羊脊骨粥治老人胃弱，不進飲食。

羊脊骨一具搥碎。青粱米四合。

以水五升煎骨，取汁二升下米煮粥，空腹常食甚効。

粟米粥治老人胃弱，嘔吐不下食，漸瘦。

以粟米四合淘淨，白麵四兩和勻，作粥空心食，一日一食。

黃雞餛飩治老人胃弱，不進飲食，痿瘦。

黃雌雞肉五兩。白麵七兩。葱白切細二合。

右同作餛飩，如常法煮食。

鯽魚粥治老人胃氣不和冷痢。

鯽魚熟膾治老人胃氣不和冷痢。

鯽魚肉九兩切作膾。豉汁七合。乾薑末　橘皮末各半兩。

以五味椒醬調和，豉汁沸即下魚煮熟，下二味，空心食，一日一食。

石脂餛飩治老人虛冷氣痢。

石脂五兩水飛。白麵六兩。

赤石脂五兩水飛。白麵六兩。

右合和作之，煮熟下葱醬五味臛頭，空心食三四遍即愈。

雌雞炙治老人脾胃虛冷下痢。

以黃雌雞一隻净如常法，以五味椒醬刷炙令熟，空心漸食，極補臟腑。

甘草湯治老人冷熱不調，下痢赤白，腹痛。

甘草一兩。生薑一兩。烏豆一合。

右剉碎，以水一升煎取七合，去滓空心服，不過三服愈。

薤白粥治老人胃冷泄洩，不分水穀。

薤白細切一升。粳米四合。葱白細切三合。

羊肉四兩。白麵六兩。生薑汁二合。

取一升則加新水一升，服之經年，氣力强盛。顏如童子。

和作羹，下五味椒醬薑，空腹常食之。

麴米粥治老人脾虛，食不消化，泄痢不定。

神麴炙搗末二兩。青粱米四合。

和作粥，空心食之，常服溫中極佳。

車前子五合綿包，以水二升煎汁一升半。青粱米三合。

右汁煮米作飯，空心食，每日二服。

枸杞飲治老人煩渴口乾。

枸杞根白皮一升。小麥一升。粳米三合研。

以水一斗煮前二味，取汁七升，下米作飲，渴即服之。

大麥湯治老人煩渴。

寒食殘大麥一升。赤餳二合。

以水七升煎取五升，去滓，下餳調之，渴即服。

黃鷄羹治老人煩渴，小便黃無力。

黃雌鷄一隻治如常。粳米二合。葱白一握。

項同煮作羹，下五味以着鹽，空心食之。

軟猪肚治老人消渴熱中，飲水不止，小便無度。

猪肚一具淨洗。葱白一握。豉五合綿包。

煮爛，下五味調和，空心切漸食之，渴飲汁，亦治勞熱。

兔頭飲治老人煩渴，飲水不足，日漸羸困。

兔頭　一箇洗淨。豉心五合綿包。

以水七升煮取五升汁，渴即飲之。

冬瓜羹治老人煩熱躁悶。

冬瓜半箇去皮。豉心二合綿包。葱白半握。

煮作羹，下五味調和，當食，作粥尤佳。

煮鹿頭治老人消渴

以鹿頭一箇燎去毛，刮淨洗，煮爛，和五味，空心食，以汁嚥之極妙。

鯉魚膾治老人水氣病腫脹，氣急不食，皮膚滿，四肢痛不可屈伸。

鯉魚肉十兩。葱白一握。麻子一升細研。

以水濾麻子汁，和煮作膾，入五味椒薑調和，腹空時，徐徐食之。

煮水牛肉治老人水氣病，四肢腫懣，喘息不寧。

以水牛肉鮮肥者，蒸令極熟，空心，切以薑醋五味調和，任意食之。

麻子粥治老人水氣腫滿，肢體疼痛。

冬麻子一升熬研濾汁。鯉魚肉七兩切。

取麻子汁下米四合，和魚煮作粥，以五味葱椒，空心食。

煮赤豆，治老人水腫急脹。

赤小豆三升淘淨。白樟柳根細切一升。

和煮爛，空心常食，渴即飲汁，勿雜食別物，三服取效。

郁李仁粥治老人水氣，面腫腹脹氣喘，身困或疼。

郁李仁二兩研水濾取汁。薏苡仁五合。

以汁作粥，空心食，日再服。

桑白皮飲治老人水氣面目浮腫，足跋脹滿，喘急。

桑白皮切一升，以水五升煮，取汁三升半。青粱米四合研細。

以汁煮末作飲常服。

鯉魚煮豆，治老人水腫手足俱脹。

大豆二升。白朮一兩。鯉魚肉一斤。

以水煮令豆爛熟，空心常食，以汁嚥之。

猪胰酒治老人上氣喘急，坐卧不安。

猪胰三具細切。大栗三十枚。

以酒三升浸，秋冬三日，夏一日，春二日，蜜封以布絞去滓，空心温服，忌鹹熱。

棗煎治老人上氣喘急，胸滿，飲食不下。

大棗三十枚去核。土蘇三兩。餳二合。

相和以微火温令消，即下棗攪之相和，以微火煎，令蘇餳泣盡即止。每食上即噉一二枚，漸漸咽汁，忌鹹熱炙肉。

薑糖煎治老人上氣咳嗽，氣急煩熱，不下食，食即嘔逆，腹内脹滿。

生薑汁五合。砂糖四兩。

相和，微火煎一二十沸止，每含半匙，漸漸咽之。

桃仁煎治老人上氣熱咳嗽引心，腹痛。

桃仁二兩去皮尖妙末。赤餳四合。

相和，微火煎三五沸即止，空心每含半匙，徐徐嚥汁。

豬肚生治老人脚氣，煩熱脚腫，入膝滿悶。

豬肚一枚細切作生。

用水洗，布絞令乾，以蒜醋椒醬五味，空心常食之，亦治熱勞。

鯉魚膾治老人脚氣，逆心煩燥。

鯉魚肉一斤。蕓菜四兩。粳米三合研。

以葱白一握相和煎膾，下五味椒薑調和，空心常食，亦治水氣。

麻子粥治老人脚氣，煩悶或吐逆痺弱。

麻子一升炒研，水濾取汁。粳米四合。

用麻子汁作粥，空心食，日二服。

豬賢粥治老人脚氣痺弱，不能行步。

豬腎一隻去膜細切。粳米四合。葱白半握切。

和煮作粥，下五味椒薑，空心食服。

烏雞羹治老人脚氣攻心，胸腹脹滿。

烏骨雞一隻治如常，葱白一握細切，米二合研，和五味，煮熟作羹常食。

豉心酒治老人脚氣痺弱，煩躁不安。

豉心三升九蒸九曬，酒五升，同浸二日，空心任意温服三盞。

青豆治老人熱淋痛澁

青豆二升。橘皮二兩。麻子汁二升。

以水煮上項熟，却不麻汁，空心漸食，併飲其汁。

小麥易治老人五淋身熱腹滿。

以小麥一升，通草二兩，水三升，煮一升去滓，漸漸服即愈。

酥蜜煎治老人淋病小便痛澁。

藕汁五合。白蜜五合。生地黄汁一升。

以和，微火煎之令如餳，空心含半匙，漸漸嚥之，忌熱及炙物。

蘇粥治老人五淋燥痛，小便不通。

以青粱米四合煮作粥，臨熟下土蘇二兩，空心服。

車前飲治老人淋病，小便下血身熱。

車前子五合綿包，水煮取汁。青粱米四合研。

汁煮米作飲，空心食，亦明目去熱毒。

羊肉索餅治老人胸膈痞塞，食飲不下。

羊肉四兩切作臛。白麵六兩。橘皮末一分。

以薑汁搜麵作如常，入五味葱椒鹽薑豉，日一食大効。

黄雞餬飥治老人噎病，食不下胸滿。

黄雌雞四兩切作臛。白麵六兩。茯苓末二兩。

以茯苓末搜麵作之，豉汁中煮，空腹食之。

蒜前治老人中風毒，臟腑悶寒，手足軟弱。

大蒜一升去皮細切。大豆黄二斤炒。

以水一升和，微火煎稠即止，空心，每服二三匙，亦補腎氣。

補腎地黄酒

生地黄切一升。大豆炒二升。生牛蒡根切一升。

以絹袋盛，以酒一斗浸之五六日，空心温服，任意多少，勿太醉則無益。

鴈脂酒治老人風痰，偏枯不利。

以鴈脂五兩熬化，每日空心温酒化，半合服。

巨勝酒治老人風痺虚弱，四肢乏力，骨節疼痛。

巨勝一升炒，薏苡仁二升，乾地黄切半升切。

以絹袋盛，無灰酒一斗漬之，勿令洩氣，滿七日，空心任意温服之。

蒼耳茶治老人風痺筋脉緩急。

以蒼耳子一升，炒爲細末，入茶同煎，每日常服。

槐茶治老人熱風下血，兼治齒疼，明目益氣。

以鰻鱓魚治如常，切作片炙熟，着椒鹽醬調和，空腹食。

鼠粥治水蟲腹脹身腫

用肥鼠一枚剥去皮，細切，入粳米四合煮粥，空心服一二度即瘥。

黄雞炙治脾胃氣虚腸滑下痢

以黄雌雞一隻治净，炭火炙槌過，以鹽醋刷，又炙令熟燥，空腹食之。

雌雞麵治赤白痢不下食

用肥雌雞一隻，細斫作臛，煮汁作麵或餛飩，空心食。

酥蜜煎治老人氣噎吐逆不能食。

以土蘇二兩，白蜜、生薑汁各五合和，微火煮稠，空心服半匙，細嚥之。

桃仁粥治老人冷氣心痛不食。

以桃仁二兩去皮尖，研水解，濾取汁，入青粱米四合煮粥，空心食之。

茱萸飲治老人冷氣心痛，腹脇脹滿。
用茱萸末二分，以水二升煎取一升，外將青粱米一合研碎，入作飲，日進三服。

椒麵餺飥治老人冷氣心痛，嘔吐不下食，煩悶。
以川椒末一兩，和白麵五兩搜，水煮，入葱白三莖切，下五味調和食之。

鯉魚膾治老人病痔下血。
用鯉肉十兩，切膾如常，入蒜醋五味。每日空心食之，忌鮓及甜食。

野猪羹治老人五痔。
以野猪肉一斤細切，粳米二合，研煮作羹，以葱白切，五味調椒薑，空腹食之。

鮎魚湯治五痔下血。
用鮎魚肉一斤，葱白半把同煮，空腹，以蒜醋徐徐食之。

麻子飲治老人中風頑痺。
以麻子五合炒研細，水淘取汁，入粳米四合煮作飲，常時服之。

大豆酒治中風口噤身體反脹
用大豆二升炒令聲絶即以清酒二升投之候一二沸去滓頓服覆卧汁出即瘥口噤者拗開灌之亦能治陰證急傷寒服之神効。

烏雞臛治老人冷氣心痛，腹脹胸滿，坐卧不寧。
烏骨鷄半斤細切。麻子汁五合。葱白半握。
煮作臛，次下麻子汁、五味薑椒，空心食之。

雞腸酒治小便數
以雞腸一具洗治如法，剉碎，炒作臛，以酒着椒葱五味，食之。

鴨粥治十腫水氣不差垂死。
用青頭鴨一隻治如法，細切，煮極熟，入粳米加五味，作粥食。

釀蒸鴨治水氣脹滿浮腫，小便澁少。
以白鴨一隻去内外洗净，用饋飯半斤，加薑椒葱釀腹中，縫定，爛蒸熟，食之。

野雞餛飩治脾胃氣虚，下痢日夜不止。
以野雞一隻，治如食法。細研，入橘皮末、椒鹽葱醬調和，以麵作餛飩，熟煮食之。

野雞湯治消渴，飲水不知足。
以野雞一隻治如法，入五味，煮令極熟。取汁二升半，渴即飲，併其肉食之。

白鴿煎治消渴，飲水不知足。
以白花鴿一隻治如法，切作小塊，以土蘇煎，含而嚥其汁。

鴛鴦羹治五痔瘻瘡
以鴛鴦一隻治如法，細切煮極熟，如五味，入醋作羹，空腹食。

桃仁粥治傳尸鬼氣，咳嗽痰癖，日漸羸瘦。
以桃仁一兩，去皮尖槌碎，用水三升煮去滓，着粳米三合，作粥食之。

杏仁粥治上氣喘促浮腫，小便赤澁。
以杏仁一兩去皮尖，研入水，同粳米作粥，每服二合，空心食。

杏仁粥治五痔下血不止。
以杏仁一兩治如前，用水三升淘濾煎一半，入粳米作粥，待冷空心食。

豆花羹治寒熱泄痢，兼治病酒頭痛。
用小豆花入豉汁煮，以五味和作羹，食之。

罌粟粥治反胃不納飲食。
白罌粟米二合。人參末三錢。生山芋五寸切。
以水一升二合煮，取六合，生薑汁併鹽少許和勻，作二次服之。

葱子粥治目暗補虚。
以葱實爲末，每用一匙，以水二升煮取一升半，濾去滓，入粳米煮粥食之。

馬齒粥治青肓白翳，除邪氣，利大小腸，去寒熱。
馬齒莧子同粳米爲末，每用一匙煮葱頭粥，和攪食之。

馬齒菜作煮粥喫，並明目極佳。
煮小蒜治心痛不可忍
右以小蒜去鬚皮，青葉用釀醋煮，頓服取飽，勿用鹽，久年不瘥者，服永不發。

宋濂等《元史》卷一六三《李德輝傳》 適歲兒，家儲粟纔五升，其母舂蓬稗、炊藜莧而食之。

金幼孜《北征録》卷二 ［永樂十二年七月二十九日］【略】行至沙河天明，入人家作炊食後再行。

金幼孜《北征録》卷一 永樂八年三月初九日【略】駐營凌霄峰，此時少水，

晚下微雨，將暮未飯。都督薛禄邀余數人飯，食麥及青豆粥，淹鵝、黄羊醬、瓜菜數品。

謝肇淛《滇略》卷四《俗略》 飲食惟公宴禮會者與中土同，其民間所造多糅雜而成如縷，切餅餌而暴之，其亂如蓬曰蓬餌。磨蒟蒻而浣之，曰鬼藥。孰糯粉和芋爲泥而膏沃之，綴以米糝，曰錫枝。濃煎乳酪而揭之，曰乳綫。揉糯及山藥圓而煠之如荔，曰粉荔。至於魚肉、牲畜、羸蚌之屬，率生斫縷絲，和諸椒桂而噉之，其名曰膾。蓋古人斫膾之遺法，今閩廣亦間爲之，但滇以爲常食耳。

鄭瑄《昨非庵日纂三集》卷九《惜福》 唐有淨尼，出奇思，以盤飣簇成山水，每器占輞加圖中一景，人人多愛玩，至腐臭不食。吴越戚里孫承祐者，豪侈炫俗，用龍腦煎酥，製小樣驪山，水竹屈木，橋道人物，纖悉具備，所謂刻冰鏤脂之技，以博人俄頃嗟賞，愚矣。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷五《養生部五・羹胾側吏切制》 凡絮腥羹，先作沸湯，始少調以煠竹筍瓜瓠菜等清汁，再少調以烹鮮鰕清汁，煬火多烹，挹盡羹下之滓，其鎔化血水，水和鴨卵入羹，皆能取清。下醬油、下胡椒、川椒坋各少許，復挹油滓，須盡視鹹淡，絮之欲酸加醋，欲甜加甘草泡湯，漸嘗滋味，漸以續入。若絮素羹，始用甘蔗煎湯，後用煠竹筍菜瓜瓠汁入湯，欲味鮮甘，則再調以蜜水。餘如腥羹調和，淡豆豉研以入羹，可以代醬，前後必須濾去其豉。

羹中事件視所宜入每羹入一件，惟胡荽、葱可并入之。

乳腐，紅花子膏，芝麻腐，豆腐，天花菜，羊肚菜，鷄棕，燕窩，海絲菜，蒟蒻，麻菇，蕈，石耳，桑鵝，即樹鷄，桑之所産。胡桃仁，生栗，生菱，菱腐，地栗，藕，藕腐，竹筍，鷄脚菜，蘆筍，蒲蒻，茭白，茭芽，山藥，土瓜，絲瓜，瓠，茄，冬瓜，豇豆，刀豆，龍鬚菜，筆管菜，蕹菜，薺菜，同蒿，苦蕒，酸齏，菉豆芽，韭，胡荽，葱白頭，椿芽，槐芽，蒸果，蒸蔬，纓絡米。囊括煮之入羹。羹中之胾，牛羊豬鮮肥者爲最，或薄皴膘，用鹽水浸，作沸湯微煠者，或煮糜爛者，鷄鵝亦可斫爲軒。烹熟。魚鰕蟹等宜煠熟。鳩鴿皆鹿兔獐麂野豬黄羊皆宜。《飲膳正要》云：黄羊煮湯無味。

日月腸

封羊血不入水，置葱數莖，頓暖處自鎔爲水。以水調鷄卵黄，灌入羊腸，烹熟爲月腸。宜入羹。

勝鱘魚

用大魚薄切薄膘，以豬肥精肉雜乳餅機上斫細醢，和胡桃松仁細切，胡椒醬苴之水，調菜豆粉粘，蒸之入羹。

一捻珍

用豬肥精肉雜鱖魚鱧魚俱皴爲膘，機上報斫細爲醢，以生栗絲、風菱絲、藕絲、生筍絲、麻姑絲，胡桃仁細切，胡椒花椒醬調和，手捻爲一脂形，蒸之入羹。

雋永臛爲音俊

乳餅、鱖魚肉、熟蟹肉、熟豬蹄筋，俱作細醢，鷄子同胡椒花椒醬調和，爲片蒸熟，方切臠入羹。

水陸珍

黄甲蒸取肉，大銀魚、鷄胃肉、田鷄腿肉、白鰕肉、斫細醢，鷄鴨子、白花椒坋、鹽和一處，混白酒，爲丸餅，蒸熟入羹。

酥果膏

用醃乳餅加菜豆粉、白糯米粉，切碎退皮胡桃仁，揉和爲丸餅，甑蒸，或鍋湯中煮熟，入羹。

筋膚髓

豬膚撏潔，烹糜爛，其蹄筋亦烹糜爛，豬脊髓、牛腱、羊膚，皆宜烹糜爛，入羹。

舌掌跖翅腸胃肝肺腎子

豬羊舌，鵝舌掌，鷄跖，鵝鷄翅，鷄腎，鵝鷄肝肺，豬羊腸胃，魚鰕子，俱處置得宜，入羹。

肥渝粉　荸薺粉澱索者　菜豆軟粉索粉

俱宜肥。用胡桃松子仁，鮮竹筍，用豬肉細切，兼乳餅熟山藥匀和爲小丸，用鷄子黄調菜豆粉爲小丸，通加肥汁，烹以胡椒、花椒、縮砂仁、葱白、醬，調和如凍，先置粉上，絮羹渝之。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷六《養生部六・雜造制》

餹香

零陵香一斤。甘松四兩。藿香一兩。丁皮二兩。官桂花四兩。甘草半斤。荔枝殼半斤。松子仁一斤。俱爲細末和匀。

合香頭

麝香一錢。生薑汁四兩。赤砂餳一斤。先將麝香乳細，漸入薑汁，乳令如膠，入餳再乳，停勻，盛瓷罐內，取綿紙油紙幂口甚密，置飯上蒸透，下於食物，香最醞藉。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷一九《尊生部七・香頭部》

橘子香頭

以沙餳一斤，大蒜三瓣，大者每囊切三片，帶根葱白七莖，生薑七片，麝香如豆大一粒。右件先放沙罐底下，次放沙餳在上。先用花筍，次用油紙緊封，入重湯內煎一周時，取起藏之。臨用旋取，經歲不壞。凡生熟餳糕并裹蒸等內，皆用此香頭。

合香頭

麝香五分。生薑一塊如手大。好沙餳半斤。右先將生薑逐牙劈開，洗去泥眼，乾擣絞其汁。却將麝香於乳鉢內，乳能令十分碎細，逐旋入薑汁。又乳令膠和，方入沙餳，乳令相入停勻，盛瓦礶內，用厚紙及油紙封口。愈厚愈好，飯上蒸過，經年不壞。但用食品內，合用香料者，入些少在內，其香味蘊藉，不可言也。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷九《尊生部七・燻料部》

爐料

燻料

用官桂、良薑、白芷、檀香、杏仁、藿香、細辛、甘草、倍多用之，須是大鍋中多煮，則味逾佳。

麤爐料

用甘草、最多。白芷、桂枝、良薑四味。

細爐料

用桂心、檀香、藿香、細辛、甘松、花椒、碾砂、紅豆、杏仁、甘草、白葱、桂枝、良薑。

滬油

芝蘇炒熟，令擂碎入湯內，煮數沸，殼沈於湯底，油浮於湯麵。銅杓撇起，碗內澄去水脚，與車坊頭醡者無異。其味無僞，反爲勝之。蓋人家止有斗升，不可入醡，則依此甚便。

大料物法

官桂、良薑、蓽撥、草豆蔻、陳皮、碾砂仁、八角、茴香，各一兩，川椒二兩，杏仁五兩，甘草一兩半，白檀香半兩，共爲末。用如帶出路，以水浸，蒸餅丸如彈子大。用時，旋以湯化開。

素食中物料法

蒔蘿、茴香、川椒、胡椒、乾薑、泡。甘草、馬芹、杏仁，各等分，加榧子肉一倍，共爲末，水浸，蒸餅爲丸如彈子大。用時湯化開。

省力物料法

馬芹、胡椒、茴香、乾薑、泡。官桂、花椒，各等分爲末，滴水爲丸如彈子大，每用調和，撚破即入鍋內，出外尤便。

一了百當

甜醬一斤半，臘糟一斤，麻油七兩，鹽十兩，川椒、馬芹、茴香、胡椒、杏仁、良薑、官桂等分爲末。先以油就鍋內熬香，將料末同糟醬炒熟，入器收貯。遇修饌，隨意挑用，料足味全，甚便行厨。

宋詡《竹嶼山房雜部》卷二〇《尊生部八・辣部》

辣芥

辣芥中，研猢猻頭草粒，則辣異常，一名石龍芮。

芥辣

芥菜子不拘數，淨淘，入細辛少許，白蜜好醋一處同研爛，再入淡醋，濾去滓，極辣。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》

《雷氏炮炙論》云：敝箄淡鹵。注云：常使舊甑中箄，能淡鹽味。肺煮蟹不紅。橙合醬不酸。榧子乳香能軟甘蔗。瓜得白梅爛。栗得橄欖香。棗與粟草收。豬脂炒榧子，其皮自脫。燈心靡紅鰍。煎血入酒糟，不出水。胡桃煮臭肉不臭。筍橘觸酒糟及糯米皆潰爛。切蘿蔔片覆米糖糖液，蘿蔔片亦乾。地栗與柑、蔗同食，其相自奪。李以朴樹葉搗蒸烘乾。蓮子曬乾無蛀。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 爛物法。枳實烹鮮骨，奪薄荷不腥。蜜塗郭索，煮之則青。柿蒂同煮，亦青。醉見燈沙，宜置皂角，或醋或蒜，或用茱萸一粒，置蠏膞中，經年不沙。杏仁糜，羊胡桃去臊。銅器煮則男損陽女暴下。酒灌封燒可也。荷花蒂煮肉，精者浮，肥者沉。急性熟鵝，白梅瀹雞，龜取瓦一片同煮，老物皆爛。《神隱》曰羊滾湯下蓋，定慢火。獐鹿冷水下，不蓋。鵝用櫻桃葉數片。陸游《家世舊聞》曰：楚公陸佃農師，北使攜貔歸，爲隙光所射輒死。

性能糜肉。《燕山録》曰：以鼈煮醴，以蚊煮犬，省力易熟。《俗詮》曰：舊簏盛物，而蛆又其化者。其曰沆瀣漿，乃以甘蔗、蘿蔔切入鍋熟物，或楮實同煮，封口易爛。今庖用沙仁以益脾也。其驛遞官厨有秘方，則乾蛆末也。凡大小淩最爛物，塊煮爛者也。至于鐵烙鵝掌，艾炙體腹，何乃爲腴口計而暴殄，若是乎古人遇物理，則記之耳，切忌侈靡爲飲食之人。

火體薦。勿見水，以醋洗鹽，壓五日，縣風中，瘞竈灰中。若三伏中，如前揉壓三日，每斤加鹽五錢，石灰湯冷洗之。浥以香油，烈日燥之，熏以竹枝烟，不生蟲。此澱水法。中德曰：夏月内，與煮魚魚鮝乾留不壞，且煮不招蜈蚣。中履曰：煮臘物投紅炭淬之，則不爇。

王棠《燕在閣知新録》卷二〇《辟穀諸方》《太平廣記》辟穀方，曰：晉惠帝永寧二年，黄門侍郎劉景先過太白山，遇隱士傳得此方，後人用之多驗。用大豆五斗淨淘洗，蒸三遍去皮，用大麻子三升，浸一宿，漉出蒸三遍，令口閉。右二味先將豆擣爲末，麻子亦細擣，漸下豆同擣，令勻。作團子如拳大，入甑内蒸。初更進火蒸，至夜半子時住，值至寅時出甑，午時曬乾，擣爲末，乾服之，以飽爲度，不得食一切物。第一頓得七日不饑，第二頓得四十九日不饑，第三頓得三百日不饑。不問老少，但依法服食，令人强壯，容貌不憔悴。如渴，研大麻子湯飲之，滋潤臟腑。若要喫别物，用葵子三合許，研末煎冷服，開導胃脘，以待中和取下。其藥如金色，任喫諸物，並無所損。前知隨州朱頵教民用之有驗，序其首尾勒石漢陽軍大别山太平興國寺。《尊生八牋》辟穀方曰：黑豆五斗淘淨，蒸三遍，曬乾去皮。秋麻子三升，温水浸一宿，去皮曬乾，各爲細末。糯米三斗煮粥，和前二味，合擣爲團如拳大，入甑蒸一宿，一更發火，蒸至寅時日出，方纔取出甑，曬至日午令乾，再擣爲末。用小棗五斗煮去皮核，同前三味爲團如拳大，再入甑中蒸一夜。服之以飽爲度，如渴以淘麻子水飲之，滋潤臟腑。如無麻子汁，白湯亦可，不得别食他物。許真君《避難飲食方》曰：白麵六兩，黄蠟三兩，白膠香五兩。右將麵調糊爲丸，如黑豆大，曬乾，再將蠟溶成汁，將團子投入其中打勻，候冷，用紙包裹，安放淨處。每早空心服三五十丸，冷水嚥下，喫熟食任意無礙。《王氏農書》服蒼术方曰：蒼术一斤，白芝蘇香油各半斤。右將蒼术用米泔浸一宿，取出切片子，以香油炒令熟，用瓶盛取。每日空心服一撮，用冷水湯嚥下，饑即服之。壯氣駐顔色，辟邪，又能步履臞仙。神隱方曰：生服松栢葉，用茯苓、骨碎補、杏仁、甘草，擣細爲末，取生葉蘸水滾，與藥末同食。《博物志》曰：荒亂不得食，可細擣松栢葉，水送下，以不饑爲度。粥清湯送下尤佳。每用栢葉五合，松葉三合，不可過度。《山居四要方》曰：杜仲、茯苓、甘草、荆芥等分爲末糊，丸如桐子大。每服數丸，即喫草木可以充饑，止有竹葉與甘草不可同食。食草葉有毒，惟鹽可解。黄山谷《煮豆帖方》：黑豆一升挼極淨，用貫衆一斤，細剉如骰子，同豆慢火煮之，翻覆令展盡餘汁爲度。簸取黑豆，去貫衆，空心服七粒，食諸草木枝葉覺有味，可飽。《多能鄙事》千金麵方曰：白麵六斤，蜜香油各二斤，茯苓四兩去皮，甘草二兩，生薑四兩去皮，乾薑二兩炮。右爲細末拌匀，擣團作塊，蒸熟陰乾爲末。每服一匙，冷水調服，可飽百日。其麵以絹袋盛之，可留十年。《尊生八牋》大道丸方，黑豆一升去皮，貫仲甘草各一兩，白茯苓栽术宿砂仁各五錢。右五味剉碎，用水五升，同豆熬煎。火須文武，緊慢得中，宜至水盡，揀去藥，取豆擣如泥，作雞頭子大，入有蓋磁瓶密封。每嚼一丸，可食百般苗葉，終日恣飽，雖異草殊木素所不識者，覺甘甜，與進飯同。《王氏農書》辟穀休糧方，白麵一斤，黄蠟四兩化開，白茯苓一斤去皮。右三味爲細末，打糊攤成餅。先清齋一日，食一頓七日不飢，再食一頓，一月不飢。若要食飯，葵菜煎湯服一鍾。如無葵菜，茯苓湯亦可。《救荒本草》休糧養道方：白麵六斤，香油二斤，蜜二斤，乾薑二兩滾水泡，生薑四兩去皮，甘草二兩，白茯苓四兩，黄米三升。右爲細末，和成一塊，切作片，蒸一時，陰乾爲末。先喫飽飯，後服此藥，一茶匙淨水送下，若服至一盞，可一月不飢。要解藥力，葵菜煎湯服之，仍舊食飯。仙娥清玩食生黄豆法方：取槿樹葉同生黄豆嚼之，味不作嘔，可以下咽，每口食豆二三合，可度一日。

此上皆辟穀方，特書其尤者以備參考，恐逢天災流行之日，無所得食，勢必骨肉分離，或食草根，或食樹皮，或取紅泥白土，俗呼爲觀音粉者，暫時果腹，往往旋即傷生。因書於此，俾知諸方可以辟穀，亦不幸中之幸也。

方式濟《龍沙紀略・飲食》東北諸部落未隸版圖以前，無釜甑罌瓿之屬，熟物剜木貯水，灼小石，焠水數十次瀹而食之。商賈初通時，以貂易釜，實釜令滿，一釜常數十貂，後漸以貂蒙釜口易之。三十年前猶以貂圍釜三匝，一釜輒七八貂也，今則一貂值數釜矣。

張鵬翮《奉使俄羅斯行程録》〔康熙二十七年五月〕十七日，行四十里，有廢土城，周圍可五里，側有浮屠七級，高二十丈，蓮花爲臺砌，人物斗拱較中國天寧寺塔更巍然。【略】有井甘冽，設小帳憩其處，蒙古土屋相望。一睇目黑漢

獻清茶、炒糜米，其茶乃中國黑茶所煮，並無奶酥，暴日中，亦堪入口。嘉其壺漿之誠，犒以羊肉、火腿、乾魚、十香菜共一盤，黑漢跪伏帳外頓首，並不嘗味，撮而食之。因告以魚刺難咽，彼不解漢語，乃以箸撥魚其傍，彼食肉訖，亦頓首而退。

張鵬翮《奉使俄羅斯行程録・河源記》 舒蘭等奉使查黄河源，於康熙四十三年四月初三日，請訓旨奉旨。黄河之源雖名古兒班索而嘛，其實發源處，從無人到，爾等務須窮源明白，察視其河流，於雪山自何處流入雪山邊内，凡經流等處，宜詳悶之。若至其地，瘴氣甚厲，可進則進，不可則止，不必泥旨强進欲此。臣等於康熙四十三年四月初四日，自京起程，五月十三日，至庫庫淖爾地方，有大澤周圍六百餘里。【略】

風俗：隨水草畜牧而轉移，無城郭，常居耕田之業。以肉爲飯，以酪爲漿，無五穀菜蔬之屬。衣皮革，處穹廬。見中國之茶布則寶之，而金銀非其好也。【略】

唐天授初，婁師德檢校豐州都督，衣皮袴，率土屯田，積穀百萬，兵以饒給，無轉饟和糴之費。貞元中，豐州刺史李景略天德軍西，受降城都防禦使開成，應永清二渠溉田數百頃，此古人已試之明驗也。今觀豐州一帶，土沃可耕，人寡而惰，棄爲曠埜。間有耕者，種燕麥糜粱豌豆之類，有場圃碾舂之屬。倘得婁師德，其人勸督屯墾，安在其不古若也。書之以俟君子。

張鵬翮《奉使俄羅斯行程録・河源記》 【略】塞外不用銀錢，最喜中國黑茶、藍青梭布，往往牽牛羊馬駝來交易。【略】所帶果品，須膠棗、核桃、橘餅、蔴醬、葡萄、蓮子、柿霜、炒米、炒麵、牛肉。炒麵若南北麵果，久則油走不可食。醬菜須天壇醬、醯醬、瓜茄炒醬之類。京米，老米一半，蒸米一半，三蒸三曬質輕，一可當二，且防無水無薪，可以細嚼。菉豆、糯米麵、豆粉帶少許，可作餅餌。糟魚金腿不嫌其多，醋浸紫菜，醬油漬香蕈，晒乾待用，不渴。丸行炎暑中，含之生津。

于敏中等《欽定日下舊聞考》卷一四八《風俗》 增：七夕節，宫中立巧山子、衣鵲橋補，初一起至十四日止。中元節食銀苗菜及水鴨。菜乃藕之嫩芽。鴨乃先一日煮熟凝成膏。甜食房供佛波羅蜜。西苑作法事，放河燈。陳琮詩注及巔。【略】宿抱樸山房，呼僧共飯，僧善庖，蔬精臻方，斟酌椒薑，比家厨爲良。

查人漠《西湖遊記》 道光癸巳夏，余與鮑朗如同寓萬峰齋。【略】登葛嶺未

李光庭《鄉言解頤》卷四《庖厨十事》

煤爐

鄉用柴竈，京用煤竈，煤竈曰爐臺，柴竈曰鍋臺，距地不及二尺，烹飪者須屈身，故久於厨役有致駝背者。今亦爲小高竈，然終不若煤爐之便捷也。丹方高望海中壺，忘郤家常鍊石爐。奥助不求朋自得，爐竈宜向西南。吟懷易解嫗爲徒。鑠金收斂兜堅口，安鼎盤旋入定趺。莫謂西山煤力輭，純青火候在工夫。

火眼

煤爐旁通火眼，可以抵一半火力，嘗見鄉村小店，亦於柴鍋旁開一洞，以安茶鍃，惜爲用小耳。高作爐臺潤作堂，薰騰氣燄達偏旁。規摹鑿壁偷光意，假藉移薪爇突方。中饋尚容添篦室，大烹能勿劑羹湯。莫當别户分門看，冷眼休教負熱腸。

鐔罐

鑿酒鐔口令大爲鐔罐，壘爐時安置爐口旁，量爐火之大小爲相離之遠近，使鐔内之水常温，故又謂之温鐔，方便之法也。然必令水不竭方不至於燒裂，否則不能仍舊貫矣。坎離相濟不相親，仿佛温泉郤待薪。火伴交情只半麵，麴生風味憶前身。丹砂無分成仙井，白水何心附熱鄰。鼎沸瓶寒兩無著，冲和襟抱四時春。

通條

事有條理通，人能知之，不通者不能知也。物當窒塞，有條者能通之，無條者不能通也。於是煤爐之通條，較之柴竈繩以去煙樓之煤木，爬以搜釜底之灰，利便多矣。生火何時洞若觀，尖頭公至便登壇。欲開雲塞中條路，先破泥封谷口丸。詎以竈爐爲劍冶，且當燧木用錐鑽。豁然一貫談容易，九轉遲遲候鼎丹。

砂鍋

砂鍋、煤爐常用之物也，其厚重論斤者謂之鈷。相傳作砂鍋者多駝背，或曰俯伏搏砂，歲久遂成傴僂。或曰本不能仰，恰好爲此，如髮禿者之當和尚，未知孰是。鑄鐵鎔銅巧作鍋，搏砂伎倆試如何。叩同瓦缶金難揀，炊到香秔玉慣磨。打破可能歸浄土，陶成直欲罄恆河。算來億萬千窑户，作傳無人志橐駝。

蒸籠

圈柳編竹篾爲屜，數層置釜沸湯上以熟物，謂之蒸籠。鄉村不能皆有之，

下以秫稭編屈謂之屏底，上以草結爲圓篷，謂之蒲排子，亦謂之醬篷蓋，並可以覆甑也。編筠圈柳屈層層，席帽輪囷覆電陘。蒸瓢情懷愁折項，餪豚心計入蔥靈。上騰水氣圓時足，內沸湯聲減處停。竟效廣微開賦餅，此中不合貯蓼苓。

麵杖

作無餡之饅頭與振條麵、漏活絡之類，不用麵杖，餘則必須以杖押開，遂謂之趕麵杖。京師麵店故作活套杖，使之成聲，與鸞刀相和。鄉間則以麵之多少爲大小杖，世之悍婦陵虐其夫者，與搗衣杵同爲利器也。麥隴香浮想薄持，鴛鴦杖好備雙枝。看來翠袖輕拈際，聽得紅牙入拍時。幾處春綿誇映字，誰家秋練待成詩。合歡名號殊堪羨，湯餅筵開用最宜。

水瓢

壺盧味甘，鄉人趁其嫩時削爲條，陰乾之，煨肉最佳。老其材以待用，則鋸而爲瓢矣。長者上爲柄，下爲勺，小者用以添豆腐。磨之眼最宜大而圓者，則爲大瓢，舀河水，可以抵汲井之斗。魏徵歎齊後主之亡曰：持瓢者非止百人。言澤本不深，而取之者衆也。元次山云：我持長瓢坐巴邱，酌飲四座以散愁。興到之語耳。山右人將瓢底鑽一小孔，和麥菽屑漏於釜湯中，謂之瓢兒漏。余謂湯中佐以瓢兒菜，翠葉銀條可稱合美。鳳匜龍勺入珍庖，鋸瓠天成屈柄杓。兩半壺盧忘盡稿，尋常洞酌憶詩瓢。一簞有伴樂常在，四座無言愁自消。小食更思雙美具，翠羹注釜漏銀條。

笊籬

笊籬用以淅米撈麵抄蔬菜，水去不留，網疏不漏，古人制器之妙義也。三家村店以破笊籬懸於門前柳枝上，以當望子，似覺可笑，然較之挂乾肉一片者，則素淨多多矣。家無長物漏卮多，流水難盈結柳科。曉起抄雲堆白粲，夕來撈月灑金波。莫當漁舍懸箬笠，不比歡場設罝羅。茅店招牌供一笑，破籬低挂綠楊柯。

炊帚

生塵之釜，積垢之鼎，非炊帚不能去。《詩》曰：于以湘之維錡及釜。又曰：溉之釜鬵。不言帚而帚自在也。鄉人謂敗家之婦曰鐵炊帚，所以警懶婦者深矣。忘箔忘帚是何心，炊釜纔停又溉鬵。啜汁便思來者衆，掃眉遑計入時深。竈旁交謫愁磨鐵，食頃同懷合享金。中饋餘功還擁篲，蘭房聽拂斷紋琴。

李光庭《鄉言解頤》卷四《食物十事》

麥啄

麥啄者，楚北之鳥也，釋其名者或曰如布穀，以聲而得名。或曰麥熟時啄之則肥美，與北地之鐵雀同一食法而較腴。又有二喜者似喜鵲而小，聲最清巧，其名甚佳，因併誌之。麥啄麥啄，無啄我麥。畢之羅之，以宴嘉客。相彼鳥矣，載飛載止。求其友聲，我心則喜。

鰣魚

北地無鰣魚，江鄉亦惟四月有之，不過半月則無有矣。似鯊而腴遠甚，昔人以其多骨，與海棠無香同恨。苛論也。余候洛閒居魏氏園，三月因得食之，乃無遺憾。一年宦況隨春盡，千里鄉心入夏遲。省識黃州留客意，鰣魚未見使君詩。

鍋焦

柴竈之釜炊杭飯熟，而鍋底之米結成凹，其色黃，其聲脆，謂之鍋焦，鄉言曰格炸。江鄉有以釀酒者，曰鍋巴酒。臘月，寺觀中有以油煎之饋歲者。釜作規模水作緣，鍋焦炊出象天然。香杭玉椀誰雕琢，善米珠槃自貫穿。酒滴槽牀須醞釀，餽從蘭若費熬煎。何如丹竈柴桑火，頃刻工夫得大還。

荏頭

禾有不成穗者，側生含苞結小棒，大者寸許，小者數分，外白內蒼，絶似羊毫禿筆，味甘有土氣。其大者則坼裂如鬚髯，不中食，兒童謂之吾圖撒，家鄉曰荏頭，京師則曰烏麼，方言音義，姑付闕如。厨下老嫗不解詩，主人食性猶能知。門前買花來緩緩，一把烏麼獻珍罕。邵訝筆頭公，改名襄墨子。兒童見折苞，吾圖撒合里。東坡當日嗜好殊，名多生造世所無。或疑此物尋食譜，余曰稱心休泥古。

蝌蚪子

麥菽二屑各半和麵，用木牀鐵漏按入沸湯中，熟而取出，拌滷食之，較之活絡、瓢兒漏柔輭細膩。蝌蚪子者，象形也，此山右人食法。又曰格豆子，則音之譌也。豈無懞憧人，菽麥不能辨。和屑作羹湯，食之亦稱善。稱善間嘉名，告從古書選。唐風昔儉勤，迄今尚流衍。詩篇蟋蟀吟，食單蝌蚪撰。乃知精約厨，所貴不在腆。尋文指畫膚，思味口嘗臠。夜入黑甜鄉，將無夢呑篆。

饆饠

束晳《餅賦》饅頭薄持，餅亦謂之饅頭。家鄉則烙餅謂之餅，蒸饅頭謂之包

子，若河南山左則同謂之饊。蔚姪來自著姪，昌邑任所言。其每食必一人四饊，因作四饊饊歌。喫不喫四饊饊，飽不飽不少飢不多。山左來牟甲天下，得四時氣性平和。家家蒸饊養丁口，旅館人衆難盈科。數以紀之示有節，八饊兩食無差訛。五鹿塊重耳訶，一盂麥飯經滹沱。嫂不爲炊季子惱，然箕煮豆陳思歌。乾餱以愆民失德，無四饊饊將奈何，喫不喫四饊饊。

碾轉

來牟之外，鄉人有所謂雅麥者，先半月熟，專爲作碾轉之用。取其粒之將熟含漿者，微爆入磨下條寸許，以肉絲、王瓜、萵苣拌食之，別有風味。其時鄰里相餽答，亦有專送麥粒者，爲食新也。仲謀工賦麥，葛恪工賦磨，磨中麥屑自成條，麥兮磨兮俱可賀。堆盤連展詩人羨，村嫗爭誇碾碾轉。小滿開花芒種餐，胯斗提籃遺親串。節物食新憶故鄉，春來時未接青黃。昨年友餽今猶在，蒸熟依然餅餌香。

甜冰

秋禾將熟，其莖之壯者，盈握精液已足，每當下莊查稼時，佃户截取之，捆載車後歸，與兒童當蔗食，謂之甜冰，亦取蔗漿寒之意也，特未必倒嘗漸入佳境耳。嶼山有甜雪，渠水有甜冰。郤如甘蔗甘，莫當凌陰凌。作甘惟稼穡，土穀精氣凝。野老耽辛苦，兒童知未曾。

螞蚱

《詩》詠阜螽，《爾雅》記土螽種類同，而形與名小異耳。大腹短翼者曰聒聒，善鳴身長而頭銳者曰擔杖，又有官兒孃子之稱，蓋緣其複翅若紅裙也，其土色而身中頭圓者，則謂之螞蚱，即蝗蟲也。嘴利於剪，最爲禾稼之害。得之去頭翅足，以油鹽爆食之。中有黃者尤肥，趙仲吾廣文有同嗜焉。捕蝗無善策，其罪莫能贖。或爲長平坑，或爲京觀築。未若優孟方，葬馬於我腹。彼既食人穀，人亦食其肉。洗盡塵泥沙，翦去頭翅足。膏油與鹽湯，炮之成鼎餗。先用薦田祖，繼以餉親族。腴如擘蠏黃，佐以浮蟻綠。良朋嗜偶同，膾炙非我獨。從此鱣堂餐，莫但供苜蓿。

海帶

河冰既泮，海帶出焉，或曰自黃泉出，故晒乾之，則爲一條土形似蜈蚣，長約三四寸，五色具備。入釜水煮，加蔥蒜椒鹽，以箸順攪之，勿逆，乃熟爛。其色黃，其味較蝦蠏醬似正，吾邑有爲李芝農先生門生者，嘗以獻食之，甚喜，遂每歲索之。奈十餘年不見是物，未免悵然。本是河鮮族，休當海錯嘗。時隨冰泮出，味帶土泉香。惡狀疑人駭，深淵竟久藏。芝農同炙嗜，舉箸歎莊荒。

鄭復光《費隱與知録・烹調之法晷舉其要》　問：烹調之法宜如何。曰：烹調之宜，姑舉其理，大抵不出乎三劑，曰火劑，曰水劑，曰料劑。煎炒宜武火，蒸煮宜文火。煎炒期酥脆，武火則速熟。蒸煮期透爛，文火以緩攻故也，是爲火劑。燒炒宜少水，煨煮宜多水，水少則易稠，取其濃也。水多則難耗，取其不再加也。凡煮物熬久則水氣盡，如熬膏然，故味濃名曰收湯。燕支取水入紙無色，作畫家必曬，或烘乾用之，亦此理。若湯熬濃後再加水，則水氣勝而味薄，不得已，加滾水稍可。是爲水劑。酒去腥，鹽作味，酒不厭多，多則有味，鹽不宜早，早則難爛。油厚味而起酥，醬謂秋油也下同作色而起鮮。油不厭多，多則味濃，醬不可過，過則太鹹。煮肉及半，加酒母驟蓋，俟滾乃蓋之。凡湯滾加酒必停滾，停滾則不入骨，作酒氣矣。故法緩緩作數次加，無非使之不停滾而已。燒肉則醬酒水同時，不忌醬與鹽，宜少者淡可使鹹，鹹不可使淡也。香油能去惡，故治魚者先煎，牛及麋鹿野鴨並宜之。葱去惡而起香，薑去惡而起鮮，是爲料劑。大抵酒視肉三之一，醬視肉四之一。如肉十二兩，則酒四兩，醬三兩。如肉十數斤，則消息而減之，不須太多也。煮則肉一而水三足矣，燒則水與酒醬敷，蓋肉足矣。至于物產異，宜水土異，俗則在斟酌乎寸心，非可以言傳者矣。

鄭復光《費隱與知録・夏日殽饌留之有法》　問：夏日殽饌留法。若何北華曰：煮之極滾勿動，俟其冷定，安冷井火內逼之。在極燥天，十不失一。最患天氣陰濛發潮之日，若過此時，十失三四也。與知子曰：氣遇動則撓之，其出不暢，冷定再逼冷水。其冷在物，而天氣愈熱，冷爲熱逼，入物愈固，故不壞也。陰濛蒸溼，則物內之氣感之外出，冷出則熱入矣，故易壞也。井水究不極冷，京都有冰則無失矣。若無冰處，縣之井中，當亦十不一失焉。山西楊墨林兄宅有地窖，夏日曾醃肉置其中，十餘日不壞。然窖內陰濕，稍染霉氣，似不宜久。若留殽饌二三日，當無害耳。

富察敦崇《燕京歲時記・栗子、白薯、中果、南糖、薩齊瑪、芙蓉糕、冰糖壺盧、温朴》　京師食品亦有關於時令。十月以後，則有栗子、白薯等物。栗子來時用黑砂炒熟，甘美異常。青燈誦讀之餘，剝而食之，頗有味外之味。白薯貧富皆嗜，不假扶持，用火煨熟，自然甘美，較之山藥、芋頭尤足濟世，可方爲樣實有用之材。中果、南糖到處有之。薩齊瑪乃滿洲餑餑，以冰糖、奶油合白麵爲之，形如糯米，用不灰木烘爐烤熟，遂成方塊，甜膩可食。芙蓉糕與薩齊瑪同，但麵

有紅糖，豔如芙蓉耳。冰糖壺盧乃用竹簽，貫以葡萄、山藥豆、海棠果、山裏紅等物，蘸以冰糖，甜脆而涼。冬夜食之，頗能去煤炭之氣。温朴形如櫻桃而堅實，以蜜漬之，既酸且甜，頗能下酒。皆京師應時之食品也。

按宸垣識略：前明冬至賜百官甜食一盒，凡七種，一松子海哩噠。鄭以偉曰：噠字諸字書不載，今亦不識海哩噠爲何物。蓋緣元人語也。正可與薩齊瑪爲對。又戒菴漫筆載：前明四月八日賜百官午門外食不落夾。不落夾者，亦元人語也。或云粽子。以鄙意揣之，或即今之涼糕歟！是不可得而考矣。因記薩齊瑪，故連類及之。

汪士漢《古今記林》卷二〇《飲食・食》

化蝶膾

南孝廉善斫膾，絲縷輕可飛起。因會客衒技，忽暴風雨雷震一聲，膾悉化爲蝶飛去。南驚懼，折刀誓不復作。《酉陽雜俎》

著録

嚴可均《全後漢文》卷四七崔寔《四民月令》　謹案：《隋志》農家《四人月令》一卷，後漢大尚書崔寔撰。《舊唐志》同。《新唐志》作崔浞，誤。宋不著録。近人任兆麟、王謨，皆有輯本，編次不倫，且多罣漏。王本又誤目《齊人月令》謂即《四民月令》，而所采《齊民要術》有今本所無者六事，其文不類，未知何據。余既輯崔寔《政論》一卷，因兼及此書，蒐録遺佚，得二百許事，省并重複，逐月分章，爲十二章，定著一卷。有注，疑即崔寔撰，徵用者或昌注爲正文，今加注字間隔之，而王本所采《齊民要術》六事，附存俟考。只《齊人月令》一卷，唐孫思邈撰，《宋志》在時令類，本今亡，並附于後，免與崔寔書混。夫農爲邦本，食爲民天，洪範八政，一曰食。孔子論政，先足食，自古及今，未有不知稼穡之艱難，而能有國有家者也。惜古書流傳日少，《漢志》農九家，見于《隋志》者，僅氾勝之一家，見于《新唐志》者，僅尹都尉、氾勝之二家，而多出《漢志》范子計然一家。至宋時著録，乃起《齊民要術》，前此數家，絶無傳本，顧乃增收晚出空疏不適用之書，濫及茶蟹花石不急之務，殊非農家本意，同砚生洪頤暄始輯《范子計然》一卷，《氾勝之書》二卷，及余所輯此書，雖皆殘缺，然而網羅散失舊聞，竊有力焉，數十百年後，此書存佚，余又不敢知，是在好古者之廣爲傳佈也。嘉慶甲戌歲十月。

賈思勰《齊民要術後序》　紹興甲子夏四月十八日，龍舒張使君專使貽書曰：比因暇日，以《齊民要術》刊板成書，將廣其傳，求僕爲序，以冠其首。謹按《齊民要術》舊多行於東州，僕在兩學時，東州士夫有以要術中種植蓄養之法，爲一時美談。僕喜聞之，欲求善本寓目而不得。今使君得之於鄉林居士向伯恭，伯恭自少留意問學，故一時名士大夫多與之游，而喜書傳。蓋此書乃天聖中崇文院板本，非朝廷要人不可得，使君得之，刊于州治，欲使天下之人皆知務農重穀之道，使君之用心可知矣。僕嘗觀周公戒成王以《無逸》之書，有曰：不知稼穡之艱難，乃逸，乃諺既誕，否則侮厥父母曰：昔之人無聞知。夫惟不知稼穡之艱難，其禍至於侮厥父母而不知懼，其害教豈小小者哉。嘗謂古今親民之官，莫如守令，故守令皆以勸農爲職，漢循吏如召信臣、龔遂輩，類皆躬勸耕農，出入阡陌，至於使民賣刀買犢，賣劍買牛者。今使君以書載耕稼之要，足以爲齊民法，其爲賢當不在西漢循吏之下。況舒之爲州，沃壤千里，富饒魚稻，爰自吳魏以來，爲耕戍實邊之地，又得賢使君勸相乎其間，其爲舒緩不疑矣。僕流落州縣間，晚得小壘而爲之，有民人社稷，於得使君所遺墨本，日以縱觀，庶幾有補於斯民，且無負於勸農之官，不亦幸乎。使君名轔，彦聲其字，濟南佳士也，嘗爲越之上虞令。縣多力穡之農，而令實爲之勸，故租賦之入，不勞而辦。又嘗爲九江郡丞，而化行乎江漢之間，自九江擢守龍舒，聞譽益美，功利益博，茲以其餘力，刊書蒙編，貽訓于後。他日得君行道，豈易量哉。四月十八日，左朝散郎權發遣無爲軍主管學事兼管内勸農營田事鎮江葛祐之序。

賈思勰《齊民要術後序》　《齊民要術》者，後魏賈思勰所著也，其書播殖五種，畜字六擾，區灌蔬蔬，栽樹果實，條貫時宜，靡不該載。大抵訓農裕國之術，君子所以仁育天下者，以代遠文湮，後莫纂述，故農政寡稽爾。侍御鈞陽馬公直卿，按治湖湘，獲古舊本，閱之喟然曰：此王政之實也。乃命刻梓範民。書成，方伯蔣君景明以序問予曰：益國者，富民其要術也。富民者，農事其先務也，教農者，有司之實政也，稽術者，爲政之大綱也。斯侍御公之志乎，子盍述之。浚川子曰：嗟乎，君子惠民之政五，而立政之本則存乎農。制禮樂者數教，嚴法令者明刑，比什伍者治兵，覈勤力者課工，勸耕桑者督農，使農事不修則稼穡滅裂，稼穡滅裂則芻粟減輸，芻粟減輸則廩庾虚耗。由之子弟寡賴而教不率矣，詭僞

日滋而刑罰濫矣，饋餉弗給而兵戎不振矣，貿易不通而農末失資矣。故曰：惠民之政五而立政之本則存乎農。是故教農者，有司之實政也。嗟乎，人有言之，作者其聖，述者其賢，刊未耜，畫井疆，教稼穡，開蠶織，使民脫茹毛飲血，綴羽被毳之陋者，非聖人神明作利萬世者乎。時樹藝，謹牧芻，戒窳惰，抑侈費，不有後賢政術之修，則聖人利世之澤淺矣而不可恃也，故作之者猶締構其室者也，述之者猶修治敝漏以衍其室者也。要之，作述之功雖殊，重農本而悲民窮，聖賢仁以施政之心則一爾矣。然則侍御公之賢，將不在斯乎。或曰：仲尼不學農圃，非歟。浚川子曰：非是之謂也，學所以求仁義者也。政則驅民而行之，使沾被吾之仁義者也。傳亦有之，五畝樹桑，百畝授田，使老稚之無饑寒，非必先王之自力也。施於有政，使之自養耳，必農圃而後爲政，則許行並耕而食，堯舜禹稷當在下風矣，可乎哉。嘉靖甲申五月望日，儀封王廷相子衡序。

賈思勰《齊民要術・書齊民要術後》 余始得《齊民要術》，輒以問一二藏書家，有曰：此傖父覆瓿楮。或曰：此農家祕苑也。余兩疑之，因以三昔膏火了此，乃知北俗種樹畜牧調造之法，不但南朔今古非宜，至其動用牛馬穢及鹽酪薤蒜之類，誠所謂羌煮貊炙，使名庖嘔下者也。第其所引，如氾勝之書，崔寔四民月令，雜五行占候，食經等書，皆世所罕覩。其他記傳，亦多與今本不同，可互相考證。蓋操觚家所不能廢者，故與孝轅分曹訂梓，因兩識所問，以見是書雖不必有，亦不可無，庶得覆瓿祕苑之意云，繡水沈士龍識。

友人姚叔祥語余，嘗見胡元瑞藏書目，六朝以上，無他祕書，獨齊民要術，僕所未睹耳。戊戌，計偕入都，獲之燈市，遂捉筆題簡端，云何當共叔祥見之，快可言邪。南還與叔祥篝燈校讀，至第二卷二幅，原本脫去，重刻別卷補入，參錯難解，幾欲廢去，更從吳中趙玄度假得善本足之，兩人跌足稱快竟讀也。宋孫祕丞有音義釋解，今已失傳。王元美藝苑卮言摘載此書數字，謂無音切，則元美亦未見注本矣。此特農家書耳，又身是北傖，乃援引史傳雜記不下百餘種，方言奇字，難復盡通，腹中似有數千卷書者。今人財記孝經論語，便思著述，將爲此傖鬼所笑。海鹽胡震亨識。

賈思勰《四庫全書總目・齊民要術提要》 《齊民要術》十卷，後魏賈思勰撰。思勰始末未詳，惟知其官爲高平太守而已。自序稱起自耕農，終於醯醢，資生之業，靡不畢書。凡九十二篇，今本乃終於五穀果蓏非中國物者。自序又稱商賈之事，闕而不錄，今本貨殖一篇，乃列於第六十二，莫知其義。中第三十篇爲雜說，而卷端又列雜說數條，不入篇數，一名再見，於例殊乖。其詞亦鄙俗不類，疑後人所竄入，然陳振孫《書錄解題》稱其治生之道不仕則農爲名言，正見於卷端雜說中，則宋本已有之矣。思勰序不言作註，亦不云有音。今本句下之註，有似自作，然多引及顏師古者。考《文獻通考》載李燾《孫氏齊民要術音義解釋》序曰：賈思勰著此書，專主民事，又旁摭異聞，多可觀，在農家最嶢然出其類，奇字錯見，往往艱讀。今運使祕丞孫公爲之音義，解釋略備，其正名小物，蓋與揚雄、郭璞相上下，不但藉助於思勰也，則今本之註蓋孫氏之書，特《宋藝文志》不著錄，其名不可考耳。董穀《碧里雜存》，以註中一石當今二斗七升之文，疑其與魏時長安童謠百升飛上天句不合。案：斛律光，齊人，非魏人，此語殊誤。蓋未知註非思勰作也。錢曾《讀書敏求記》云：嘉靖甲申，刻《齊民要術》於湖湘，首卷簡端周書曰云云。原係細書夾註，今刊作大字，毛晉《津逮祕書》亦然，今以第二篇至六十篇之例推之，其說良是，蓋唐以前書，文詞古奧，校勘者不盡能通，輾轉譌脫，因而譌異，固亦事所恆有矣。

蕭繹《金樓子》卷五《著書篇十》 《食要一秩》十卷。原注：金樓付虞預撰。

楊曄《膳夫經手錄》翠經室外集提要 《膳夫經》一卷，唐楊曄撰。曄官巢縣令。是書成於大中十年，詳西樓跋。《唐書》、《宋史》藝文志並作《膳夫經手錄》四卷，《通志・藝文》略同。王堯臣《崇文總目》亦作四卷，手錄則作手論，爲轉寫之譌。此從舊鈔本依樣過錄，書僅六葉，似後人掇拾成編，惟所載茶品甚詳，分所產之地，別優劣之殊，足與茶錄茶經資考證也。

楊曄《膳夫經手錄》西樓記 右鈔唐巢縣令楊曄所撰《膳夫經手錄》，大中十年六月成書，迨今二百餘年矣。其間如茶目、食飲、茗粥之類別鈔，皆與今不同，以此知古今之事異宜者多矣，必也井田肉刑籩豆而飲食者非通論也。臘月八日西樓記。

陶宗儀《說郛》卷九五上鄭望之《膳夫錄》 食單

韋僕射巨源有燒尾宴食單。

鄭樵《通志》卷六九《藝文略第七・食經》 《食經》十四卷。見《隋志》。《崔氏食經》四卷。崔浩。《馬琬食經》三卷。《盧仁宗食經》五卷。《竺暄食經》四卷。《劉休食經》一卷，齊冠軍將軍劉休撰。又十卷。《食饌次第法》一卷。《四時御饌經》一卷。《梁太官食經》五卷。《梁太官食法》二十卷。《家政方》十二卷。《羹臛法》一卷。《淮南王食經》百六十五卷。大業中撰。《膳臛養療》二十卷。《膳夫

經手録》四卷。唐楊曄撰。《膳夫録》一卷。唐鄭望撰。《食目十卷》。《趙武四時食法》一卷。《太官食方》十九卷。《食療本草》三卷。唐孟詵撰。《食性本草》十卷。僞唐陳士良撰。《食醫心鑑》三卷。成都醫博士昝商撰。《蕭家法饌》三卷。《侍膳圖》一卷。宋朝黄克明撰。《饌林》五卷。《古今食譜》三卷。《王易簡食法》十卷。《諸家法饌》一卷。《珍庖備録》一卷。《續法饌》五卷。曹子休撰。《老子禁食經》一卷。《黄帝雜飲食》二卷。

陳振孫《直齋書録解題》卷一一《小説家類》《清異録》二卷，稱翰林學士陶穀撰。凡天文、地理、花木、飲食、器物，每事皆制爲異名新説。其爲書殆似雲仙散録，而語不類。國初人，蓋假託也。

陳振孫《直齋書録解題》卷一一《小説家類》《乾臢子》三卷，唐温庭筠飛卿撰。序言：不爵不觥，非魚非炙，能悦諸心聊甘衆口，庶乎乾臢之義。臢與饌同字，從肉，見古禮經。

陳振孫《直齋書録解題》卷一一八《經籍考四十五農家》《齊民要術》十卷 晁氏曰：元魏賈思勰撰。記民俗、歲時、治生、種蒔之事，凡九十二篇。農家者，本出於神農氏之學，仲尼既稱禮義信，足以化民焉。用稼以誚樊須而告曾參，以用天之道，分地之利，爲庶人之孝，言非不同意者，以躬稼非治國之術，乃一身之任也。然則仕之倦游者，詎可不知乎。故今所取，皆種藝之書也。前世録史部中，有歲時，子部中有農事。兩類實不可分，今合之農家，又以錢譜寘其間，今以其不類，移附類書。

陳氏曰：起自耕農，終於醯醢，資生之業，靡不畢書。其曰治生之道不仕則農，蓋名言也。

巽岩李氏序孫氏《齊民要術音義解釋》曰：賈思勰著此書，專主民事，又旁摭異聞，多可觀。在農家最爲巍然出其類，而近世學者忽焉。第奇字錯見，往往艱讀，今運使秘丞孫公爲之音義解釋，略備其正名辨物，蓋與揚雄、郭璞相上下，不但藉助於思勰也。此書李淳風嘗演之，淳風書遽亡，韓魏又撮思勰所記，别著《四時纂要》五卷。本朝天禧四年，詔並刻二書，以賜勸農使者。然其書與律令俱藏，衆弗得習。市人輒抄要術之淺近者摹印，相師用才一二。此有志於民者所當惜也。今公幸以稽古餘力，悉發其隱，盍併刻焉，豈惟決疑糾繆，有益學者，抑使斯民日用知所本末，更被天禧遺澤，不亦可乎。

忽思慧《飲膳正要・御製飲膳正要序》 朕惟人物皆禀天地之氣以生者也，然物又天地之所以養乎人者，苟用之失其所以養，則至於戕害者有矣。如布帛、菽粟、雞豚之類，日用所不能無，其爲養甚大也。然過則失中，不及則未至，其爲戕害，一也。其爲養甚大者尚然，而況不爲養而爲害之物，爲可以不致其慎哉。此特其養口體者耳，若夫君子動息、威儀、起居出入，皆當有其養焉，又所以養德也。嘗觀前元《飲膳正要》一書，其所以養口體、養德之要無所不載，蓋當時尚醫所論著，其執藝事以致忠愛，雖深於聖賢之道者，不外是也。夫善莫大於取諸人，取諸人以爲善，大舜所先肆。朕嘉是書而用之，以資攝養之助，且鋟諸梓以廣惠利於人，亦庶幾乎。好生之仁，雖然生禀於天，非人之所能爲，若或戕之，與立巖墻之下者同，有不由於人乎。故此非但攝養之助，而抑順受其正之大助也。

忽思慧《飲膳正要・虞集序》 臣聞古之君子善脩其身者，動息節宣以養生，飲食衣服以養體，威儀行義以養德，是故周公之制禮也。天子之起居、衣服、飲食各有其官，皆統於冢宰，蓋慎之至也。

今上皇帝天縱聖明，文思深遠，御延閣閱圖書日暮有恒，則尊養德性以酬酢萬幾，得内聖外王之道焉，於是趙國公臣常普蘭奚以所領膳醫，臣忽思慧所撰《飲膳正要》以進。其言曰：昔世祖皇帝食飲必稽於《本草》，動静必準乎法度，是以身躋上壽，貽子孫無疆之福焉。是書也當時尚醫之論著者云。噫，進書者可謂能執其藝事，以致其忠愛者矣。是書進上，中宫覽焉，念祖宗衛生之戒，知臣下陳義之勤，思有以助聖上之誠身而推其仁民之至意，命中政院使臣拜住刻梓而廣傳之，兹舉也蓋欲推一人之安，而使天下之人舉安，推一人之壽，而使天下之人皆壽，恩澤之厚，豈有加於此者哉。書之既成，大都留守臣金界奴傳勑，命臣集序其端云，臣集再拜稽首而言曰：臣聞易之傳有之，大哉，乾元萬物之始，至哉，坤元萬物資生天地之大德，不過生生而已耳。今聖皇正統於上乾道也，聖后順承於中坤道也。乾坤道備於斯爲盛，斯民斯物之生於斯時也，何其幸歟。願颺言之，使天下後世有以知夫高明博厚之可見如此，於戲休哉。

天曆三年五月朔日謹序。

奎章閣侍書學士翰林直學士中奉大夫知制誥同脩國史臣虞集譔。

忽思慧《飲膳正要・進書奏》 國朝奄有四海，遐邇罔不賓，貢珍味奇品，咸

萃内府，或風土有所未宜，或燥濕不能相濟，儻司庖厨者不能察其性味，而槩於進獻，則食之恐不免於致疾。欽惟世祖皇帝聖明，按《周禮》天官有師醫、食醫，疾醫、瘍醫，分職而治，行依典故，設掌飲膳太醫四人，於《本草》内選無毒、無相反、可久食補益藥味，與飲食相宜調和五味，及每日所造珍品御膳，必須精製。所職何人，所用何物，進酒之時，必用沉香、木沙、金水晶等盞，斟酌適中，執事務合稱職。每日所用，摽注於曆以驗後效。至於湯煎瓊玉、黄精、天門冬、蒼术等膏，牛髓枸杞等煎，諸珍異饌，咸得其宜，以此世祖皇帝聖壽延永無疾。恭惟皇帝陛下自登寶位，國事繁重，萬機之暇，遵依祖宗定制，如補養調護之術，飲食百味之宜進加日新則，聖躬萬安矣。臣思慧自延祐年間，選充飲膳之職于兹有年久，叨天禄，退思無以補報，敢不竭盡忠誠以答洪恩之萬一。是以日有餘閑，與趙國公臣普蘭奚將禦朝親侍進用奇珍異饌湯膏煎造及諸家本草名醫方術，并日所必用穀肉菓菜，取其性味補益者，集成一書，名曰《飲膳正要》，分爲三卷。《本草》有未收者，今即採摭附寫，伏望陛下恕其狂妄，察其愚忠，以燕閒之際，鑑先聖之保攝，順當時之氣候，棄虚取實，期以獲安，則聖壽躋於無疆，而四海咸蒙其德澤矣。謹獻所述《飲膳正要》一集以聞，伏乞聖覽下情，不勝戰慄，激切屏營之至。

忽思慧《飲膳正要・序》 天之所生，地之所養，天地合氣，人以稟天地氣生，並而爲三才。三才者，天、地、人。人而有生，所重乎者心也。心爲一身之主宰，萬事之根本，故身安則心能應萬變，主宰萬事，非保養何以能安其身。保養之法，莫若守中，守中則無過與不及之病。調順四時，節慎飲食，起居不妄。使以五味調和五藏，五藏和平，則血氣資榮，精神健爽，心志安定，諸邪自不能入，寒暑不能襲人，乃怡安夫。上古聖人治未病，不治已病，故重食輕貨，蓋有所取也。故云食不厭精，鱠不厭細。魚餒肉敗者，色惡者，臭惡者，失餪不時者，皆不可食。然雖，食飲非聖入口腹之欲哉，蓋以養氣養體，不以有傷也。若食氣相惡則傷精，若食味不調則損形，形受五味以成體，是以聖人先用食禁以存性，後制藥以防命。蓋以藥性有大毒，有大毒者治病，十去其六。常毒治病，十去其七，小毒治病，十去其八，無毒治病，十去其九。然後穀肉菓菜，十養一儘之，無使過之，以傷其正。雖飲食百味，要其精粹，審其有補益助養之宜，新陳之異，温凉寒熱之性。五味偏走之病，若滋味偏嗜，新陳不擇，製造失度，俱皆致疾。可者行之，不可者忌之，如妊婦不慎行乳，母不忌口，則子受患，若貪爽口而忘避忌，則疾病潜生而中不悟，百年之身而忘於一時之味，其可惜哉。孫思邈曰：謂其醫者，先曉病源，知其所犯，先以食療，不瘥然後命藥，十去其九。故善養生者，謹先行之攝生之法，豈不爲有裕矣。

永瑢等《四庫全書總目》卷一一六《子部・譜録類存目》 《飲膳正要》三卷，浙江范懋柱家天一閣藏本，元和斯輝撰。和斯輝原作忽思慧，今改正。和斯輝，官飲膳太醫，其始末未詳。是編前有天曆三年進書奏，稱世祖設掌飲膳太醫四人。於本草内選無毒，無相反，可久食，補益藥味，與飲食相宜，調和五味。及以每日所造珍品御膳，所職何人，所用何物，標註於歷，以驗後效。和斯輝自延祐間選充是職，因以進用奇珍異饌，湯膏煎造，及諸家本草名醫方術，並日所必用穀肉果菜，取其性味補益者，集成一書。虞集奉敕爲之序。所言皆當時之制，其中如鄒店井水之類，頗足以資考證。惟神仙服食一門，詞多荒誕耳。

柳貫《待制集》卷一九《題山谷書士大夫食時五觀》 禮始諸飲食，而飲食之所由以始，又不可以莫之思也。黄太史平生薄滋味，晚歲再竄蜀，蔬食終日，至斷葷血，其知厚味腊毒之戒者矣。食時五觀，用衲僧存觀之法，爲君子省察之具，一則曰計功，二則曰忖已，三則曰離過。然則道業之成，應受此食，是爲正事良藥，萬鍾九鼎，夫何加於我哉。太史書蘭亭之變，此卷奇正相生，所謂孫吴之兵也。蓋粉紙不受墨，最難作字，太史爲之，乃更遒密。此吾徒所以望之而再拜也歟。

永瑢等《四庫全書總目》卷一一六《子部・譜録類存目》 饌史一卷，南淮鹽政採進本。

不著撰人名氏。舊本題曰元人，亦臆度之也。其書雜記飲食故事，所採如《酉陽雜俎》、《東京夢華録》、《武林舊事》之類，大抵習見。又以饌史爲名而波及食量，已爲支蔓，乃併劉邕嗜痂，權長孺嗜爪甲，鮮于叔明嗜臭蟲事，亦併闌入，皆與饌無涉，益乖體例矣。

永瑢等《四庫全書總目》卷一一六《子部・譜録類存目》 飲食須知八卷編修程晉芳家藏本

元賈銘撰。銘，海寧人，自號華山老人。元時嘗官萬户，入明已百歲。太祖召見，問其平日頤養之法。對云：要在慎飲食。因以此書進覽，賜讌禮部而回。至百有六歲乃卒。書中所載，自水火以及蔬果諸物，各疏其反忌，皆從諸家本草中摘敘成書。自序謂物性有相反相忌，本草疏注各物皆損益相半，令人莫可適

從。茲專選其反忌，匯成一編，然別無出於本草之外者，不足取也。

韓奕《易牙遺意・敘》 自放生戒殺之教，盛於六代，人主是日舉蔬食，士大夫亦有蟹蛤自給者。是時《食經》乃多，至百餘卷，今天下號極靡，三吳尤甚，尋常過從大小方圓之器，儉者率半百，而《食經》未有聞焉。可怪也，豈古人約於品而詳於法，今人疎于法而侈於品與。抑品逾繁則法逾重，不傳與。及觀世所傳，禁中方醴醯蔬菓靡非飴也，此后家沃釜物耳，豈堪代鹽豉耶。善謔者至謂醇酒蜜物可用，訊賊快哉。獨韓氏方爲豪家所珍，予效其書，治之饐不鞔胃，淡不摘舌，出以食客往往稱善，因梓以公夫世之司刀俎者，且爲之解嘲曰，而謂予不知饕餮氏爲永戒乎。夫能爲不厭精，不厭細，不得醬不食也者，則口腹豈適爲尺寸之膚哉。

攜李梅顛道人周履靖撰。

永瑢等《四庫全書總目》卷一一六《子部・譜録類存目》 《易牙遺意》二卷，副都御史黄登賢家藏本。

舊本題元韓奕撰。奕字公望，平江人，生於元文宗時，入明遁迹不仕，終於布衣。是編仿古食經之遺。上卷爲醞造、脯鮓、蔬菜三類。下卷爲籠造、爐造、糕餅、湯餅、齋食、果實、諸湯、諸藥八類。周履靖校刊，稱爲當時豪家所珍。考奕與王賓、王履齊名，明初稱吳中三高士，未必營心刀俎若此。或好事者僞撰，託名於奕耶。周氏《夷門廣牘》，胡氏《格致叢書》，曹氏《學海類編》所載古書，十有九僞，大抵不足據也。

倪瓚《雲林堂飲食製度集・跋》 禮始諸飲食，飲食，人之大欲存焉，固日用之，不可闕者。若何胤朵頤礎，几以剞劂取味，非所爲訓。東坡晚年戒殺一茹蔬素，亦非先王養老之意也。是編爲雲林堂集飲食制度，烹飪和澆，既不失之慘毒，而蔬素尤良。百世之下，想見高風使好事者聞之，斯歙衽矣。雲林諱瓚，字元鎮，姓倪氏，邑之祇陀里人。生遭元季羣雄蠭起，韜精晦迹，俟我皇祖定鼎金陵，乃散財去家，以清白終其身。云嘉靖甲寅秋七月，既望亢旱之餘，忽涼颸西來，甘霖灑席，勾吳茶夢，散人姚咨欣然走筆。

吳正倫《養生類要後集・跋》 醫之爲道，古未有言也。言自軒岐，始未有與也。與自仲景，始方出而道滋弊焉。然非與之能弊道也，言之或能盡合乎道，病之不能盡合乎與，泥而庸之通，其不滋弊耶。吾姪子懼弊道而訛人也，蒐輯於見聞之真，□擬於心思之極，察其風土，辨其氣候，審其年叙，掄其與之可舊者，

定爲司南，以不用之者存乎通焉，其用心亦良矣。年既校定後，言於簡末，人也幸無俾。吾姪子之踵，其弊尤哉。嘉靖甲子春王正月哉生明新安左竹山人吳敖謹跋。

顧起元《説略》卷二五《食憲》 崔浩、馬琬、盧仁宗、竺暄、劉休、謝諷，各有《食經》，何曾有《食疏》。梁大官有《食經》，有食法。隋大業有淮南王《食經》、《食目》。虞悰有《食方》。唐趙氏有《四時食法》，《蕭家法饌》。楊曄有《膳夫經手録》。嚴巒有《食法》。曹子休有《續法饌》。段文昌有《食經》，號鄒平公《食憲章》。王易簡有《食法》。黄克明有《江飡饌要》。僞唐陳士良有《食物本草》，孟蜀有《食典》。宋林洪有《山家清供》二卷。近韓奕公望有《易牙遺意》二卷。又周履静《續易牙遺意》一卷。

沈長卿《沈氏日旦》卷六《崇禎二年夏》 色損人者也，食益人者也。太宰何曾，僕射韋巨源，俱有《食單》，謝諷有《食經》，段文昌丞相有《食經》五十卷，孟蜀有《食典》一百卷。

賈銘《飲食須知・序》 飲食藉以養生，而不知物性有相反相忌，叢然雜進，輕則五内不和，重則立興禍患，是養生者亦未嘗不害生也。歷觀諸家本草疏註，各物皆損益相半，令人莫可適從，兹專選其反忌，彙成一編，俾尊生者日用飲食中，便於檢點耳。華山老人識。

焦周《焦氏説楛》卷五 段文昌有《食經》十卷，孟蜀有《食典》一百卷，崔浩《食經》一卷，今多不傳，聊取古人食品名，稍雅馴者筆之。

沈自南《藝林彙考飲食篇》 藝林彙考飲食篇題記

飲食之人，則人賤之，此爲不究心於飲食者言也。不究心於飲食而營營焉，以飲食爲事，雖終日飲食，而謂之不知飲食可也。故曰人莫不飲食也，鮮能知味也。夫鹽苦辛酸，入口易辨，調和烹飪，拙婦所能。而君子曰：鮮能則夫飲之、食之，當有在乎飲食之外矣。今餖飣具備，而或不能舉其名，即粟菽日陳，而或不得詳其義。適於夕者而或戾於朝，宜於左者而或違於右，則一舉七間，而昧昧於名物，格格於義類者多矣。奚必登鍊珍之堂以稱奇，讀膳夫之録而不識哉，爲輯飲食篇。

吳楚材《疆識畧》卷二六《飲食部》 食《釋名》：殖也，所以自生殖也。《厄言》云：何太宰魯有安平公食單，韋僕射巨源有燒尾宴食單。段承相文昌有食

經五十卷，號鄒平公食憲章。庖榜曰煉珍堂在途，曰行珍館。虞悰有食方，謝諷有食經，各十卷，孟蜀食典一百卷，東坡在黃州書云：居士自今日，已往早晚飲食不過一爵一肉，有尊客盛饌，則三之可損不可增，有召我者，以此告之。一曰省費以養財。

宋應星《天工開物自序》 天覆地載，物數號萬，而事亦因之繭成而不遺，豈人力也哉。事物而既萬矣，必待口授目成而後識之，其與幾何萬事萬物之中，其無益生人與有益者，各載其半。世有聰明博物者，稠人推焉，乃棗梨之花，未賞而臆度，楚萍釜鬻之範，鮮經而侈談。菅鼎畫工好圖鬼魅而惡犬馬，即鄭僑晉華豈足爲烈哉。幸生聖明極盛之世，滇南車馬縱貫遼陽嶺徼宦商衡遊薊北，爲方萬里中，何事何物不可見。見聞聞若，爲士而生。東晉之初，南宋之季，其視燕秦晉豫方物，已成夷產，從互市而得裘帽，何殊肅慎之矢也。且夫王孫帝子生長深宮，御厨玉粒正香而欲觀耒耜。尚宮錦衣方剪而想像機絲。當斯時也，披圖一觀，如獲重寶矣。年來著書一種，名曰《天工開物》。卷傷哉，貧也，欲購奇攷證而乏洛下之資，欲招致同人商畧贋真，而缺陳思之館。隨其孤陋見聞，藏諸方寸而寫之，豈有當哉。吾友涂伯聚先生誠意動天，心靈格物，凡古今一言之嘉，寸長可取，必勤勤懇懇而契合焉。昨歲畫音歸正繇先生而授梓，茲有後命，復取此卷而繼起爲之，其亦夙緣之所召哉。卷分前後，乃貫五穀而賤金玉之義，觀象樂律二卷，其道太精自揣，非吾事，故臨梓刪去。丐大業文人棄擲案頭，此書于功名進取毫不相關也。時崇禎丁丑孟夏月奉新宋應星書于家食之間堂。

李肇亨《清異續録·饌羞》 小晃白，大晃白。《紫桃軒雜綴》云：苕上祝翁，奄溪舊姓，自號閒忙道人，其家傳有唐人《砍繪書》一編，文極奇古，類陸李疵《茶經》。首篇製刀砧，次列鮮品，次列刀法，有小晃白、大晃白、舞梨花、柳葉綫、對飜蚓蝶、千丈線等名，大都稱其運刃之勢，與所砍細薄之妙也。末有下豉醯及發沸之法。務取火齊與均和三昧。疑必易牙之徒所爲。予愛其文，未及借録。今書與翁皆爲烏有矣。下豉醯篇中云：剪香□花葉爲芼，取其殷紅翠碧與銀絲相映，不獨爽嚥兼亦艷目，然竟不知香□花爲何花也。

方以智《通雅》卷三九《飲食》 《食單》《食經》好事者爲之，茶酒之書，筆乘詳矣。何曾有《安平公食單》，韋僕射巨源有《燒尾宴食單》，段丞相文昌有《食經》五十卷，號鄒平公《食憲》。庖榜曰煉珍堂，在途曰行珍館，虞悰有《食方》，謝諷有《食經》，孟蜀有《食典》一百卷，西陽泗水所載，隨時自創耳。《筆乘》曰癸未讀。田子秋《日札》，載宋大隱朱翼中《北山酒經》三卷，乃知即翼中作。然又有李保《續北山酒經》三卷，前此更有汝陽王璡《甘露經》，王績追焦革釀法爲《酒經》，又采儀狄、杜康以來善釀者爲《酒譜》。竇子野亦有《酒譜》、《酒録》一卷。胡節還《醉鄉小略》五卷，《白酒方》一卷，《食圖》、《四時酒要》一卷，《藏釀方》一卷。劉炫《酒孝經》一卷，《貞元飲略》三卷。皇甫崧《醉鄉日月》三卷。陽曾龜《令圃芝蘭集》一卷，《小酒令》一卷。同塵先生《庭萱譜》一卷。近又有《酒史》三卷，田汝成《醉鄉律令》一卷，陸羽《茶經》三卷，《茶記》三卷，皎然《茶訣》三卷，陸魯望《茶品》一篇，温庭筠《採茶録》三卷，張又新《煎茶水記》一卷，蜀毛錫《茶譜》一卷。丁謂《北苑茶録》三卷，又《北苑拾遺》一卷。蔡宗顔《茶山接對》一卷，又《茶譜遺事》一卷，《北苑煎法》一卷。曾伉《茶苑總録》十四卷，《茶法易覽》十卷。蔡襄有《進茶録》，黄儒有《品茶要録》，熊蕃有《宣化北苑貢茶録》，熊客有《北苑别録》，田秋衡有《煮茶小品》。《客坐贅語》載近時茶酒之名頗稟。

方中德《古事比》卷四九《飲食》 何曾著《食疏》，又有安平公《食單》，韋僕射巨源有《燒尾宴食單》，馬琬、盧仁宗、竺暄、劉休有《食經》，虞悰有《食方》，謝諷有《食經》，孟蜀有《食典》，崔浩著《食經》，梁大官有《食經食法》，隋大業有淮南王《食經食目》，唐趙氏有《四時食法》、《蕭家法饌》，楊曄有《膳夫經手録》，黄克明有《江殽饌要》，段文昌有《食經》，號鄒平公《食憲章》。

張岱《夜航船》卷一一《日用部》 食憲章　段文昌丞相精饌事，第中庖所榜曰練珍堂，在途號行珍館。文昌自編《食經》五十卷，時稱鄒平公《食憲章》。

高士奇《天禄識餘》卷一《食單》 《食單》出鄭望《膳夫録》，韋僕射巨源有《燒尾宴食單》。

張英《飯有十二合説·題辭》 飯之爲物也，得之則生，不得則不生矣。貧乏者或寄食于漂母，或致羨于侏儒，或飯後聞鐘，不免對閽黎而慚媿，是皆欲求一飽而不可得者；尚何暇計其精粗美惡耶。若夫世禄之家，不惟足以自給，且有食客至數千人者，必欲飯脱粟而供惡草具，皆非中正之道也。吾夫子則不然，《鄉黨》一篇所云食不厭精，吾可知其所喜。所云食饐而餲不食，失飪不食，吾可知其所惡。夫子之喜惡如此，寧不可得其所折衷乎。桐城張相國官大宗伯時，作飯有十二合説。余思夫君子之事上也，雖一飯不敢忘君，而況其列高華而居清要者乎。今喜海宇昇平屢豐，載咏田間，父老相與含哺鼓腹于光天化日之中，

而公也與執政諸公，共宏吐哺之誼，和羹調鼎，三命益恭。世之想望丰采者，或賦羔羊之章，或賡緇衣之詠，薄海内外其爲人也多矣。夫觀其所養，于以知公之爲國自愛，寧僅，僅口體之奉云爾哉。歙縣張潮。

張英《飯有十二合説・跋》 余向苦胃弱，日食不過合許，此腹終歲枵然，未嘗一飽，見健飯者輒羨之，非不欲飽也，不能飽也。昔東坡與客有畧飯，又有毳飯，雖日遊戲終，屬冷淡生活。今讀此篇，誠不啻大嚼矣，心齋張潮。

永瑢等《四庫全書總目》卷一一六《子部譜録類存目》 《居常飲饌録》一卷，編修程晉芳家藏本。國朝曹寅撰。寅字子清，號棟亭，鑲藍旗漢軍，康熙中巡視兩淮鹽政，加通政司銜。是編以前代所傳飲膳之法，彙成一編。一曰宋王灼《糖霜譜》，二、三曰宋東谿遁叟《笋譜》及《粉麵品》，四曰元倪瓚《泉史》，五曰元海濱逸叟《製脯鮓法》，六曰明王叔承《釀録》，七曰明釋智旭《茗箋》，八、九曰明灌畦老人《製蔬品法》。中間《糖霜譜》，寅已別刻入所輯《棟亭十種》，其他亦頗散見於《説郛》諸書云。

李化楠《醒園録・序》 居家宜儉也，而待客則不可不豐，自食宜淡也，而事親則不可不濃，此先大夫醒園之所由作也。先大夫自諸生時，疏食菜羹，不求安飽，然事先大父母必備極甘旨。至于宦遊所到，多吴越南珍之卿，厨人進而甘焉者，隨訪而誌諸册，不假抄胥，手自繕寫，蓋歷數十年如一日矣。夫禮祥内則，養老有淳熬淳母之别，奉親有飴蜜滫瀡之和，極之蜩范蚳蝝之細，芝栭葱薤之微，棗烝栗擇，削瓜鑽梨之事，罔不備舉。寧獨大者軒，細者膾，冬行螽，夏行腒，委曲詳載爾乎。夫飲食非細故也，易譥腊毒，《書》重鹽梅烹魚，則《詩》羨誰能脁熊則傳懲口實，是故箴銘之作，不遺盤盂知味之喻，更嘆能鮮誤食蟛蜞者，猶讀《爾雅》不熟雪桃以黍者，亦未聆《家語》之訓乎。在昔賈思勰之《要術》遍及齊民，近即劉青田之《多能》，豈真鄙事《茶經》、《酒譜》，足解羈愁鹿尾蟹蝑，恨不同載。夫豈好事，蓋亦有意存焉，是録偶然涉筆不言著述，而著述莫大焉。時一恭展，儼然見先大夫之精神如在，而菽粟之味獨留，家風猶憶，醒園不啻隨先大夫後捧匜進爵，陪笑於先大父母之側也，不敢久閉笈笥，乃壽諸梓書法，行款悉依墨妙點竄塗抹，援刻魯公爭座位例，各存其舊，亦謂父之書手澤存焉耳。然而言及此，已不禁淚涔涔如綆縻矣。童山李調元序

宋詡《竹嶼山房雜部・提要》 臣等謹案：《竹嶼山房雜部》三十二卷，是書凡養生部六卷，燕閑部二卷，樹畜部四卷，皆明華亭宋詡撰。種植部十卷，尊生部十卷。詡子公望撰。公望之子懋澄合而編之。詡字久夫，公望字天民，皆見于書中。其始末則未詳焉。考《千頃堂書目》載是書凡二十七卷，前集樹畜部四卷、養生部六卷，家要二卷，宗儀二卷，家規四卷。後集種植一卷，尊生一卷。此本蓋不完之書。然此書以農圃之言，兼玩好之具，與家要、家規、宗儀同爲一帙，實屬不倫，疑其後析而别行。而此五部以類相聚，自爲一編，則亦不可謂非全帙也。至種植、養生二部，實各十卷，與黄氏所云各一卷者不合。且以黄氏所載卷數計之，與二十七卷之數又自不相合，則黄氏所云亦不足據以定此書之完缺矣。其書于田居雜事最爲詳悉，而亦間附考證。如養生部鱘魚條，引《爾雅》鮥當魧以證之。鄭樵注謂鰿即魧，魧即縮項鯸。郭璞注謂鮥似鯸而小，則非鯸。可知鄭注似誤。此書取張萱《匯雅》之説，舍鄭從郭，以鮥爲鱘，所解甚確，則猶讀書考古者所爲，非僅山人墨客語也。

永瑢等《四庫全書總目》卷一一六《子部・譜録類存目》 《天厨聚珍妙饌集》一卷，永樂大典本。不著撰人名氏。所言皆製造、飲食、法度科例，分類編次。有汝陽史維泉序曰：東原鬻書，李順之購得善本，目之曰《天厨聚珍妙饌集》，將鋟梓以廣其傳。蓋舊有其書，而李順之刻之，爲題此名。當時已不知誰所作矣。

稛璜等《皇朝文獻通考》卷二二八《經籍考一八・子》 《居常飲饌録》一卷，曹寅撰。寅字子清，號棟亭，鑲藍旗漢軍人。康熙中，巡視兩淮鹽政，加通政司銜。

稛璜等《欽定續文獻通考》卷一八一《經籍考》 《湯品》，無卷數。不著撰人名氏。

稛璜等《欽定續文獻通考》卷一八一《經籍考》 忽思慧《飲膳正要》三卷。

臣等謹案：是編仿古食經之遺考。奕，平江人，生於元文宗時，入明遁跡不仕，終於布衣。舊題韓奕撰。奕字公望，《易牙遺意》二卷。

必屑屑於此，疑好事者所僞託也。

賈銘《飲食須知》八卷。

銘，海寧人，自號華山老人，元時嘗官萬户，入明已百歲。太祖召見，問其平日頤養之法。對曰要在慎飲食。因以此書進，賜讌禮部而還。

臣等謹案：是書所載，皆物性之相反相忌者。

《饌史》一卷。

題元人撰，不著名氏。

臣等謹按：《永樂大典》所載有《天府聚珍妙饌集》一卷，不著時代名氏，謹附識。

袁棟《書隱叢說》卷二《食譜食經》 飲食人之大欲，然必從事于此，購求精美不亦陋乎。韋巨源有《食譜》，謝諷有《食經》，何曾有《食單》，虞悰有《食方》，段文昌《食經》至有五十卷，孟蜀《食典》至有一百卷，異矣。

袁枚《隨園食單・序》 詩人美周公而曰邊豆有踐，惡凡伯而曰彼疏斯稗。古之於飲食也，若是重乎。他若《易》稱鼎亨，《書》稱監梅，《鄉黨》、《內則》瑣瑣言之。孟子雖賤飲食之人，而又言飢渴未能得飲食之正。可見凡事須求一是處，都非易言。《中庸》曰：人莫不飲食也，鮮能知味也。《典論》曰：一世長者知居處，三世長者知服食。古人進譬□□，皆有法焉，未嘗苟且。于與人歌而善，必使反之，而後和之。聖人于一藝之微，其善取于人也如是。余雅慕此旨，每食于某氏而飽，必使家廚往彼竈觚，執弟子之禮。四十年來，頗集衆美。有學就者，有十分中得六七者，有僅得二三者，亦有竟失傳者。余都問其方略，□而存之。雖不甚省記，亦載某家某味，以志景行。自覺好學之心，理宜如是。雖死法不足以限以生厨，名手作書，亦多出入，未可專求之于故紙，然能率由舊章，終無大謬。臨時治具，亦易指名。或曰：人心不同，各如其面，子能必天下之口，皆子之口乎。曰：執柯以伐柯，其則不遠。吾雖不能強天下之口與吾同嗜，而吾于忠恕之道則已盡矣。吾何憾哉。若夫《說郛》所載飲食之書三十餘種，眉公笠翁亦有陳言，曾親試之，皆閣于鼻蜇于口，大半陋儒附會，吾無取焉。

顧仲《養小錄・序》 飲食以衛生也，饞率無法，或致損人，誠失於講求耳。苟講求矣，專工滋味，不審利害，如吳人丁隲，因食河豚死，而好味者必謂其中風，非因食魚，可笑也。窮極口腹，反覺多纍，如穆甯飽啖珍羞，而猶杖責其子，罪其遲供，尤可鄙也。戰國四公子相尚好客，而孟嘗下客止食菜，苟一往奢侈，何所窮極。蘇易簡對太宗，謂物無定味，適口者珍，夜飲吻燥，咀齏數根，以爲仙味。東坡煮菜羹醒酒，以爲味含上膏，氣飽霜露，雖粱肉勿過。山谷作食時五觀，倪正父極歎其深切，此數公者豈未嘗閱歷滋味，而實真示樸，以警侈慾，良有以也。且烹飪燔炙，畢聚辛酸，已失本然之味矣。本然者淡也，淡則真，昔人偶斷殺羞食淡飯曰：今日方知其味。向者幾爲舌本所瞞。然則曰食萬錢，猶曰無下箸處者，非不足也，亦非味劣也，汩沒于五味，而舌本已無主也。齊世祖就侍中虞悰，求諸飲食方，虞祕不出，殆亦防人主之侈慾。及上醉，乃獻醒酒鯖鮓一方，或亦寓諷諫之旨乎。閱食憲者，首戒宰割，勿多戕物命。次戒奢費，勿暴殄天物。偶遇物品，按譜依法可耳，勿因譜試法以逞慾，以潔爲務，以衛生爲本，庶不失編是書者之意乎。且口腹之外，尚有事在，何至沈湎于飲食中也。諺云：三世作官，纔曉著衣喫飯。豈徒以侈富哉，謂其中節合宜也。孔子食不厭精，膾不厭細，不厭云爾，何所庸心焉。海甯楊宮建題。

顧仲《養小錄・自序》 嘗讀詩至民之質矣，日用飲食，曰旨哉，飲食之道，所尚在質，無他奇譎也。《孟子》曰：飲食之人則人賤之。是飲食固不當講求者，乃孔子大聖，食不厭精，膾不厭細。又曰：人莫不飲食也，鮮能知味也。夫人莫不飲食也，至不得其醬不食，何兢兢于味也。而饘餬餒敗，色惡臭惡，失飪之不食無論已，至于一藝之微，其善取于人也如是。余雅慕此旨，孟子亦嘗曰：口之於味有同嗜焉，芻豢之悅口，至比於理義之悅心，是飲食又非苟然者。其在于詩：一曰，曷飲食之。一曰，食之飲之。一曰，飲之食之。忠愛之心，悉寓于飲食，古人之視食飲甚重矣。至于味，則曰或燔或炙，曰燔之炙之，曰魚之燔之，曰燔之魚之。不曰旨酒，則曰嘉餚，不曰維其嘉矣，則曰維其旨矣，不曰其殽維何，則曰其簉維何，不曰有鮥其香，則曰有椒其馨。甚而田間饁餉，亦必嘗其旨否，古人之于味重致意矣。《周禮・內則》：備載食齊羹齊醬齊飲齊，曰和曰調曰膳，煎也。各以四時配五味五穀及諸腥膋，酒正以法式授酒材，辨五齊四飲，籩人掌籩實，曰形鹽膾炙魚。鮑大謂。魚鰡以魚于糇室中糗乾之。實脯果及果脯。糗熬大米爲粉。餌合蒸爲餅。粉豆屑也。餈。餅之曰餈。醢人掌豆實曰醢肉汁。醢肉醬。臡音泥，無骨曰醢，有骨曰臡。菹淹菜。酏食以酒酏爲餅。糝餈。肉味合餅煎之。誠詳哉其言之也。余謂飲食之道關乎性命，治之之要，惟潔惟宜，宜者五味得宜，生熟合節，難以備陳。至于潔乃大綱矣，詩曰：誰能烹魚，溉之釜鬵。能者具有能事克宜也，能事具矣，而器不潔，惡乎宜，故願爲之潔器者，誠重其能事也。器必潔，斯烹之潔可知，正副其能事也。夫禽獸蟲魚，本腥穢也，潔之非獨味美且益人。水米蔬果本潔也，鹵莽焉則不堪，由斯以談，酒非和旨，殽非嘉旨，奚以式燕且喜，式燕且譽爲。然則孟子所稱飲食之人，即孔子所稱飽食終日無所用心之人，故賤之，而非爲飲食言也。且夫飲食之人，大約有三，

一曰餔餟之人，秉量甚宏，多多益善，不擇精粗。一曰滋味之人，求工烹飪，博及珍奇，又兼好名，不惜多費，損人益人，或不暇計。一曰養生之人，務潔清，務熟食，務調和，不侈費，不尚奇，食品本多，忌品不少，有條有節，有益無損，遵生頤養，以和於身，日用飲食，斯爲尚矣。余家世耕讀，無鼎烹之奉，然自祖父以來，蔬食菜羹，必潔且熟，又自出就外傳，謹守色惡臭惡之語，遂成痼癖。管子曰：皆食者不肥體。余真其食者，宜其爲山澤癯也。嘗著飲食中庸論，及臆定飲食各條，草藁未竟，浪遊十餘載，傳食于公卿，所遇或豐而不潔，惜其暴殄天物也。潔而不極豐，意念良安耳。極豐且潔，則私計曰：是不當稍稍惜福耶。歲戊寅遊中州，客寶豐館舍，地僻無物産，官庖人朴且拙，余每每皆食，誠恐不潔與熟，非不安澹泊也。適廣文楊君子健，河内名族也，有先世所輯食憲一書，余乃因千門楊明府，得以借録其閒，雜亂者重訂，重複者從删，訛者改正，集古旁引，無預食經者置弗録，録其十之五，而增以己所見聞十之三，因易其名曰養小録，并述夙昔臆見以爲序。序成，反覆自忖，誠飲食之人也。浙西饕士中村顧仲漫識。

顧仲《養小録・跋》　《清異録》載：段文昌丞相自編《食經》五十卷，時號鄒平公食憲章，是書初名食憲本此。文昌精究饌事，第中庖所榜曰鍊修堂，在途號行珍館。家有老婢掌其法，指授女僕四十年，凡閱百婢，獨九婢可嗣法，乃知飲食之務，亦具有才難之歎也。夫調和鼎鼐，原以比大臣燮理，自古有君必有臣，猶之有飲食之人，必有庖人也，徧閱十七史，精于治庖者，復幾人哉。秀水朱昆田跋。

曾國荃、張煦等光緒《山西通志》卷八八《經籍下》　《乾臊子》二卷，温庭筠撰。

李鴻章等修黄彭年等光緒《畿輔通志》卷一三五《藝文三》　《食經》九卷，後魏崔浩撰。見《舊唐書・經籍志・醫方類》。浩，清河人。

袁棟《書隱叢説》卷二《食譜食經》　飲食人之大欲，然必從事于此，購求精美，不亦陋乎。韋巨源有《食譜》，謝諷有《食經》，何曾有《食單》，虞悰有《食方》，段文昌《食經》至有五十卷，孟蜀《食典》至有一百卷，異矣。

周魯輯《類書纂要》卷二六《飲食類・珍饌》　食憲章段文昌丞相精饌事，第中庖所榜曰鍊珍堂，在塗號行珍館。家有老婢掌其法，指授女僕四十年，凡閱百婢，獨九婢可嗣法。文昌自編《食經》五十卷，時稱鄒平公《食憲章》。

藝文

嚴可均《全漢文》卷四二王褒《僮約》　《僮約》

蜀郡王子淵，以事到湔，止寡婦楊惠舍。惠有夫時奴，名便了。子淵倩奴行酤酒，便了拽大杖，上夫冢嶺曰：大夫買便了時，但要守家，不要爲他人男子酤酒。子淵大怒曰：奴寧欲賣耶。惠曰：奴大忤人，人無欲者。子淵即決買券云云。奴復曰：欲使，皆上券，不上券，便了不能爲也。子淵曰：諾。券文曰：神爵三年正月十五日，資中男子王子淵，從成都安志里女子楊惠，買亡夫時户下髯奴便了，決賈萬五千，奴當從百役使，不得有二言。晨起早掃，食了洗滌。居當穿臼縛箒，截竿鑿斗。浚渠縛落，鉏園斫陌。杜埤地，刻大枷，屈竹作杷，削治鹿盧。出入不得騎馬載車，踑坐大呶，下牀振頭。捶鉤刈芻，結葦躐纗。汲水絡，佐酏釀。織履作麤。黏雀張鳥。結網捕魚，繳雁彈鳧，登山射鹿，入水捕龜。後園縱養雁騖百餘，驅逐鴟鳥，持梢牧豬，種薑養芋，長育豚駒，糞除堂廡，餧食馬牛。鼓四起坐，夜半益懈。一月春分，被隄杜疆，落桑皮椄，種瓜作瓠。別落披葱，焚槎發芋，壟集破封。日中早慧，雞鳴起舂。調治馬户，兼落三重。舍中有客，提壺行酤，汲水作餔，滌杯整桉。園中拔蒜，斷蘇切脯，築肉臛芋，膾魚怠慢。烹茶盡具，已而蓋藏，關門塞竇，餧豬縱犬。勿與鄰里爭鬥，奴但當飯豆飲水，不得嗜酒。欲飲美酒，唯得染脣漬口，不得傾盂覆斗。不得辰出夜入，交關作偶。舍後有樹，當裁作船，上至江州，下到湔主。爲府椽求用錢，推訪堊販椄索。緜亭買席，往來都洛，當爲婦女求脂澤，販於小市。歸都擔枲，轉出旁蹉。牽犬販鵝，武都買茶，楊氏擔荷，往市聚，慎護奸偷。入市不得夷蹲旁臥，惡言醜罵。多作刀矛，持入益州，貨易羊牛。奴自教精慧，不得癡愚。持斧入山，斷輮裁轅。若有餘殘，當作俎几木屐，及犬鼻盤。焚薪作炭，礱石薄岸。治舍蓋屋，削書代牘。日暮欲歸，當送乾柴兩三束。四月當披，九月當獲，十月收豆，輸麥窖芋。南安拾栗採橘，持車載輳。多取蒲苧，益作繩索。雨墮無所爲，當編蔣織簿，種植桃李，梨柿柘桑。三丈一樹，八尺爲行。果類相從，縱橫相當。果熟收斂，不得吮嘗。犬吠當起，警告鄰里。椳門柱户，上樓擊鼓。荷盾曳矛，還落三周。勤心疾作，不得遨遊。奴老力索，種莞織席。事訖休息，當舂一石。夜半無事，浣

衣當白。若有私錢，主給賓客。奴不得有奸私，事事當關白。奴不聽教，當笞一百。讀券文適訖，詞窮咋索。佐佐叩頭，兩手自搏。目淚下落，鼻涕長一尺。審如王大夫言，不如早歸黃土陌。丘蚓鑽額，早知當爾，爲王大夫酤酒，真不敢作惡。《藝文類聚》三十五，《初學記》十九，《御覽》五百九十八、九百九十六、《古文苑》

嚴可均《全漢文》卷五七關名《食鼎銘》 五熟是滋，君王膳之。虞荔《鼎録》，漢景帝鑄一鼎，名曰食鼎，高二尺，銅金銀雜爲之，形若瓦甌，無足，中元六年造小篆書。案。此銘不知誰作，當入關名。

嚴可均《全漢文》卷五九王莽《設五均科條詔始建國二年》 夫鹽，食肴之將，酒，百藥之長，嘉會之好。鐵，田農之本，名山大澤，饒衍之藏。五均賒貸，百姓所取平，卬昌給澹。鐵布銅冶，通行有無，備民用也。此六者，非編户齊民所能家作，必卬于市，雖貴數倍，不得不買。豪民富賈，即要平弱，先聖知其然也，故斡之。每一斡爲設科條防禁，犯者辠至死。《漢書·食貨志》莽置五均六斡，百姓愈病，莽知民苦之，復下詔。

嚴可均《全後漢文》卷四四崔駰 鷰膍羊殘，炙雁煮鳧。《書鈔》一百四十二，《文選》七命注，又《御覽》八百六十一。雞寒狗熱，《書鈔》一百四十五作寒雞熱狗。重案滿俎。《書鈔》一百四十二。

江陽之鹽。《書鈔》一百四十六。

嚴可均《全後漢文》卷四四崔駰《七依》 客曰，乃導玄山之梁，不周之稻。萬槃百陶，精細如蟻。鵷目絺綌。砥吕柔韋。雍人調膳，展選百味。二語從《文選》曹植求自試表注補。駕夫遺風之乘，遊騏之駬。適靡四海，擾珍□□。洞庭之鮒，灌水之鰩，丹山鳳卵，粤澤龍胎。炊吕□械之薪，□□□□□。滋吕陽撲之薑，蔌吕壽木之華。齑吕大夏之鹽，酢吕越裳之梅。□中龜□，膳史信奠，甘酸得適，齊和有方。木酪昌菹，嚼酒蘇漿。成湯不及見，桓公所未嘗。《藝文類聚》五十七，《書鈔》一百四十二引七條，一百四十四引三條。

嚴可均《全後漢文》卷二七桓麟《七説》 香其爲飯，雜吕梗菰，散如細蚳，搏但凝膚。河龜之羹，齊吕蘭梅，芳芬甘旨，未咽先滋。《北堂書鈔》一百四十四《飯篇》《羹篇》各引一條。《藝文類聚》五十七，《御覽》八百五十，又八百六十一。臐一元之膚，膾挺祭之鮮。□□銘方，徽割不理。雜猶亂絲，聚若委采。《北堂書鈔》一百四十五《膾篇》，又《臐篇》引首句。蒸剛肥之豚。同上《蒸篇》鮀柔毛之羜。同上《鮀篇》調脡和粉，糅吕橙蒟。同上《生脡篇》

嚴可均《全晉文》卷四六傅玄《七謨并序》 昔枚乘作《七發》，而屬文之士若傅毅、劉廣世、崔駰、李尤、桓麟、崔琦、劉梁、桓彬之徒，承其流而作之者，紛焉《七激》、《七興》、《七依》、《七款》、《七說》、《七蠲》、《七舉》、《七設》之篇，于是通儒大才馬季長、張平子，亦引其源而廣之。馬作《七厲》，張造《七辨》，或吕恢大道而導幽滯，或吕黜瑰麥而託諷詠，揚輝播烈，垂于後世者，凡十有餘篇。自大魏英賢迭作，有陳王《七啓》，王氏《七釋》，楊氏《七訓》，劉氏《七華》，從父侍中《七誨》，並陵前而邈後，楊清風于儒林，亦數篇焉。世之賢明，多稱《七激》工，餘吕爲未盡善也。《七辨》似也，非張氏至思，比之《七激》，未爲劣也。《七釋》僉曰妙哉，吾無間矣。若《七依》之卓犖一致，《七辨》之纏綿精巧，《七啓》之奔逸壯麗，《七釋》之精密閑理，亦近代之所希也。《御覽》四百六十四

辯論鋒起，揆虎摩龍。《御覽》四百六十四

佩崑山之美玉，珥南海之明璫。《北堂書鈔》一百三十五《御覽》七百十八

公子曰：三禾九變，五味八珍。玄水朱火，蕙藉桂薪。烹吕九九之鼎，調吕伊摯之倫。《北堂書鈔》一百四十二

輕椒丹橘素薑紫蘭。《書鈔》一百四十二

和宮適甜，撫角調酸。《書鈔》一百四十二

魚珠厓之麋鰲臛東海之游龜。《書鈔》一百四十四、一百四十五。

嬿鳳皇之胎，膾初學記作掇飛龍之肝。五黃千品，桂蠹熊蹯。升醴撥醁，不可勝原。《書鈔》一百四十二，《初學記》二十六。

雕胡之飯，糅吕游粱。香秔九折，穱麴若霜。《書鈔》一百四十四。

膏液美柔，合潤流芳。《書鈔》一百四十四。

乃有三牲之和羹，蕤賓之時麵。忽游水而長引，進飛羽之薄衍。細如蜀璽之緒，靡如魯縞之綫。《書鈔》一百四十四引兩條。

膾錦膚，鱗斑胎，飛刀浮切，豪分縷解。流采成文，燁若紅綺。動從風聚，散如霧委。《書鈔》一百四十四引三條。

于是乃有蒼梧之九醞，中山之醇清。□□浮蟻，雲沸淵亭。

嚴可均《全宋文》卷四〇徐爰《食箴》 悠悠遂古，民之初生。有生自食，有實□□。資生順性，甘是黍稷。炎皇俶載，后棄茂植。一食三飽，聖賢通執。三穀既弱，五味亦宜。潔饌豐盛，滋芬美肥。奉君養親，靡不加精。充膚潤氣，調神暢情。《北堂書鈔》一百四十二、一百四十三。

嚴可均《全梁文》卷六〇吴均《食移》 月光離畢，風氣入箕。細雨如網，細柳如絲。離隔東西之怨，眺望山川之阻。企龍門而不見，覽桂枝而延佇。此乃方寸之恆情，羌難得而覩縷也。亦有鮑叔分財，華歆讓位。乃相知於平生，實忘懷於寤寐。雖有呼翠之德，鹿有食草之美。在微物其尚然，況仁義之君子哉。今足下居則廣厦高堂，連閨洞房。綺窗半卷，屏風角張。指天地如一指，安知故人之可傷。一死一生，乃知交情。一貴一賤，交情乃見。謂古昔之恆談，在今日而方見，嗚呼如何，忘我實多。輒欲彈琴縱酒，於首陽之阿。君有廚中腐肉，而僕不厭糟糠。君有雁鶩之食，而余不得一嘗。願以小人之腹，爲君子之腸何如哉。今欲君之餘，江皋緑施之筍，洞庭紫鱸之魚，崑山龍胎之脯，元圃鳳足之葅。千里尊羹，萬丈名膾。氣馨若蘭，色美如艾。扶南甘蔗，一丈三節。白日炙便銷，清風吹即折。安定之梨，皮薄味厚。一歲三花，一枚二升。凡厥上味，惟君能施。君若不施，成君深纍。於神爲不祥，於人爲慆義。《藝文類聚》七十三。

歐陽詢等《藝文類聚》卷七二《食物部・食》 梁劉孝威《謝東宮賜聖僧餘饌啓》曰：齊桓柏寢之器，周穆軒宮之寶。乳糜香飯，素糝糗漿，五杏七桃，靈瓜仙棗，莫不氣馥上天，薰流下界。石崇芳果，金谷僅於萬株。陳湯木滋，杜陵幾于千樹。猶自高謝珍奇，多慙品族。又《謝東宮賜淨饌啓》曰：糜獻牛牧，飯出龍宮。千品甘露之食，百花珍藥之果。餅兼髓乳，漿苞蕉捺。雕盤流其滋旨，寶器委其包香。足使五世長者，羞彼識味一角。仙人恥其呪術，微物多幸。叨奉蠲恩，性命可捐，殊私難答。

歐陽詹《歐陽行周文集》卷一《春盤賦》

春盤賦裁紅量碧，巧助春晴。

多事佳人假盤盂而作地，疏綺繡以爲春。叢林具秀，百卉爭新。一本一根葉，陶甄之妙致，片花片葉，得造化之窮神。日惟上春，時物將革。柳依門而半緑，草連河而欲碧。室有慈孝，堂居斑白。命聞可續年，知暗惜研。秘思於金閨，同獻壽乎瑶席，昭然斯義，嘉矣。而明春是敷榮之節盤，同饋薦之名，始曰春兮。受春有未衰之意，終爲盤也。進盤則奉養之誠，儻觀表以見中，庶無言而見情。懿夫繁而不撓，類天地之無巧。雜且莫同，何才智之多工。庭前梅白，蹊畔桃紅，指掌而幽深數處，分寸則芳菲幾叢。呼嗡旁臨，作一團之朝霧，衣巾暫拂，成萬樹之春風。原其心匠始規，神謀創運，從衆。象以遐覽，總羣形而内蘊，彼有材實，我則以短長小大而謀。彼有文華，我則以玄黄赤白而量。故得事隨意製，

物逐情裁。凝神而珍奇競集，下手而芳馨亂開。不然者欲翫扶疎，須買青山，以樹要窺，菡萏待疏，緑沼而栽。將以緩愁予之思，將以逞吾人之才，此一作也。察其所由，稽其所據，匪徒爲以徒設，誠有裨而有助者也。

王建《王司馬集》卷七《新嫁娘三首》之三　三日入厨下，洗手作羹湯。未諳姑食性，先遣小姑嘗。

皮日休《文藪》卷六《食箴並序》　皮子少且賤，至於食，自甘粢糲而已，未嘗食於鄉里，食於親戚，食於州鄙。有鄧邑大夫饗皮子之名，曾未相贊具厚羞以賓之。皮子辭，大夫許之曰：子自甘粢糲，則可矣，於鄉里親戚州鄙何有。皮子曰：一椹之食至鮮矣，苟專其味，必不能無不足，因是妄求苟欲之心，生窮貪極嗜之名。生且大須豐其羞，則貧也不能無不足，不見前世之味禍乎。故羊斟不及，華元受其謀，黿羹不均，子家肆其禍。熊蹯不熟殺宰夫而趙穿弒，雙雞易鶖餽子雅而慶舍死。嗚呼，吾不仁者乎，誠賴其用。所欲不可求，所嗜不可得，方自甘粢糲而已。使我生於鍾鼎之家，膏粱之門，日縱異嗜，年成奇欲，未必不爲御者之犇華元也，子家之伐靈公也，管霊之殺宰夫也，蒲盧癸之殺慶舍也。此猶之禽獸欲爭食而死者矣。故食於天子者則死，其天下食於諸侯者則死，其邑食於大夫者則死，其邑食於士者則死。其家又焉能以鄉里親戚州鄙爲讓乎。大夫曰：善自惟食之性，不能自節，亦猶酒之性也。復箴以自符。箴曰：寧能我食不食於人，復食於人是食其身。

李昉等《文苑英華》卷五四三《庖人進炙判》　乙當庖人進炙，有髮繞之，將科罪，訴云當有讎事。

對

相彼庖人，政司口實，式調玉饌，以薦金門屠蒯之德，莫如陳政之譬，已作執鷺刀，而袒割蟬翼，必裁揚獸，炭之赫曦，鴻毛罔燎，以此而科情則可知。況乎鼠穢蜜一作梅中已申冤於吳日。髮生肉內，豈獲譴於唐年，請推讎人以雪庖者。

李昉等《文苑英華》卷五四三《甲爲食官判》　甲爲食官，準赦合入五品，所司不許。

對

君有充庖，臣寔司味，是掌公饍以供王。舉甲周均仲哄，位涉膳。夫漢類高，祛秩登食，監鼎俎，斯設刀匕，是供屬澤陪紫書榮，頒朱組黃香之秩，咸以云增潘岳之階，獨當不進。所司陋其烹飪，黜役乘軒。昔笥餌立誠，既加都尉壺餐，若節亦拜大夫，以愚所寃合霑錫命。

梅堯臣《宛陵集》卷二〇《庖煙》　羣靡庖煙出，緑油，欲通雲霧未能周。濕薪燒盡日亭午，試問霍霍何處浮。

范祖禹《范太史集》卷二《久雨中廚屋壞》　我從山中來，安宅豈敢卜。窮秋積霖潦，陋巷沒車轂。環堵不蔽風，下牀每塗足。龍龍日已長，釜魚時可漉。瓦解豈一朝，糞土扶朽木。中夜若崩山，微軀憂壓覆。晨炊無尺椽，慨嘆食重肉。益思反蓬茅，終老依松竹。雲居蔭蘚蘿，野性狎麋鹿。澗溪可濯飲，薇蕨餘肴蔌。寧惟此寓館，薄宦同旅宿。吾食敢求飽，民生猶歉腹。囊空庶無寇，困竭尚有粟。墨突不暇黔，誰能憂破屋。

劉摯《忠肅集》卷一五《庖婢病跂自臨鼎俎有詩》　塘頭買鮮鱗，戢戢楊柳貫。不憂一日饑，遂可支兩膳。北方貴鯽魚，豈異此中鯾。但求杯盤充，焉問名實眩。芼之薑芥蔬，雜以紫蓴綫。雖非梁肉豪，鄉思已過半。甘芳漬蒙茸，軟熟分片段。佐我新炊秔，珠琲光粲粲。春羹遠無慙，枯羔不足羨。吾于饔餐衰，安此軟煖燕。昔人意不佳，多緣噉脯麵。聖賢親鼎俎，毋庸厭烹饌。

蘇軾《東坡全集》卷三三《老饕賦》　庖丁鼓刀，易牙烹熬，水欲新而釜欲潔，火惡陳江右久不改火，火色皆青。而薪惡勞。九蒸暴而日燥百，上下而湯鏖。嘗項上之一臠，嚼霜前之兩螯。爛櫻珠之煎蜜，滃杏酪之蒸羔。蛤半熟而含酒，蟹微生而帶糟。蓋聚物之天美，以養吾之老饕。婉彼姬薑，顏如李桃，彈湘妃之玉瑟，鼓帝子之雲璈。命仙人之萼緑華，舞古繭之鸞輪袍。引南海之玻黎，酌涼州之蒲萄。願先生之耆壽，分餘瀝於兩毫。候紅潮於玉頰，驚煖響於檀槽。忽蒙珠之妙唱，抽獨璽之長繅。閔手倦而少休，疑吻燥而當膏。倒一缸之雪乳，列百柂之瓊艘。各眼濺於秋水，咸骨醉於春醪。美人告去已而雲散，先生方兀然而禪逃。響松風於蟹眼，浮雪花於兔毫。先生一笑而起，渺海闊而天高。

趙鼎臣《竹隱畸士集》卷一四《七進篇並序》　奕方作《真遊子賦》相酬荅，意若慕古作者，念其無所依倣，戲爲《七進》以示之。

【略】奕奉觴進曰：竊聞夫子若不釋然，今視玉體無恙也，而戚見顏間矣。憂能傷人耗氣損膚，悒然不樂，無以爲娛，孺子不敏，薦壽可乎。老人曰：汝將何以語我哉。奕對曰：食味所御，必以其鄉。宜城之酎，美聞四方，色若沆瀣，味若瓊漿。盛以黃金之注，酌以白玉之觴。濡脣歷齒，酷烈芬芳，雖夏禹惡旨酒，姬公語妹邦，咸歆馨而吻燥，悔初論之不詳。愚聞惟酒可以忘憂，請得與翁

嘗之。老人曰：酒之爲禍大矣，吾不願也。玟以槃進曰：玩好所薦當以其家，有美芍藥自洛之涯，方春盛艷，既夏敷葩，朱朱白白，掩日韜霞，於是東方作矣。朝露未乾，摘以纖手，貯以金盤，璀璨瓊爛，清芬若蘭，桃李不敢矜其艷色，芙蓉失志而摧殘，此亦天下之麗觀也，可爲翁發一笑之歡乎。翁曰：物之爲樂深矣，吾不願也。京操匕進曰：有客西來，自彼河湄，遺我雙鯉，纖鱗素肌。揮刀紛紜，膾如縷絲。芼以秋橙，漬以醇醢。吉甫嘗其旨否，張翰視其調胹，不必三牲六禽，五鼎八珍。舉箸大嚼，雲飛雪落，可以頤神養精，蠲疴去瘼。爲翁計之，莫如此樂。老人曰：味之爲毒厚矣，吾不願也。方捧甌進曰：世有靈芽，產夫甌閩，厥包祇貢，貴於上春。其始至也，天子先嘗之，而後頒於六宮，旁及四鄰。遺緘餘簏，暨茲庶臣，則有翔龍之品，密雲之珍，圓不方寸，價兼百金，隱以金椎，碾如玉塵。薦以建安之醆，烹以惠山之泉。蟹眼初泛，浪花已飜，可以析酲，可以除煩，可以輕身，可以延年。劉伶嘗之而削酒德之頌，武皇啜之而棄承露之盤。此固高士之所宜耽也。老人曰：茶之爲功薄矣，吾不願也。

黄庭堅《山谷簡尺》卷上《與人簡》 早食包子，作數種，乃佳。肉汁粉麪鵝下飯，鵝自庖去。又晚食作八九味，煩斟酌，唯佳物乃善。今納一千足去，恐尚少續送，來日納二斗酒去。

唐庚《眉山詩集》卷二《五雜俎》 五雜俎，水中魚。去復還，天上鳧。不獲已，轅下駒。

五雜俎，各利地。去復還，塵埃轡。不獲已，貧而仕。

李正民《大隱集》卷七《寄邦求擬南食作》 不到浙鄉辜負口，昔人有語真可取。我住柯山三四年，厭飫蔗薇幾噎嘔。扁舟乘流來檇李，極目江湖幾千里。白魚市上爛如銀，紫蠏簁頭多似蟻。舒鳧帖帖墮水麵，亦有麝麈來近縣。黄閒射雉出林中，田鼠化鶉毛彩絢。況復海物錯難名，蝤蛑輪囷似斗升。紛紛蝦蛤不足數，淡菜蚶蠣資多腥。笔之橙桂薦玉盤，不比屠門空大嚼。我念孫卿久滯留，欲致數品無傳郵。烹羊鳧羔自不惡，更有負郭新良疇。

李正民《大隱集》卷九《寄和叔》 半生粗糲嗣先芬，肯向朝晡造業因。夜鯉晨鳧那競爽，露葵霜薤自稱珍。烝豚未辨王武子，豆粥猶慚石季倫。惟有清高井居士，葱虀麥飯久酸辛。

史浩《鄮峰真隱漫録》卷五〇《臑羞八篇》 聖主勤勤欲措刑，何嘗黷武愛興兵。四方罷貢傷生物，愈見仁恩浹有情。

設牧端因響鬼神，大亨亦爲養賢人。掄材祈福緣何事，只爲蒼生不爲身。

滹沱麥飯出忽忽，禁臠天厨未必豐。若使平安能念此，鋤羹土塯古人同。

嗟見時人大侈生，八珍同聚一杯羹。若知過口成汙穢，何用留心事割烹。

物因相勝還相啖，弱者多爲强者亨。勿謂天教充食類，斯人豈爲虎狼生。

二膳朝朝飽即休，何須嗜殺苦營求。魚鰕蟹蛤皆微細，數百方能滿一甌。

飛潛蠕動盡貪生，就死無辜或自鳴。只可爲親甘旨具，自家口腹莫頻亨。

戒殺當知有數端，聞聲見死敢加餐。居家自作專因我，雖美還應下筯難。

古語曰：見殺則不食，聞殺則不食，家所自殺則不食，專爲我殺則不食。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 煖老玄鯽。山谷詩：偶因煖老庖玄鯽，公遣霜鱗貫柳來。蓼白方看金作屑，鱠盤已見雪成堆。金屑，以橙爲鱠也。

銀線玉箸。湯餅一盃銀線亂，蓼蒿數筋玉箸横。山谷詩

佚名《錦繡萬花谷》前集卷三六《饌食》 南烹北饌。退之詩：我來禦魑魅，自宜味南烹。坡詩：久客厭北饌，栖然思南烹。

范成大《石湖詩集》卷五《南塘寒食事》 埂外新陂緑，岡頭宿燒紅。裹魚蒸菜把，饋鴨鎖筠籠。酒侶晨相命，歌場夜不空。土風并節物，不與故鄉同。

陳造《江湖長翁集》卷一八《謝兩知縣送鵝酒羊麵二首》 僧様齋厨冰様官，饑憑脱粟食無單。不因同里兼同姓，肯念先生苜蓿盤。

麥生宜配卧沙羊，鵝肉仍便碧酒香。陸覺今年好冬節，朝來紅日爲誰長。

周必大《文忠集》卷四《邦衡再送二首，一和爲甚酥，二和牛尾貍己丑正月十日》 【略】追跡猶應怨獵徒，截肪何敢恨庖厨。鱠鱸湖上休誇玉，煮豆瓶中未有酥。伴食偏宜十字餅，先驅正賴一卮醐。却同玉麵新名字，腸斷元正白獸壺。

牛尾貍一名玉面貍。

陸游《劍南詩稿》卷六八《自述》 【略】又：白頭韭美醃薤熟，赬尾魚鮮斫鱠成。却對盤飧三太息，老年一飽費經營。

陸游《劍南詩稿》卷九《飯罷戲作》 南市沽濁醪，浮蟻甘不壞。東門買饒骨，醯醬點橙薤。蒸雞最知名，美不數魚蟹。輪囷犀浦芋，磊落新都菜。欲賡《老饕賦》，畏破頭陁戒。況予齒日疎，大臠敢屢嗌？杜老死牛肉，千古懲禍敗。閉門餌朝霞，無病亦無債。

陸游《劍南詩稿》卷一三《十一月上七日蔬飯騾嶺小店》 新秔炊飯白勝玉，枯松作薪香出屋；冰蔬雪菌競登槃，瓦鉢氈巾俱不俗。曉途微雨壓征塵，午店清泉帶脩竹。建谿小春初出碾，一碗細乳浮銀粟。老來畏酒壓芻豢，却喜今朝食無肉。尚嫌車馬苦縻人，會入青雲騎白鹿。

陸游《劍南詩稿》卷一七《冬夜與溥菴主説川食戲作》 唐安薏米白如玉，漢嘉枏脯美勝肉。大巢初生蠶正浴，小巢漸老麥米熟。龍鶴作羹香出釜，木魚瀹菹子盈腹。未論索餅與饘飯，最愛紅糟并魚粥。東來坐閱七寒暑，未嘗舉箸忘吾蜀。何時一飽與子同，更煎土茗浮甘菊。

陸游《劍南詩稿》卷三八《戲詠山家食品》 牛乳抨酥瀹茗芽，蜂房分蜜漬棕花。舊知石芥真尤物，晚得蔞蒿又一家。疎索鄉鄰緣老疾，團欒兒女且喧譁。古人不下藜羹糝，斟酌龜堂已太奢。

陸游《劍南詩稿》卷五六《對食戲作》 霜餘蔬甲淡中甜，春近靈苗嫩不斂。采掇歸來便堪煮，半銖鹽酪不須添。

又

白鹽赤米了朝餔，拘項何妨煮瓠壺。一種是貧吾尚可，隣家稗飯亦常無。

又

春前臘後物華催，時伴兒曹把酒盃。蒸餅猶能十字裂，餛飩那得五般來。

又

栟櫚子嫩供香飯，皂莢芽新簇冷淘。常使先生飽捫腹，其餘萬事一秋毫。

陸游《劍南詩稿》卷六〇《與村鄰聚飲》 冬日鄉閭集，珍烹得徧嘗。蟹供牢九美，聞人懋德言《蟹賦》中所謂牢九，今包子是。魚煮膾殘香。雞跖宜菰白，豚肩雜韭黃。一歡君勿惜，豐歉歲何常？

又

交好貧尤篤，鄉情老更新。蒸香紅糝熟，肉美緑椒新。俗似山川古，人如酒醴醇。一杯相屬罷，吾亦愛吾鄰。

陸游《劍南詩稿》卷六三《對酒》 【略】

又

密篠持苫屋，寒蘆用織簾。蹺肩柴熟罷，東坡煮猪肉訣云：「浄洗鍋，少著水，柴頭罷煙焰不起。」蓴菜豉初添。黄甲如盤大，紅丁似蜜甜。街頭桑葉落，相喚指青簾。

陸游《劍南詩稿》卷六九《醉中作》 名醞羔兒拆密封，香粳玉粒出新春。披綿珍羞經旬熟，斫雪雙螯洗手供。吟罷欲沉江渚月，夢回初動寺樓鐘。爐煙裊裊衣篝暖，未覺家風是老農。

耶律楚材《湛然居士集》卷五《贈富察元帥七首》

其三：主人知我怯金觴，特爲先生一改堂。細切黄橙調密煎，重羅白餅糝糖霜。幾盤線橘分金縷，一碗清茶點玉香。明日辭君向東去，這些風味幾時忘。

唐士恥《靈巖集》卷六《太昊九庖箴》 太昊氏以神明之姿，膺木德之運，治隆中古氣化日，開君臣之義，上承人皇，爰始名官，河圖效靈，以龍爲紀，五職分掌，歷歷維見。凡斯民生養之具，厥既日詳。上古淳龐，人昧火化，茹毛飲血，未有厥理。粤有燧人鑽木教民，民以大悦，太昊因之，結繩佃漁，網罟興詠，既極搜取之道，又立九庖之官，以廣亨治之制。鼎丞範金割斷，燔炙諒焉畢備，別號庖犧。厥義彰著，以祭以祀，以燕以饗，禮法之始，然葦籩黄桴，迺靡靡桑濮之原茅，茨土鉶實，象箸章華之漸。雖上聖立制，毋容過侈，彼飲食大欲，中人易移。懼末流不能自反，苟非建度設則，具維厥中，則他日之弊，何止貪涼之殊哉。《三墳》之亡久矣，建官之畧，迺見於崔寔《政論》，曾未有飭文之士，追補古作者，敢爲之箴。按箴詞原本不載，無別本校補，姑仍其闕。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六蘇子瞻《老饕賦》 庖丁鼓刀，易牙烹熬。水欲新而釜欲潔，火惡陳而薪惡勞。九蒸暴而日燥百，上下而盪鏖。嘗項上之一臠，嚼霜前之兩螯。爛櫻珠之煎蜜，瀹杏酪之蒸羔。蛤半熟而含酒，蟹微生而帶糟。蓋聚物之妖美，以養吾之老饕。婉彼姬薑，顏如李桃。彈湘妃之玉瑟，鼓帝子之雲璈，命仙人之萼緑華，舞古蠯之鬱輪袍。引南海之玻瓈，酌涼州之蒲萄。願先生之考壽，分餘瀝於兩髦。候紅潮於玉頰，驚暖響於檀槽。忽纍珠之妙唱，抽獨繭之長繅。閔手倦而少休，疑吻燥而當膏。倒一缸之雪乳，列百拖之瓊艘。各眼灩於秋水，咸骨醉於春醪。美人告去，已而雲散先生方兀然而禪逃。響松風於蟹眼，浮雪花於兔毫，先生一笑而起，渺海闊而天高。

祝穆《古今事文類聚》續集卷一六皮日休《食箴》 皮子少且賤，至於食自甘粢糲而已，未嘗食於鄉里，食於親戚，食於州鄙。有鄧邑大夫嚮皮子之名，曾未相贊，具厚羞以賓之。皮子辭，大夫訂之曰：子自甘粢糲則可矣，於鄉里親戚州鄙何有。皮子曰：一杯之食至鮮矣，苟專其味必不能自抑，既不能自抑，日須豐其羞，既日須豐其羞，則貧也不能無不足。因是妄求苟欲之心，生窮貪極嗜之

名。生且大夫，不能見前世之味禍乎。故羊斟不及，華元受其謀，黿羹不均，子家肆其禍，熊蹯不熟殺宰夫，而趙穿弒，雙雞易驚饋子雅而慶舍死。嗚呼，吾不仁者乎，誠賴其用。所欲不可求，所嗜不可得，方自甘粱糲而已。使我生於鍾鼎之家，膏粱之門，日縱異嗜，年成奇欲，未必不爲御者之奔華元也，子家之伐靈公也，晉靈之殺宰夫也，蘧蒢癸之殺慶舍也，此猶之貪獸爭食而死者矣。故食於天子者則死其天下，食於諸侯者則死其國，食於大夫者則死其邑，食於士者則死其家，又焉能以鄉里、親戚、州鄙爲讓乎。大夫曰：善自惟食之性，不能自節，亦由酒之性也。復箴以自符箴曰：寧能我食，不食於人，既食於人，是食其身。

陶宗儀《説郛》卷一〇六上陳達叟《蔬食譜》　本心翁齋居宴坐玩，先天易對博山爐，紙帳梅花石鼎茶葉自奉，泊如也。客從方外來，竟日清言，各有飢色，呼山童供蔬饌，客嘗之，謂無人間烟火氣。問食譜，予口授二十品，每品讚十六字，與味道腴者共之。

啜菽。菽，豆也，今豆腐條切淡煮，蘸以五味。禮不云乎，啜菽飲水，素以絢兮，瀏其清矣。

羹菜。凡畦蔬根葉花實，皆可羹也。先聖齊如，菜羹瓜祭，移以奉賓，乃敬之至。

粉餈。粉米蒸成，加糖曰餡。天官籩人，糗餌粉餈，未見君子，慱如調飢。

薦韭。春薦韭，一名鍾乳草。四之日早，豳風祭韭，我思古人，如蘭其臭。

貽來。來，小麥也，今水引胡蝶麵。貽我來思，玉屑塵細，六出飛花，天一生水。

玉延。山藥也，炊熟片切，漬以生蜜。山有靈藥，録于仙方，削數片玉，漬百花香。

瓊珠。圓眼荔枝也。劈開取食，煮以清泉。汲金井水，煮瓊珠羹，蚌胎的皪，龍目晶瑩。

玉磚。炊餅方切，椒鹽糝之。截彼圓璧，琢成方磚，有馨似椒，薄灑以鹽。

銀蕊。黄蜜泉，薑椒和之。泠泠水白，剪剪銀黄，蘸鹽風味，牙齒宫商。

水團。秫粉包糖，可羹可菹。團團秫粉，點點蔗霜，浴以沉水，清甘且香。

玉版。筍也，香湯浴之。春風抽撑，冬雪挑鞭，淇澳公族，孤竹君孫。

雪藕。蓮根也，生熟皆可薦饌。中虚七竅，不染一塵，豈但爽口，自可觀心。

土酥。蘆菔也，作玉糝羹。雪浮玉糝，月浸瑶池，咬得菜根，百事可爲。

炊栗。蒸開蜜漬。周人以栗亦可以贄，此殼吹開，黄中通理。

煨芋。煨香片切。朝三暮四，狙公何爲，却彼羊羔，啗吾蹲鴟。

采杞。枸杞也，可餌可羹。丹實纍纍，緑苗菁菁，餌之羹之，心開目明。

甘薺。薺菜也，東坡有食薺法，且曰天生此物，爲幽人山居之福。誰謂荼苦，其甘如薺，天生此物，爲山居賜。

菉粉。菉豆粉也，鋪蓋爲羹。碾破緑珠，撒成銀縷，熟蠲金石，清澈肺腑。

紫芝。蕈也，本蕈爲良。漆園之菌，商山之芝，滛生者腴，芹生者奇。

白粲。炊玉粒，沃以香湯。釋之叟叟，蒸之浮浮，有一簞食，吾復何求。

已上二十品，不必求備，得四分之一斯足矣。前五品，出經典，列之前筵，尊經也。後十五品，有則具，無則止，或樽酒酬酢，暢敘幽情，但勿醯醋，恐俗此會。詩詠采蘋禮嚴，祭菜澗溪，沼沚之毛，可羞王公，可薦鬼神，以之待賓，誰曰不宜。第未免貽笑于公膳侯鯖之家。然不笑不足爲道，彼笑吾亦笑，彼客辭出門大笑，吾歸隱几亦一笑，手録畢又自笑，目閱過輒一笑。萬一此譜散在人間，世其傳笑，將無窮也。

陶宗儀《説郛》卷二三下朱暉《絶倒録》　老饕賦

《老饕賦》見于蘇文忠集中，近有某應制者，爲擬《老饕賦》，雖近俳諧，亦有所譏云。賦曰：鹵莽脣摇，心煎腹熬。常眼落於鑷銚，每情動於厨庖。晨之興也，掃半碗之豆粥，飡數甑之雪糕。時方凛也，盪二盃之卯酒，從一早之醄醄。方投箸而捫腹，一噯腐而心嘈。嗟夫，物理豈消兮，初體有偏，人情可欲兮，賓席難逃。海味之去酒也，而實憎於小器，非肉之不飽也，而尤便於大嫶。盤團膞而巨殼，魚大子而多膠。遇若人於春臺，饗東家之大牢。蓋新舊宜於和合，而生熟異於烹庖。飲福者則必覆醆，歠醨者嘗亦哺糟。每嘗徧於市食，終莫及於家肴。切緣孟嘗之門，多喜不速之客，大抵劉伶之宴，悉尊洪量之豪。易素得於需卦，物可足於蠐螬。故先生之願遊者，綺席深不繇乎綈袍。利嘴尖頭兮，探鄉黨之吉凶，尋香逐氣兮，裹醪金以遊遨。既盍簪而發笑，何浄盤而見嘲。先生一笑而起，尋東司而上茅。

文天祥《文山集》卷二〇《詠懷》

便同肉在砧。熱猶以火燎，濕猶以湯焘。陰陽相烹煎，天地一釜潛。人生居其間，

舒岳祥《閬風集》卷四《秋日山居好十首》之二　秋日山居好，園丁貢美蔬。燃萁酥煮豆，拗頸爛蒸壺。菇首甜供菰，薑芽嫩滃菹。秋來風物美，何必去吾廬。【略】

舒岳祥《閻風集》卷四《冬日山居好十首》之一　冬日山居好，茅茨不漏風。山厨蒸芋栗，野徑掃風蓬。嫩酒篘初白，寒灰撥暫紅。編氓吾未免，杜老屢囊空。

方回《桐江續集》卷一《仲夏書事十首》之五　息擔秋云季，扶犂夏欲中。園林初畏日，里巷只雌風。餅粥慳鰷脯，醯鹽劣韭葱。藕絲冰水舊，誰識少陵翁。

方回《桐江續集》卷二九《熟齋箴並序》　天之生物，時至而熟，百穀百果，加灌溉之功焉，則其熟也爲尤美。人之食物，用物資於人力而熟。烹庖牲牢，煎膗魚鼈，醞曝酒醬，調胹鮓醢，燠煨椒蔌芋栗，熬煉脂膏，蜜餡炮炙，附烏芥苓，鍛冶金鐵銅錫，煮治絲枲縑素，矯揉皮革筋角，得其所製之方，所造之術，而劑量斟酌之，則其熟也爲尤精，其有習於當世之一能一技而熟者。古之人，如伯牙之琴，由基之射，郢之斤，扁之輪，痀僂丈人之承蜩，庖丁之解牛，扁鵲秦緩之醫，季主唐生之卜，以至近世張旭之草書，裴旻之劒舞，米嘉榮之歌，韓擇木之隸，李陽氷之篆，吳道子、曹霸、韓幹之丹青，董元、李成、范寬之水墨，諸葛鼠鬚之筆，李廷珪、潘谷松烟之墨，皆造玄極微以名於世。雖邇日兵火更革，善書、善畫、善奕、善算、善方脈、善占驗、善説虞，初九百，亦往往不無習熟之人，而予嘗評之矣。熟天之生物而至於美，有人焉。畦叟園丁能之。熟人之食物，用物而至於精，有人焉。龐爨老媪，市井淺夫，皆能之熟。當世之一能一技，而至於造玄極微，亦有人焉。然未必皆吾儕士君子之所可能也。苟如此，則吾儕士君子之所熟者，其將果何事耶。潼川楊廣文剛中以熟名齋，紫陽方回爲箴以遺之，蓋以明夫學聖賢之學者，其所熟在此而不在彼也。箴曰：德成而上士而熟，其所當熟，其不爲聖賢者，幾希藝成而下士而熟，其所不當熟，則將無君子之棄而小人之。餘臘鶩人少共歡，那堪瑞雪降雲端。四時欲盡三更鼓，六出翻成兩歲寒。欺鬢嶺梅殘艷白，密敲亭竹碎聲乾。公卿休埽蠁堂下，留與來朝賀客看。

鄒鉉續編《壽親養老新書》卷二　東坡《老饕賦》云：庖丁鼓刀，易牙烹熬。水欲新而釜欲潔，火惡陳而薪惡勞。九蒸暴而日燥，百上下而湯鏖。嘗項上之一臠，嚼霜前之兩螯。爛櫻珠之煎蜜，滃杏酪之蒸羔。蛤半熟以含酒，蟹微生而帶糟。蓋聚物之天美，以養吾之老饕。引南海之玻瓈，酌涼州之葡萄。願先生之耆壽，分餘瀝于兩毫。候紅潮于玉頰，驚緩響于檀槽。忽纍珠之妙唱，抽獨繭之長繅。閔手倦而少休，疑吻燥而當膏。倒一缸之雪乳，列百柁之瓊艘。各眼灑于秋水，咸骨醉于春醪。

又《菜羹賦》：嗟余生之褊，迫如脫兔。其何因殷詩，腸之轉雷。聊禦餓而食陳，無芻豢以適口。荷隣蔬之見分，汲幽泉以糅濯。搏露葉與瓊根，爨鉶錡以

膏油。泫融液而流津，適湯濛如松風。投豆糝而偕勻，覆陶甌之穹崇。罷攪觸之煩勤，屏醯醬之厚味。却椒桂之芳辛，水耗初而釜治。火增壯而力均，渝嘈雜而廉清。信淨美而甘芬，登盤盂而薦之。具匕梜而晨飧，助生肥於玉池與五鼎。其齊珍鄙易牙之効，技超傅説而策動。沮彭尸之爽惑，調竈鬼之嫌嗔。嗟丘婞其自隘，陋樂羊而睚人。先生心平而氣和，故雖老而體胖。忘口腹之爲纍，似不殺而成仁。竊比余于誰歟，葛天氏之遺民。

王志慶《古儷府》卷一二《物類部・飲食》 晉張協《七命》：大梁之黍，瓊山之禾。唐稷播其根，農帝嘗其華。爾乃六禽殊珍，四膳異肴。窮海之錯，極陸之毛。伊公爨鼎，庖丁揮刀。味重九沸，和兼芍藥。晨鳧露鵠，霜鷄黄雀。圓案星稀，蘭英縹潤。既夷志于坎壈，亦咀嚼于鄙悋。梁昭明太子《七契》：輔性和神，實惟至味。非直方今見重，乃亦自古攸貴。不周之和，調腸補胃。雜以龍肝，獼炙豹舌猩唇。劉氏之醢，范氏之鱗。鶴出雲際，鱘來江岷。蒲笴芬馥，古聖所珍。其酒則蒼梧九醞，中山千日。若其珍異，則修筵斯溢。千品萬類，不可詳悉。西母靈桃，南楚萍實。東陵之瓜，北燕之栗。湖畔之柿，江陰之橘。張掖白柰，恒陽黄梨。河東洗犬，隴蜀蹲鵗。並怡神甘口，窮美極滋。加以伊公調和，易氏燔爨。傳車渠之椀，置青玉之案。瑶俎既已麗奇，雕盤復爲美玩。

梁簡文帝《七勵》：九州珍雜，八方豐貴。名廉天地之聲，殺竭山海之味。蟬鳴秋稻，鷰頷玉精。離紅之膾，勺藥之羹。蒙山擅重，灌水傳聲。桂蠹石瓊，龍胎鳳肺。四膳八珍，五肉七菜。羹似穀雜，切均鮮繪。色若紫蘭，紛如紅綷。若乃越梅變實，楚醴方添。陳晨鳧之美味，薦雋鷰之肥甜。洗以三危之露水，調以大夏之香鹽。霜薤沸烈，露葵繁舒。芳菰之菜，白霜之茹。澄瓊漿之素色，雜金筍之甘葅。素醥浮氣，鄙醪凝清。獻三爵之踰雅，等千日之芳醴。酌玉斗之微，璀冰散而珠光。釀縹醪于九秋，醞千日于三陽。米望麵而冰消，麴未啓而流芳。

梁何遜《七召》：銅瓶玉井，金釜桂薪。六穀九鼎，百葉千珍。熊蹯虚掌，雞跖猩唇。鰿魚兩味，玄犀五肉。拾卵鳳巢，剖胎豹腹。三臠甘口，七葅愜目。蒸餅十字，湯官五熟。梅椒魯豉，河鹽蜀薑。劑水火而調和，糅蘇蔈以芬芳。脯追復而不盡，犢魚稍割其何傷。黿羹流歡，蚳醬先嘗。鱠温湖之美蚶，切丙穴之嘉鮪。落俎霞散，逐刃飛揚。輕同曳雪，白似飛霜。蔗有盈丈之名，桃表兼斤之實。杏積魏國之貢，菱爲鉅野所出。衡蘇黄梨，汶垂蒼栗。隴西白棒，湘南朱橘。荔枝沙棠，蒲萄石蜜。瓜稱素腕之美，棗有細腰之質。並抗吻以除煩，亦咀牙而消疾。于是三雅陳席，百味開印。玉机星稀，蘭英縹潤。既夷志于坎壈，亦忘懷于鄙悋。梁昭明太子《七契》：輔性和神，實惟至味。非直方今見重，乃亦自古攸貴。不周之和，調腸補胃。雜以龍肝，獼炙豹舌猩唇。劉氏之醢，范氏之鱗。鶴出雲際，鱘來江岷。蒲笴芬馥，古聖所珍。其酒則蒼梧九醞，中山千日。若其珍異，則修筵斯溢。千品萬類，不可詳悉。西母靈桃，南楚萍實。東陵之瓜，北燕之栗。湖畔之柿，江陰之橘。張掖白柰，恒陽黄梨。河東洗犬，隴蜀蹲鵗。並怡神甘口，窮美極滋。加以伊公調和，易氏燔爨。傳車渠之椀，置青玉之案。瑶俎既已麗奇，雕盤復爲美玩。

梁簡文帝《七勵》：九州珍雜，八方豐貴。名廉天地之聲，殺竭山海之味。蟬鳴秋稻，鷰頷玉精。離紅之膾，勺藥之羹。蒙山擅重，灌水傳聲。桂蠹石瓊，龍胎鳳肺。四膳八珍，五肉七菜。羹似穀雜，切均鮮繪。色若紫蘭，紛如紅綷。若乃越梅變實，楚醴方添。陳晨鳧之美味，薦雋鷰之肥甜。洗以三危之露水，調以大夏之香鹽。霜薤沸烈，露葵繁舒。芳菰之菜，白霜之茹。澄瓊漿之素色，雜金筍之甘葅。素醥浮氣，鄙醪凝清。獻三爵之踰雅，等千日之芳醴。酌玉斗之英麗，照銀杯之輕蟻。

木增《雲薖淡墨》卷四《二十品》 本心翁齋居宴坐玩，先天易對博山爐紙帳梅花石鼎，茶葉自奉，泊如也。客從方外來，竟日清言，各有餽色，呼山童供蔬饌，客嘗之，謂無人間烟火氣。問食譜，予口授二十品，每品贊十六字，與味道腴者共之。

啜菽。菽，豆也，今豆腐條切，淡煮，蘸以五味。

蔭玄雲輕靄，下流石泉清波。含山澤之清潤，結玉實于秋霜。簡嘉穗以精

禮不云乎，啜菽飲水。素以絢兮，瀏其清也
羹菜。凡畦蔬根葉花實，皆可羹也。
先聖齊如，菜羹瓜祭。移以奉賓，乃敬之至。
誰謂荼苦，其甘如薺。天生此物，爲山居賜。
粉餈。粉米烝成，加糖曰飴。
天官籩人，糗餌粉餈。未見君子，怒如調饑。
薦韭。春薦韭，一名鍾乳草。
紫芝。蓴也，木蓴爲良。
四之日蚤，鬗風祭韭。我思古人，如蘭其臭。
貽來。來，小麥也，今水引蝴蝶麵。
貽我來思，玉屑塵細。六出飛花，天一生水。
玉延。山藥也，炊熟片切，漬以生蜜。
山有靈藥，録于仙方。削數片玉，漬百花香。
瓊珠。圓眼乾荔也，擘開取實，煮以清泉。
汲金井水，煮瓊珠羹。蚌胎的皪，龍目晶熒。
第，未免貽笑於公膳侯鯖之家。然不笑不足爲道，彼笑吾，吾笑彼，客辭出門大
玉磚。炊餅方切，椒鹽糝之。
截彼圓璧，琢成方磚。有磬斯椒，薄灑以鹽。
銀窶。黄窶白水，薑椒和之。
泠泠水白，剪剪銀黄。窶鹽風味，牙齒宫商。
水團。秫粉包糖，香湯浴之。
團團秫粉，點點蔗霜。浴以沉水，清甘且香。
玉版。笋也，可羹可菹。
春風抽撻，冬雪挑鞭。淇澳公族，孤竹君孫。
雪藕。蓮根也，生熟皆可薦邊。
中虚七竅，不染一塵。豈但爽口，自可觀心。
土酥。蘆菔也，作玉糝羹。
雪浮玉糝，月浸瑶池。咬得菜根，百事可爲。
炊栗。烝開蜜漬。
周人以栗，亦可以贄。紫殼吹開，黄中通理。
煨芋。煨香，片切。
朝三暮四，狙公何爲。卻彼羊羔，啗吾蹲鴟。
采杞。枸杞也，可餌可羹。

丹實纍纍，緑苗菁菁。餌之羹之，心開目明。
甘薺。薺菜也。東坡有食薺法，且曰：天生此物，爲幽人山居之福。
誰謂荼苦，其甘如薺。天生此物，爲山居賜。
菉粉。菉豆粉也，鋪蓋爲羹。
碾破緑珠，撒成銀縷。熱蠲金石，清徹肺腑。
紫芝。蓴也，木蓴爲良。
漆園之菌，商山之芝。涇生者腴，卉生者奇。
白粲。炊玉粒，沃以香湯。
釋之叟叟，烝之浮浮。有一簞食，吾復何求。
已上二十品不必求備，得四之一斯足矣。前五品出經典，列之前筵，尊經
也。後十五品，有則具，無則止，或樽酒酴酢，暢敘幽情，但勿醯酣，恐俗此會。
詩詠采蘋禮嚴，祭菜澗溪，沼沚之毛，可羞王公，可薦鬼神。以之待賓，誰曰不宜
第，未免貽笑於公膳侯鯖之家。然不笑不足爲道，彼笑吾，吾笑彼，客辭出門大
笑，吾歸隱几亦一笑，手録畢又自笑，目閱過輒一笑。萬一此譜散在人間，世其
傳笑將無窮也。

佚名《御定淵鑑類函》卷三八八《食物部一・食總載五》 原箴：宋徐爰《食箴》曰：民之初生，有生有食。資生順性，甘是黍稷。炎皇俶載，后稷茂殖，三穀既翳，五味亦宜。潔饔豐盛。滋芬美腴。又箴曰：衣服稱誠，飲食日歡。擊鐘而舉，無使日肝。

原贊：宋卞範之《食贊》曰：貴粒唯恢，火齊食繁。新乎井遷，味以懷甘。

原啓：梁劉孝威《謝東宫賜聖僧餘饌啓》曰：齊桓柏寢之器，周穆軒宫之寶。乳糜香飯，素糝糗漿，五杏七桃，靈瓜仙棗，莫不氣馥上天，薰流下界。石崇芳果金谷，僅于萬株。陳湯木滋杜陵，幾于千樹。猶自高謝珍奇，多慚品族。又《謝東宫賜浄饌啓》曰：糜獻牛牧，飯出龍宫。千品甘露之食，百花珍藥之果。餅兼髓乳，漿苞蔗榛。雕盤流其滋旨，寶器委其包香。足使三世長者，羞彼識味。一角仙人，恥其咒術。微物多幸，叨奉麴恩。性命可捐，殊私難荅。陳徐陵《謝敕賜祀三皇五帝餘饌啓》曰：竊以甘泉之殿舊禮，羲農長樂之宫，本圖堯舜，自東京晚世，曠代無聞西漢盛儀，復覩今日金壺流十旬之氣。玉案備千品之羞，昔絳羅爲薦，既延王母。紫蓋爲壇，允招太乙。同斯美號，理致衆星。臣以餘年豫聞清祀，如陪瑶席，遂飲瓊漿。

原移：梁吴均《食移》曰：月光離畢，風氣入箕。細雨如網，細柳如絲。離隔東西之怨，眺望山川之阻。企龍門而不見，覽桂枝而延佇。此乃方寸之恒情，羌難得而覼縷也。亦有鮑叔分財，華歆讓位，乃相知于平生，實忘懷于寤寐。雞有呼羣之德，鹿有食草之美，在微物其尚然，況仁義之君子哉。今足下居則廣厦高堂，連閨洞房，綺窻半卷，屏風角張。指天地如一指，安知故人之可傷。一死一生，乃見交情。一貴一賤，交情乃見。謂古昔之恒談，在今日而方見。嗚呼，如何忘我。實多輒欲彈琴，縱酒于首陽之阿。君有厨中腐肉，而僕不厭糟糠。君有雁鶩之食，而余不得一嘗。願以小人之腹，爲君子之腸，何如哉。今欲君之餘，江皐緑施之筍，洞庭紫鱗之魚，崑山龍胎之脯，玄圃鳳足之葅。千里蓴羹，萬丈名膾，氣馨若蘭，色美如艾。扶南甘蔗，一丈三節，白日炙便銷，清風吹即折。安定之梨，皮薄味厚，一歲三花，一枚二升。凡厥上味，惟君能施。君若不施，成君深纍，于神爲不祥，于人爲僭義。

蔣廷錫等《御定駢字類編》卷一七一《器物門二十四・羹》 羹湯，張籍《新嫁娘詩》：三日入厨下，洗手作羹湯。

袁枚《小倉山房尺牘》卷一《病中謝尹相國賜食物》 接疊韻詩至於再至三，如春波遇風，秋雲過月，層見疊出而意思無窮，當即熏籠壁間。恐江城碧紗，從此價貴，隨園庭榭，將終宵有絲竹之聲。蒙惠食物二種，憐野鳥之有文章也，故貽以雌雉，知山人之非熱客也。故賜以冰梨，對使傾筐，降拜登受。奈昨日偶感寒疾，山中蒼苔之色，忽移生於舌本之間。嗜好酸鹹，如隔十重皮甲，方造軒光之寵，飲苦口之湯，對此珍羞無能染指。不得已，盡頒之於侍疾之人，使食德飲和，廣沾師惠。然而貪饕性在嗔念，反生不自恨其朶頤福薄，而轉恨先生之賜不自我先，不自我後，偏當此口不從心之時，似若□亡往拜者。因追憶廿年前，蒙高郵一薦部議阻之，從此長慶老郎官階終矣。平生慣領虚恩，大率類此。往者不可諫，來者猶可追，願夫子其有以補過焉。

袁枚《小倉山房尺牘》卷一《答似村公子索食物》 前上筍菹蜜餌，是郎主之餐，非先生之饌，不謂公子食而甘之，竟作堂上秩膳之獻，不但孝子服養無方，使二親嘗其旨否且代弟子東修自獻免嫌陸氏莊荒可謂一舉而兩善備焉。來書代傳夫子之言，平章軟脆，判別酸鹹，油重則濡而不芳，糖多故膩而不爽，具見大君子一飲一食，有誨人不倦之意，明知調羹之衣鉢，難傳粗糲之腐儒，然從此燔黍捭豚，小增學問，他日趙稚長能監厨請客，未必非夫子循循善誘之功也。至於催將來之獻芹，爲君子之屬厲，則羊棗昌蒲未諳食性，還望公子於問安視膳之餘，探得老人所嗜消息暗通，當別作羹湯，自夸手爪，羞惟所有，不若徵惟所欲之爲妙也。僕非新婦兄恰小姑，故敢布其縷縷。

袁枚《小倉山房尺牘》卷一《答相國》 風物淒緊急景凋年江城之金印銅符，齊被黄紬封裹，一時官吏，是召公伴奂優遊之日，非周公所其無逸之時。故人莊魏倪許諸公，連日作消寒之會，五鼎羹湯，以枚爲飲食之人，引爲上客。且知枚天性不飲，故未入酒泉之郡，先登飯顆之山，一盞未交而五漿先饋。夫子知之，命各加品題，密爲申報。伏思魏文帝《典論》云：一世長者知居處，三世仕宦，纔曉得著衣喫飯。枚窶人子耳，腹如唐園，半是菜根充塞，雖有牛羊，未必遽能踏破，何足當諄諄見委之盛心哉。然傅説調羹之妙，衣鉢難傳，而易牙知味之稱，古今同嗜。謹當持三寸不爛之舌，仔細平章，凡一切蒸鳧炙鵠，鴨臛羊羹，必加去取之功，列長名之榜，爲夫子瑣屑具呈焉。明知製魚非獻替之術，何敢乞醯效忠，或者東脩亦弟子之心，不妨借花獻佛。想當日伏生傳經，不廢藁飫一章，亦以酒食爲先生饌計耶。

又

手諭責人者重以周，責己者廉以約，束脩之獻不許遲遲，枚聞命之下，汗出如漿，第所以徘徊而不敢獻者有二故焉，一則能近取譬責人者，人必責之。鮑老登場，其郎當未必不更甚於郭老，以故願甘纖齒，知難而退。一則夫子居心行事，刻刻從寬，惟於論詩論味則豁刻已甚，一吟詠耳，或摘其句中之纍，或抉其字外之疵。一飲食耳，或嫌其失火齊之功，或詆其少水泉之潔，就使安成名高宏微，製美而往往卷俎而退者多，置虚命徹者少。詘詘之聲音顔色拒人於千里之外，枚獨何人，能無怖乎。不特此也。諸公厨下執爨之人男子也，羹定後可以提挈而來。枚厨下治具之人女子也，登鼎時不能束裝而走，山中草舍抵列戟軍門也須三十，須臾如炊五斗黍許矣。能無一里變臭，二里變色，三里變味乎。詩之不佳，一身失名，味之不佳，一家喪名。傳有之曰：嗛嗛之食，不可狃也，不能爲膏而只離咎也，故不敢獻也。

又

書來敦逼再三，又命羣公子環橅而臞之。枚雖爲石人，亦不得不拾顔淵之

麈，煮魏昭之粥矣。昨漏下二鼓，聚家人而謀焉。僉以爲夫子飽人官之饌飫，天厨之珍，凡堯葱舜韭，禹糧湯烹，酒號三辰，脯名千里者，何一不屬饜於相公之腹。一旦種菜，野人想出奇制勝，不亦難乎。然枚獨氣粗膽壯而奮然治具者，恰別有說焉。每見大富貴人堂上懸畫一幅製行樂一圖，往往不畫玉几金牀，而反畫白蘞、紅蓼、竹杖、芒鞋者，何哉。蓋味濃則厭趣，淡反佳故耳。枚今所獻亦倣此意而爲之，如平日詩文自出機杼，不屑寄人籬下。伊川先生云：凡事必求一是處，況束修古禮，不敢以苟且將之，以故別之，欲其真也。洌之欲其清也，調而營之，欲其臭香而引津也。羃而急馳之，封碧磁之口，欲其旨蓄而氣不上升也。自以爲弟子之於味也，盡心焉耳矣。且飲食之道，不可以隨衆，尤不可以務名，營謂燕窩、海參虛名之士也，盜他味以爲己味。雞鴨魚豚豪傑之材也，卓然有自立之味，各成一家，且如廣大教主，往往以陰德濟人而已，不居其功。枚所獻有雞豚無海菜，故又作解嘲之說，自文其陋，惟夫子哂之。再有謂者，陸氏莊荒三十年，一旦偶有萌芽，倘樵者又從而踐踏之，則從此寸草不生矣。誠恐所獻之味，有不中於口者，還求夫子隱惡而揚善，勿宣佈於衆人爲幸。

又

自獻食後，枚皇皇然，如秀才望榜，舉家霍霍然，如失鷹師，不知能以壺中雋否。忽而一朵仙雲從天飛下，所以夸之者，善善從長，不啻若是。其口出，遂使東廂側耳者，皆欣欣然有喜色而相告，主婦賀於堂前，厨娘舞於竈下，枚亦喜心翻倒，較當時之登蕊榜，上玉堂尤有榮焉。其果侻飯之不及壺飧耶，抑故誘之而使至於道耶。正懷疑問，又捧倒荷囊四枚，方知賞有實徵，則譽非虛語，然枚竊有感焉。元旦日，枚賀新喜，蒙夫人賜兩荷囊色頗黯淡，今賜來者燦若雲霞，且以四爲節，似知有八手攜攜，而暗爲之點名給賞者。若果如是，是三晉之大夫，不如鄒魯之僕妾也。夫子過矣，夫人亦過矣，然仔細思之，元旦之賜，不過憐垂老之門生，聊以償其屈膝。此番之賜，乃以獎有功之少女，兼可策其將來夫人之德懋懋，官功懋懋，賞洵足以佐夫子平章天下，成就人才之美，謹誦《尚書》一章，三肅使者而退。

又

蒙賜風肉一盤，古人所謂千里脯，注疏中所謂涼州烏翅者是也。《公食大夫禮》中最爲珍貴，夫子頻頻頒來，且云以勞有功者，枚聞之瞿然。夫婦人惟酒食是議，惟刀七是供，固其職也。夫子一賞之不足，又屢賞之，似若褒其前功，而策其後效者，不知養由基之矢百發百中，尚有弓勾矢撥之時，況區區下婢乎。且人之學問，惟有所歉然也，而後知不足，知不足也，而後能大有功。枚於厨娘亦以此術待之，故能摩厲以須時亦弋獲。今不料夫子褒之，又奇賞之，竊恐此輩將來以爲兩朝元老，尚且貶少褒多，則主人平日之斷斷督過者，殆不足爲定評，而從此放手調羹，不復婆婆相料理矣。嗣後如山人有獻食之事，求夫子且勿揚之而先抑之，幸甚。

柳得恭《灤陽録》卷一《餖飣》 普洱茶殘果榼開，柿仁淹蜜伴楊梅。侍臣尚未從容退，且等朝盤餖飣來。

每日平朝宣賜赴宴諸王貝勒、各國使臣，果榼人各一，形圓，有間隔，分盛龍眼、荔芰、乾葡萄、楊梅、菜萸、蜜棗、柿仁、雜糖之屬。茶則時時宣飲。日宴始宣蒸猪餖飣，彼以此爲朝供。我則不然，必使馬頭北斗裏飯而來。

吴騫《桃溪客語》卷五 宋臨海陳子高嘗作《陽羨春歌》一篇，明人輯唐詩，誤收於李郢，後遂有踵其失而不察者。按：此歌發端云：石亭梅花落如雪，土酸爛斑竹茹赤。祝陵有酒清若空，煮糯蒸魚作寒食。無論石亭之古迹，竹茹之土産，清若空之酒名，皆未著於唐時。至云風光何處最可憐，邵家高樓白日邊。蓋宋時宜興邵氏最爲鉅族，臨溪有名園，所謂天遠堂者，尤才人勝流之所集。周益公言之其詳，故歌中猶云爾也，其非李郢作必矣。

崔旭曉林《津門百詠》 滿釜魚羹氣味腥，小船偶傍樹陰停。儂炊香飯郎沽酒，兩岸春風楊柳青。楊柳青，元揭奚斯有楊柳青謡。

崔旭曉林《津門百詠》 往來百里販薪船，堆賣聊權子母錢。多少人家待舉火，朝朝萬竈有炊烟。柴火廠

崔旭曉林《津門百詠》 翠釜鳴薑海味稠，咄嗟可辦列珍羞。烹調最説天津好，邀客且登通慶樓。酒館

李于潢《汴宋竹枝詞》卷上 伏日頒冰苦不多，移牀施簟聽新歌。宜人水飯涼冰齒，包子清香裹緑荷。

梅堯臣《次韻和永叔石枕與笛竹簟詩》：京師貴豪空有力，六月耐此炎蒸劇。旱風赤日吹熱來，大厦高檐任雕飾。頭顱汗巾無富貴，雖有頒冰論官職。王禹偁《伏日偶作詩》：移牀施簟就南軒，門掩閒坊半樹蟬。《東京夢華録》都人最重三伏，蓋六月中，别無時節，往往風亭水榭，峻宇高樓，雪檻冰盤，沈李浮瓜，流盃麴沼，苞鮓新荷，遠邇笙歌，通夕始罷。《澠水燕談》：士夫筵饌，率以餖飣，

或在水飯之前。《膳夫録》：汴中節食，上元油餛，人日六一菜，上巳手裏行厨，寒食冬凌，四月八指天餕餡，重午如意圓，伏日緑荷包子，二社辣雞臠，中秋翫月羹，中元盂蘭餅餡，重九米錦，臘日萱草麵。

李于潢《汴宋竹枝詞》卷下 小店盤飧侑客觴，無邊風月醉河陽。葸蝦酒蠏西京筍，未抵缸中辣菜香。

《汴都記》酒家旂上書河陽風月。《東京夢華録》有外來托賣炙雞、燠鴨、羊脚子、點羊頭、脆筋巴、子葸、蝦、酒蠏、獐巴、鹿脯，從食蒸作，海鮮，時果，旋切萵苣、生菜、西京筍，又有小兒子着白虔布衫，青花手巾挾白磁缸子，賣辣菜。

錢泳《履園叢話》卷二一《打油詩》 按：打油詩始見於《南部新書》，其無關於人之名節者，原未嘗不可以爲遊戲，若借此報怨，或發人隱私，或誣人狹褻，此陰律之所最重，不可不慎也。友人陳斗泉云：金腿蒙君賜，舉家大笑歡。肉似枯荷葉，皮同破馬鞍。牙關三十六，箇箇不平安。此種詩雖諧謔而鍊字鍊句，音節鏗鏘，非老手不能。又金陵有一僧，嘗作打油詩四十首，命其集曰牛山四十膋。中有一首云：春叫猫兒猫叫春，聽他越叫越精神。老僧亦有猫兒意，不敢人前叫一聲。莫謂是打油詩，其筆甚峭，不可及也。

貝青喬《苗妓詩》 問是槃瓠種，髮髻鬆堆半笠雲。醅菜登枰腥欲避，刺黎釀酒啐成醺。恰逢蝎子花開日，婷扒蘆笙宛轉聞。【略】

凡漁獵所獲，下至蚳蝝蠕動之屬，咸麋於一罌。俟其蝍蛆腥臭，始告缸成，名曰醢菜，珍爲異味，愈久愈貴，問至富，則曰藏醢桶幾世矣。刺梨一名送春歸，幹如葵藜，多芒刺，葩如茶蘼，紅紫相間，鮮豔奪目，他省名野玫瑰，皆花而不實。惟黔中實如安石榴，而差小，味甘微酸，釀酒極香韵，然不耐飲，雖大户不及一升，便頭岑岑欲吐矣。飲無杯斝，或用牛角，或插竿於甕，蹲而啐之，只宜冷飲，熱則其臭刺鼻也。

張燾《津門雜記》卷下唐尊恒芝九《鐵雀銀魚》 樹上彈來多鐵雀，冰中釣出是銀魚。佳肴都在封河後，聞説他鄉總不如。

雜録

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一七漢鄭衆《周禮鄭司農解詁》卷一

膳夫

凡王之饋食用六穀，膳用六牲，飲用六清，羞用百，有二十品。羞，進也。六穀，稌、黍、稷、粱、麥、菰。菰，雕胡也。六清，水、漿、醴、醷、醬、酏。鄭注【略】

凡王之稍事，設薦脯醢。

稍事，爲非日中大舉時而間食，謂稍事。膳夫主設薦脯醢。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一七鄭衆《周禮鄭司農解詁》卷一

籩人

朝事之籩，其實鰒魚，白黑形鹽，膾鮑魚鱐。

朝事謂清朝未食，先進寒具。口實之籩，煞麥曰麷，麻曰蕡，稻曰白，黍曰黑。築鹽以爲虎形，故《春秋傳》曰鹽虎形。鄭注《文選》卷三十五張景陽《七命》注引朝事至口實之籩。

菱芡桌脯。

菱芡，脯脩。鄭注

糗餌粉芡。鄭注故書餈作茨。案鄭司農訓茨爲積，知本作茨也。

糗，熬大豆與采也。粉，豆屑也。茨字或作資，謂乾餌餅之也。鄭注

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷一七鄭衆《周禮鄭司農解詁》卷一

醢人

朝事之豆，其實韭菹醓醢。昌本麋臡菁菹鹿臡茆菹。

麋臡

麋臡，麋肝髓醢，或曰麋臡、醬也。有骨曰臡，無骨爲醢，菁菹韭菹。鄭注校宋本注疏作麋肝。

深蒲，蒲蒻入水深，故曰深蒲，或曰深蒲桑耳。醓醢，肉醬也。箔，水中魚衣也。鄭注釋文引末句有也字。

酏食糝食

酏食，以酒酏爲餅。糝食，菜餘蒸。鄭注

脾析麋醢

脾析，牛百葉也。麋，蛤也。鄭注

深蒲醢醢，箔菹鴈醢。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷七八《雜五行書》 作竈法。當辰巳間，隙地取土，先掘去土五寸，以水美酒一升合和泥之。以癸亥日脩之，此日安竈自如也。作竈法：廣四尺，長五尺，欲安兩金長七尺，子孫富貴。作竈餘泥不可泥井，餘土不可泥竈，大兇。

馬國翰《玉函山房輯佚書》卷二〇晉徐邈《周禮徐氏注》

膳夫

食用六穀。注：稌、黍、稷、粱、麥、菰，稌，他古反。《釋文》

飲用六清。注：水漿醴醷醫酏。醷，力放反。醫，於計反。同上

醬用百有二十甕。音瓮，屋貢反。釋文引徐劉注：以五齊七醢七菹三臡實之。臡，耳齊反。《釋文》

鼎十有二物注陪鼎三陪蒲來反同上

膳夫授祭品。注：謂刉肺脊也。刉，倉典反，《釋文》斷也。《集韻》上聲二十八獮刉字注

郭象《莊子注》卷一《消遥遊第一》 庖人雖不治庖，尸祝不越樽俎而代之矣。庖人、尸祝各安其所，司烏獸萬物，各足於所。受帝堯許，由各靜其所遇，此乃天下之至實也。各得其實，又何所爲乎哉，自得而已矣。故堯許天地雖異，其於逍遥一也。

范曄《後漢書》志第二六《百官三》 少府，卿一人，中二千石。本注曰：掌中服御諸物，衣服寶貨珍膳之屬。丞一人，比千石。

太醫令一人，六百石。本注曰：掌諸醫。藥丞、方丞各一人。本注曰：藥丞主藥。方丞主藥方。

太官令一人，六百石。本注曰：掌御飲食。左丞、甘丞、湯官丞、果丞各一人。本注曰：左丞主飲食。甘丞主膳具。湯官丞主酒。果丞主果。

賈思勰《齊民要術》卷九《醴酪第八五》 治釜令不渝法：常於諳信處買取最初鑄者，鐵精不渝，輕利易然。其渝黑難然者，皆是鐵滓鈍濁所致。治令不渝法：以繩急束蒿，斬兩頭令齊，著水釜中，以乾牛屎然釜，湯煖，以蒿三徧淨洗。抒却水乾，然使熱。買肥猪肉脂合皮大如手者三四段，以脂處處徧揩拭釜，察作聲。復著水痛踈洗，視汁黑如墨，抒却。更脂拭，踈洗。如是十徧許，汁清無復黑，乃止，則不復渝。煮杏酪，煮餳，煮地黃染，皆須先治釜，不爾則黑惡。

蕭繹《金樓子》卷五《志怪篇一二》 豫章有石，以水灌之便熱，以鼎置其上，灼食則熟。張茂先，博物君子也，雷孔章亦一時之學士也。入洛賚此石以示張。張曰：所謂燃石也。余從兄勔爲廣州，嘗致數片，煮食猶須燒之。

宗懍《荆楚歲時記》 其日並以豚酒祭竈神。

按《禮記》云：竈者，老婦之祭也，尊於瓶，盛於盆，言以瓶爲罇。盆，盛饌也。許慎《五經異義》云：顓頊有子曰黎，爲祝融火正也。祀以爲竈神，姓蘇名吉利，婦姓王，名摶頰。漢宣帝時，陰子方者，至孝有仁恩，嘗臘日辰炊，而竈神形見。子方再拜受。慶家有黄犬，因以祭之，謂爲黄羊。陰氏世蒙其福，俗人所競尚，以此故也。

歐陽詢等《藝文類聚》卷八〇《火部·竈》

竈

《釋名》曰：竈，造也，創造食物也。

《淮南子》曰：炎帝作火，死而爲竈神。

徐堅《初學記》卷二五《器用部》 火第十六敘事譙周《古史考》曰：古者茹毛飲血，燧人初作燧火，人始燔炙。《元命苞》曰：火之爲言委隨也，故其立字人散子者爲火。《説文》曰：熯蒸，火也。熯，盆中火也。燦，火飛也。顯，爓火光也。《左傳》曰：人火曰火，天火曰災。《春秋潛潭巴》曰：火從井出，離骨肉，外疎忠臣，咎及於火，則大旱必有火災。《周易》曰：火在天上，大有君子以遏惡揚善，順天休命。又《春秋繁露》曰：若火不炎上，秋多電由，王者視有賢士從人起。大明賢者，象賢者屈滯象從井出。不明也。

張九齡《唐六典》卷四《尚書禮部》 膳部郎中員外郎，掌邦之牲豆酒膳辦，其品數，凡郊祀天地日月星辰嶽瀆，享祭宗廟百神，在京都者，用牛羊豕滌養之數，省閱之儀，皆載於廩犧之職焉。若諸州祭嶽鎮海瀆先代帝王，以太牢州縣釋奠於孔宣父，及祭社稷，以少牢，其祈禁則以特牛。凡郊祀天地日月星辰嶽瀆，及享宗廟百神在京都者，所用籩豆簠簋鉶瓠俎之數，魚脯醢醓之味，石鹽菜果之羞，並載於太官之職焉。若諸州祭嶽鎮海瀆及先代帝王，籩豆各十簋，簋各二俎三。州縣祭社稷釋奠，每坐籩豆各八簋，簋俎如上，其所實之物如京都

之制。凡祀圜所實之制，並載於良醞之職焉。凡天下之珍，瞬之物，多少之制，封檢之宜，並載於尚食之職焉。凡非因大禮不得獻食，若因大慶獻食，及所司供進，並不得用犢。若牸羊至厨，生羔者放長生。若大齋日皆進素食，其應用之羊，亦放爲長生。凡諸陵所有進獻之饌，並載於陵令之職焉。凡親王已下，常食料各有差。每日細白米二升，粳米粱米各一斗五升，粉一升，油五升，鹽一升半，醋二升，每月給羊二十口，猪肉六十斤，魚三十頭，各一尺，酒九斗。三品已上常食料九盤。每日細米二升二合，粳米八合，麵二升四合，酒一斤半，羊肉四分，醬四合，醋四合，瓜三顆，鹽豉葱薤葵菹之類各有差。木橦，春二分，冬三分五釐。炭，春三斤，冬五斤。四品五品，常食料七盤。每日細米二升，麵二升三合，酒一升半，羊肉三分，瓜兩顆，餘並同三品。若斷屠及決囚日，停肉，給油一合，小豆三合。三品已上亦同此。六品已下、九品已上，常食料五盤。每日白米二升，麵一升一合，油三勺，小豆一合，醬三合，醋三合，豉鹽葵菹之類各有差。木橦，春二分，冬三分。凡諸王已下，皆有小食料。午時粥料各有差。復有設食料、設會料，每事皆加常食料。又有節日食料。謂寒日麥粥，正月七日，三月三日煎餅。正月十五日、晦日，膏糜。五月五日粽糒。七月七日斫餅。九月九日麻葛糕。十月一日黍臛，皆有等差，各有配食料。蕃客在館食料五等，蕃客設食料，蕃客設會料，各有等差焉。

張九齡《唐六典》卷一一《殿中省》 尚食局奉御二人，正五品下。《周禮》有膳夫，内饔。秦置六尚，有尚食之名，如淳以爲主天子物曰尚。漢因之，後遂省并，其職於太官湯官。至北齊，門下省統六局。尚食局有典御二人，丞監各四人。【略】尚食奉御掌，供天子之常膳，隨四時之禁，適五味之宜。春肝夏心秋肺冬腎，四季之月，脾皆時，王不可食。五味，酸醎甘苦辛。當進食必先嘗。凡天下諸州進甘滋珍異，皆辨其名數，而謹其儲供，直長爲之貳。凡元正冬至大朝會饗，百官與光禄視其品秩，分其等差而供焉。其賜王公已下及外方賓客，亦如之。若諸陵月享，則於陵所視膳而獻之。諸陵須上，食陵別殿，中省主膳三十人，分番上下。每季差官相監，於陵所造食供進。【略】

張九齡《唐六典》卷一二《内官官内侍省》

尚食局

尚食二人，正五品。

司膳四人，正六品。典醞二人，正七品。掌膳四人，正八品。

司醞二人，正六品。典藥二人，正七品。掌藥二人，正八品。

司饎二人，正六品。典饎二人，正七品。掌饎二人，正八品。

尚食掌供膳羞品齊之數。總司膳、司醞、司藥、司饎四司之官屬，凡進食先嘗之。

司膳掌割烹煎和之事。

司醞掌酒醴酏飲之事。

司藥掌醫方藥物之事。

司饎掌給宫人粟饔爨薪炭之事。

張九齡《唐六典》卷一五《光禄寺》 光禄卿之職，掌邦國酒醴膳羞之事，總太官、珍羞、良醞、掌醢四署之官屬，修其儲備，謹其出納。少卿爲之貳。凡國有大祭祀，則省牲鑊，視濯溉。若三公攝祭，則爲之終獻。朝會燕饗，則節其等差，量其豐約以供焉。【略】

太官署令二人，從七品下。《周禮》有庖人外饔中士。蓋其任也。秦漢少府屬官，太官、湯官、令丞。太官主膳食，湯官主餅餌。【略】

丞四人，從八品下。《周禮》庖人外饔有下士。【略】秦有太官丞。漢太官二丞，後漢太官丞一人，三百石。又有左丞、甘丞、湯官丞、果丞。桓帝時，太官置四丞，又有左右丞。魏晉宋齊並有太官丞，梁有四人，又有市買丞，正厨丞。後魏北齊有太官丞一人，後周内膳有中士四人。隋太官署有丞八人。皇朝置四人。

監膳十人，從九品下。晉太官令，有厨史二十四人。後周内膳，有主食十二人。隋太官有監膳十一人。武德中，太官監膳八人。貞觀中，加置十二人。開元二十三年，減二人。

監膳史，十五人。皇朝貞觀中置。

供膳二千四百人。隋太官供膳二千人，皇朝武德中，置一千五百人。永徽中加置二千四百人。太官令掌供膳之事，丞爲之貳。凡祭之日，則白卿詣諸厨，省牲鑊，取明水於陰，鑑取明火於陽燧。火以供爨，水以實尊。帥宰人以鑾刀割牲，取其毛血，實之於豆，遂烹牲焉。又帥進饌者，實簠簋，設於饌幕之内。凡冬至圜丘之祀，昊天上帝籩豆各十二，配帝亦如之。五帝籩豆各去其二，大明夜明又去其二。内官中官籩豆各二，簠簋俎各一。外官衆星籩豆各一，簠簋俎各一。孟春祈穀之祀，昊天上帝配帝五方，帝如冬至之儀。孟

春雩祀昊天上帝配帝五方，帝如祈穀之儀。五帝籩豆各八，簠簋甄俎各一。【略】

凡籩之實，有石鹽、魚脯、棗栗、菱芡、白餅、黑餅、糗餌、粉餈。豆之實，有葅醢、飴食、糝食、豚胉。簠簋之實，有黍稷稻粱。甄實大羹，鉶實肉羹。凡祭有牲者，皆豚右胖體十一，前節三，肩臂臑後節二，肫胳正脊一，脡脅正脊一，橫脊一，長脇一，短脇一，代脇一，脊二。骨以並脊。從前爲正脇，傍中爲正。凡朝會燕饗九品已上，並供其膳食。凡供祭祀致齋之官，則依其品秩爲之差降。若國子監，春秋二分釋奠百官之觀禮，亦如之。左右廂南衙文武職事，五品已上及員外郎，供饌百盤餘供。中書門下供奉官及監察御史，每日常供具三羊，六參之日加一羊焉。行奉從官供六羊，釋奠觀禮具五羊，冬月則加造湯餅及黍臛。夏月加冷淘粉粥。寒食加錫粥。正月七日，三月三日，加煎餅。正月十五日、晦日，加餻糜。五月五日加粽糒。七月七日加研餅。九月九日加餻。十月一日加黍臍。並於常食之外而加焉。凡行幸從官，應供膳食，亦有名數。其南北衙從官、弘文崇文館、史館、集賢殿、書院學士及修讎校理官吏，並供五品。

珍羞署令一人，正八品下。【略】

丞二人，正九品下。【略】

典事八人。【略】

錫匠五人。皇朝置。

珍羞令掌供庶羞之事，丞爲之貳。以實籩豆陸產之品，曰棗栗脯修。水物之類，曰魚鹽菱芡。辨其名數，會其出入，以供祭祀朝會賓客之禮。

張九齡等《唐六典》卷二六《太子内官》 掌食，從八品，掌膳羞、酒醴、燈燭、柴炭及宫人食料、器皿。

張九齡《唐六典》卷二七《食官署》 主簿掌印及句檢稽失，凡寺署之出入財物、役使工徒，則刺詹事上于尚書，有所隱漏，言於司直。事若重者，舉咨家令以啓聞。食官署，令一人，從八品下。詹事屬官有食官令。齊食官，令一人，秩六百石，主飲食。晉置有食官令。齊詹事官亦有太子食官令，齊職儀食官令一人，三品動位，掌厨膳之事。梁庶子有食官局，陳因之。後魏太子食官令五品上。北齊食官令丞，又別領器局酒局二丞。隋家令事統食官令丞。皇朝因之。

丞二人，從九品下。兩漢食官皆有丞，魏晉宋無聞。齊建元中，置食官丞四人。梁選部有東宫食官丞，爲三品動爵位。魏北齊太子食官丞一人，隋食官丞二人，皇朝因之。

食官令，掌飲膳之事，丞爲之貳。凡爲膳羞，必辨其腥、臊、香、臭、美、惡之氣，必辨其牲牢禽獸之名物，割烹煎和之制度，以成乎五味五香之正，然後可以供其享獻焉。凡四時之令節，供進及設食，得專營造，不用啓聞。其六品已有官於家令厨食者。元正冬至寒食亦供焉。左右廂牙前坐日職事官，三品以上供十盤，官臣六，參日二十五盤，其食有餘，賜左右。春坊供奉官詹事司直，若非坐日，供三盤，丞判署事。

張九齡《唐六典》卷二六《典膳局》 典膳局，典膳郎二人，正六品上。自漢以來，並有太子倉官。北齊門下坊，始別置典膳局。有監丞各二人，監六品下。隋改爲七品下。皇朝因之。龍朔二年，改爲太子典膳郎。

丞二人，正八品上。北齊典膳局有丞二人，正八品下。隋正九品下。皇朝復爲八品上。

典膳郎掌進膳嘗食之事。丞爲之貳。每夕局官，執爵更直。

李筌《太白陰經》卷三《隊軍篇第二九》 火長，主厨饍飲食養病守火資樵采戰陣不預，仁義者用任。

陶宗儀《説郛》卷九〇李肇《翰林志》 每歲内賜春服物三十疋，暑服物三十疋，緜七屯，寒食節料三十疋。酒飴、杏酪粥、屑肉餺。清明，火，二社蒸饋。端午，衣一付，金花銀器一事，百索一軸，青團鏤竹大扇一柄。角粽三服，沙蜜。重陽，酒、糖、粉糕。冬至，歲酒、兔、野雞，其餘時菓新茗瓜。新曆是爲經制直日，就須授下直，就第賜之。凡内宴坐次，宰相坐居一品班之上，别賜酒食、珍果，與宰相同賜帛二十疋，金花銀器一事。貞元四年，救晦日、上巳、重九節，百寮宴樂。翰林學士每節賜錢一百千。其日奏選勝而會賜酒脯茶果。明年廢晦日，置中和節宴樂如之。非凶年旱歲兵革，則每歲爲常。

白居易《白孔六帖》卷一六《厨二七》 白：大庖不盈。《詩》君子遠庖厨也。厨車。載食車。良庖庖丁。解牛。厨食。漢詔吏或飾厨傳，稱過客言盛庖厨，稱過客之意。刀匕。是供膳夫。充君之庖。田獵一爲乾豆，二爲賓客，三爲充君之庖。爨當爨無清之人。言厨饌之薄也。《莊子》蠟燭炊。石季倫以蠟燭炊。出《世説》爨鼎。《莊子》云：有人冬爨鼎，夏造冰。同爨總。《禮》曰同爨總。厨傳。李脩飾厨傳。覆銀瓦爨香火。南蠻婆賄伽盧國，厨覆銀瓦、爨香火。武臣私厨。真以來，皆武臣私厨，月費米二千石，羊千首，酒數十斛，路人困甚。士美至，悉去之，出稟錢

市物自給。同爨。崔鄲崔氏四世，總麻同爨。無它爨。崔玄暉貧寓郊墅，羣從皆自遠，會食無它爨。鄠公厨。《長安後記》曰：韋陟厨中飲食之，香錯雜，或人入於中，多飽飫而歸。俗語曰：人欲不飯，筋骨舒責。緣須入鄠公厨。長安四月已後，自堂至百司厨，謂之櫻筍厨。咸鎬故事。可十人具。常袞故事，日出内厨食，可十人具，袞奏罷之。膀厨。内厨楊輝僭，皇末權樞密事，饌甚精，四季皆膀厨。符江淮大賈使主堂厨食利，因是挾貲行天下，所至州鎮爲右客，富人倚以自高。德裕一切罷之。勑厨倍常羞。杜甫《鄭典設歸詩》勑厨倍常羞，杯盤頗狼藉。中書堂食不可食。五代蘇逢吉已貴，益豪侈。謂中書堂食不可食，乃命家厨進羞。水陸曾不下箸。韋陟每食，視厨所棄其直，猶不減萬錢。宴公侯家，雖極水陸，曾不下箸。富家厨内臭。杜甫《摘蒼耳詩》竹裏行厨洗玉盤。嚴公《携酒饌詩》

劉恂《嶺表録異》卷中 廣州陶家皆作土鍋鐎，燒熱以土油之，其潔浄則愈於鐵器，尤宜煮藥。一斗者纔直十錢，愛護者或得數日。若迫以巨焰，涸之則立見破裂，斯亦濟貧之物。

康州悦城縣北百餘里，山中有樵石穴，每歲鄉人琢爲燒食器。但燒令熱徹，以物襯閣置之盤中，旋下生魚肉及葱韮鹽薤之類，頃刻即熟，而終席煎沸。南中有親朋聚會多，再頻食亦極壅熱，疑石中有火毒。

馬縞《中華古今注》卷上《厨人襳衣》 厨人襳衣，厮徒之服也，取其便於用耳。乘輿進食者，有服襳衣。前漢董偃緑幘青褠加襳衣以見武帝，厨人之服也。

馮贄《雲仙雜記》卷七《家庖百品》 張元厚家庖百品，日日不變。有蔡機缸二千，盛貯皆滿。梁福《盧陵記》

劉昫《舊唐書》卷四四《職官志三》 太官署：令二人，從七品下。丞四人，從八品下。府四人，史八人。監膳十人，從九品下。主膳十五人，供膳二千四百人，掌固四人。太官令掌供膳食之事。丞爲之貳。凡祭之日，與卿詣厨省牲鑊，取明水於陰鑑，取明火於陽燧，帥宰人以鑾刀割牲，取其毛血，實之於豆，遂烹牲焉。又帥進饌者實簠簋，設於饌幕之内。凡朝會宴享，九品已上並供其膳食。凡供奉祭祀致齋之官，則視其品秩爲之差降。國子監釋奠，百官觀禮，亦如之。凡宿衛當上，及命婦朝參宴會者，亦如之。

珍羞署：令一人，正八品下。丞二人，正九品下。府三人，史六人，典書八人，掌固四人。

良醖署　令二人，正八品下；丞二人，正九品下。掌供五齊、三酒。享太廟，則供鬱鬯以實六彝；進御，則供春暴、秋清、酴醾、桑落之酒。

禮也。

元應《一切經音義》卷九《大智度論》 鑽燧。又作鐆，同辭醉反。火母也，謂取火者也。《論語》：鑽燧改火。孔安國曰：一年之中，鑽燧各異，木也。《世本》：造火者燧人也，因以爲名也。

元應《一切經音義》卷一五《十誦律》 宰人。祖殆反。《禮記》：宰夫爲獻主。注云：宰夫，主膳食之官。聲類宰，治也。律文作牢，非也。

元應《一切經音義》卷二五《阿毗達磨順正理論》 鑽燧。又作鐆，同辭醉反。火母也。《論語》：鑽燧改火是也。《世本》：造火者燧人，因以名也。炘曰：《玉篇》：燧以取火於日，亦作鐆，燒熨同。《説文》鐆，陽鐆也，燧塞上亭，守烽火者。篆文省作燧鐆燧。解本不同，《玉篇》乃合爲一也。

樂史《太平寰宇記》卷一六〇《嶺南道四・南雄州》 土産：出嫩石，可以爲鍋釜。

歐陽修、宋祁《新唐書》卷四八《百官志三》

光禄寺

卿一人，從三品；少卿二人，從四品上；丞二人，從六品上；主簿二人，從七品上。掌酒醴膳羞之政，總太官、珍羞、良醖、掌醢四署。凡祭祀，省牲鑊、濯溉；三公攝祭，則爲終獻。朝會宴享，則節其等差。録事二人。

龍朔二年，故光禄寺曰司宰寺。武后光宅元年，曰司膳寺。有府十一人，史二十一人，亭長六人，掌固六人。

太官署　令二人，從七品下；丞四人，從八品下。掌供祠宴朝會膳食。祭日，令白卿詣厨省牲鑊，取明水、明火，帥宰人割牲，取毛血實豆，遂烹。又實簠簋，設于饌幕之内。

有府四人，史八人，監膳十人，監膳史十五人，供膳二千四百人，掌固四人。

珍羞署　令一人，正八品下；丞二人，正九品下。掌供祭祀、朝會、賓客之庶羞，榛栗、脯脩、魚鹽、菱芡之名數。

武后垂拱元年，改肴藏署曰珍羞署，神龍元年復舊，開元元年又改。有府三人，史六人，典書八人，餙匠五人，掌固四人。

良醖署　令二人，正八品下；丞二人，正九品下。掌供五齊、三酒。享太廟，則供鬱鬯以實六彝；進御，則供春暴、秋清、酴醾、桑落之酒。

有府三人，史六人，監事二人，掌醞二十人，酒匠十三人，奉觶百二十人，掌固四人。

掌醢署　令一人，正八品下。丞二人，正九品下。掌供醢醢之物：一曰鹿醢，二曰兔醢，三曰羊醢，四曰魚醢。宗廟，用葅以實豆；賓客、百官，用醢醬以和羹。

有府二人，史二人，主醢十人，醬匠二十三人，酢匠十二人，豉匠十二人，葅醢匠八人，掌固四人。

歐陽修、宋祁《新唐書》卷四九上《百官志四上》　食官署　令一人，從八品下；丞二人，從九品下。掌飲膳、酒醴。凡四時供送設食皆顓焉。供六品以下元日、寒食、冬至食於家令廚者。

有府二人，史四人，掌膳四人，供膳百四十人，奉觶三十人。

佚名《錦繡萬花谷》前集卷四《雜日》　四月十五日櫻筍厨，十五日，自堂厨至百司厨，謂之櫻筍厨。

程大昌《演繁露》卷九《厨傳》　宣帝元康二年，詔曰：吏或擅興徭役，飾厨傳以稱譽過客。按：厨、傳兩事也。厨，庖也，以好飲食供過客則爲飾厨也。傳者，驛也，具車馬資行役則爲飾傳也。今人合厨、傳爲一，槩謂豐饌爲厨傳，非也。

羅大經《鶴林玉露》卷二《丙編・穀菹禽獸》　《周禮註》：六穀：稌、黍、稷、粱、麥、菰。六清：水、漿、醴、醫、酏、酨、酏。七菹：韭、菁、茆、葵、芹、菹、筍。六獸：麋、鹿、熊、麕、野豕、兔。六禽：鴈、鶉、鷃、雉、鳩、鴿。五藥：草、木、蟲、石、穀。

謝維新《古今合璧事類備要》外集卷五二《鼎鑊門・鼎》　懸釜而炊，韓子曰：智伯圍晉陽城，襄子決晉陽水灌之，城中懸釜而炊。並《史記》。

葉隆禮《契丹國志》卷二一《契丹賀宋朝生日禮物》　承天節，又遣庖人持本國異味，前一日就禁中造食以進御云。

吳自牧《夢粱録》卷一三《鋪席》　杭州大街，自和寧門杈子外，一直至朝天門外清河坊，南至南瓦子北，謂之「界北」。中瓦子前，謂之「五花兒中心」。自五間樓北，至官巷南街，兩行多是金銀鹽鈔引交易，鋪前列金銀器皿及現錢，謂之「看垛錢」，此錢備准榷貨物算清鹽鈔引，並諸作分打钑鋪鞴，紛壇無數。自融和坊北，至市南坊，謂之「珠子市」，如遇買賣，動以萬數。又有府第富豪之家質庫，

城内外不下數十處，收解以千萬計。向者杭城市肆名家有名者，如中瓦前皂兒水，雜貨場前甘豆湯，戈家蜜棗兒，官巷口光家羹，大瓦子水果子，壽慈宮前熟肉，錢塘門外宋五嫂魚羹，涌金門灌肺，中瓦前職家羊飯、彭家油靴，南瓦子宣家臺衣，張家元子，候潮門顧四笛，大瓦子邱家筆篥。自淳祐年有名相傳者，如猫兒橋魏大刀熟肉，潘節幹熟藥鋪，壩頭榜亭安撫司惠民坊熟藥局，市西坊南和劑惠民藥局，局前沈家，張家金銀交引鋪，劉家，呂家，陳家綵帛鋪，舒家紙劄鋪，五間樓前周五郎蜜煎鋪，童家柏燭鋪，張家生藥鋪，獅子巷口徐家紙劄鋪，凌家刷子鋪，觀復丹室，保佑坊前孔家頭巾鋪，張賣食麵店，張官人諸史子文籍鋪，訥庵丹砂熟藥鋪，俞家七寶鋪，張家元子鋪，陳直翁藥鋪，中瓦子前徐茂之家扇子鋪，陳直翁藥鋪，梁道實藥鋪，張家豆兒水，錢家乾果鋪，金子巷口陳花脚麵食店，傅官人刷牙鋪，楊將領藥鋪，市南坊沈家白衣鋪，徐官人幞頭鋪，鈕家腰帶鋪，市西坊北鈕家綵帛鋪，張家鐵器鋪，脩義坊北張古老胭脂鋪，水巷口戚百乙郎顏色鋪，徐家絨綫鋪，阮家京果鋪，俞家冠子鋪，官巷前仁愛堂熟藥鋪，脩義坊三不欺藥鋪，官巷北金藥臼樓太丞藥鋪，胡家，馮家粉心鋪，染紅王家胭脂鋪，淮嶺傾錫鋪，清河坊顧家綵帛鋪，蔣檢閱茶湯鋪，升陽宮前仲家光牌鋪，季家云梯絲鞋鋪，太平坊南倪沒門麵食店，南瓦子北卓道王賣麵店，腰棚前菜麵店，熙春樓下雙條兒劉子店，太平坊大街東南角蝦蟆眼酒店，漆器墻下李官人雙行解毒丸，抱劍營街吳家、夏家、馬家香燭裹頭鋪、李家絲鞋鋪、許家槐簡鋪，沙皮巷孔八郎頭巾鋪、陳家絛結鋪，朝天門戴家鏖肉鋪，外沙皮巷口雙葫蘆眼藥鋪，朝天門里大石版朱家裱褙鋪、朱家元子糖蜜糕鋪，太廟前尹家文字鋪、陳媽媽泥面具風藥鋪，大佛寺前藥鋪、保和大師烏梅藥鋪，三橋街毛家生藥鋪、柴家絨綫鋪、姚家海鮮鋪，壩橋榜亭側朱家饅頭鋪，石榴園倪家貂鮓鋪、張省干金馬杓小兒藥鋪，三橋河下楊三郎頭巾鋪，清湖河下戚家犀皮鋪，里仁坊口游家漆鋪，李博士橋鄧家金銀鋪、汪家金紙鋪，炭橋河下青篦扇子鋪，水巷橋河下針鋪，彭家温州漆器鋪，沿橋下生帛鋪、郭醫産藥鋪，住大樹下桔園亭文籍書房，平津橋沿河布鋪，黄草鋪温州漆器、青白磁器，鐵綫巷籠子鋪，生絹一紅鋪，薦橋新開巷元子鋪，官巷内飛家牙梳鋪，齊家，歸家花朵鋪，盛家珠子鋪，劉家翠鋪，馬家，宋家領抹銷金鋪，沈家枕冠鋪，小市里舒家體真頭麵鋪，周家摺摸扇鋪，陳家畫團扇鋪。自大街及諸坊巷，大小鋪席，連門俱是，即無虚空之屋。每日清晨，兩街巷門，浮鋪上行，百市買賣，熱鬧至飯前，市罷而收。蓋杭城乃四方輻輳之地，即與外郡不同。所以客販往來，旁

午於道，曾無虛日。至於故楮羽毛，皆有鋪席發客，其他鋪可知矣。其餘坊巷橋道，院落縱橫，城内外數十萬户口，莫知其數。處處各有茶坊、酒肆、麵店、果子、綵帛、絨綫、香燭、油醬、食米、下飯魚肉鮝臠等鋪。蓋經紀市井之家，往往多於店舍，旋買見成飲食，此爲快便耳。

林駉《古今源流至論》前集卷六《九卿》 【略】太農少府復分於户部，太常宗正復散於禮部。儀仗一事也，既掌於衛尉，又掌於庫部。飲饍一事也，既任於光禄，又任於膳部。其余三寺亦多分散。唐《百官志》

方回《續古今攷》卷三四《酒漿籩醢醯鹽冪奄女奚》 酒人奄十人，女酒三十人，奚三百人。漿人奄五人，女漿十有五人，奚百有五十人。籩人奄一人，女籩二十人，奚四十人。醢人奄一人，女醢二十人，奚四十人。鹽人奄二人，女鹽二十人，奚四十人。冪人奄一人，女冪十人，奚二十人。注：奄，精氣閉藏者，今謂之宦人。《月令》：仲冬，其器閎以奄，于撿反。女酒，女奴曉酒者也。女漿，以下倣此，古者從坐，男女没入縣官爲奴。其少才智以爲奚，今之侍史官婢，或曰奚宦女。紫陽方氏曰：近代無從坐没入官爲奴婢之法，北方以兵擄則有之。近代法之不善者，宦官，進子宫無罪之人。良人女犯姦，三人以上，理爲雜户，斷脊杖，送妓樂司收管。是以州郡無行之弟子，世世養女爲侍。官司筵席，祇應穿髻紅大衣，服冠佩送迎朔望，隨衆唱喏如男子，今日遂無之。

方回《續古今攷》卷三六《共賓客之禽獻禽獸對文散文　雌雄牝牡對文散文四足而毛未孕曰禽》 庖人共賓客之禽獻。注：禽獻，獻禽於賓客。獻，古文爲獻。杜子春云：當爲獻。《正義》曰：凡鳥獸未孕曰禽。《爾雅》：四足而毛曰獸，兩足而羽曰禽，是對文例。若散文，則通獸，未孕時，雖四足而曰禽，是以名爲禽獸，其中亦有羔豚犢麝。又云以禽作六摯，禽中亦有羔，謂若《爾雅》飛曰雌雄，走曰牝牡，亦是對文。案：《詩》云：雄狐綏綏走亦曰雄。《尚書》曰：牝雞無晨飛亦曰牝。並是散文。《通義》：司馬職曰：大獸公之，小禽私之。紫陽方氏曰：禽獸皆可稱曰禽。司馬職大獸公之，小禽私之。謂禽獸之小者曰小禽也，通稱也，不但四足未孕曰禽也。所以凡獻禽獸于賓客，總曰禽獻。

方回《續古今攷》卷三六《附論膳夫至冪人二十四官名物數》 膳夫食官之長。《詩》仲允膳夫。膳之言善。今時美物曰珍。膳上下中士、府史、胥徒並不入禮部。食飲膳羞食飯也，飲酒漿也。膳，牲肉也。羞有滋味者以養王及后世子。進物於尊者曰饋。食用六穀，稌黍稷粱麥苽。苽，雕胡也，稌，稻也。膳用六牲，馬牛羊豕犬雞。飲用六清，水漿醴酏醫。羞用百有二十品，羞出於牲及禽獸以備滋味，爲庶羞，下大夫十六，上大夫二十。珍用八物，淳熬、淳母、炮豚、炮牂、擣珍、漬、熬、肝膋。制度已見前。醬用百有二十甕，醯、醓、醓、醯人共醢六十甕。王日一舉，朔日加一舉，齊日三舉，齊必變食。殺牲盛饌曰舉。后與王同庖，后不特殺，一日食有三時，日中而餕，以樂侑食，齊日不侑樂。鼎十有二物，馬、牛、羊、豕、犬、雞、魚、或非。臘、腸、胃、膚、腳、臏、膮。牢鼎九物，謂牢鼎之實。膚以上至馬也，亦九俎。陪鼎三腳臏膮無俎。授祭品刲肺也，脊也。禮飲食必祭品，嘗食每物，皆嘗之卒食以樂，徹於造，造作食之，故處火熟者。先君子備火齊，不得大荒大喪大札。天地有災，邦有大故，大荒凶年，大札疫癘，日月晦食，地震動，冠戎，刑殺不舉，謂不殺牲，亦謂不舉樂。司冠行戮，君不舉樂，膳夫不舉，不殺牲。王燕食謂日中食，謂夕食，奉朝之餘膳，贊祭牢肉。祭祀賓客徹脤俎，稍事小事，飲酒設薦脯醢。王燕飲酒，主人當獻賓，膳夫代爲獻，主君不敵臣。燕義諸侯宰夫爲獻主，掌后、世子膳羞，主其饌之數不饋。凡肉脩之。脩，脯也。致福受而膳之。諸臣祭祀，歸脤以挚，見亦如之。挚羔鴈雉不言工商。雞鶩，王后世子膳不饋。

庖人，庖之言苞，裹肉曰苞苴。賈八人，賈主市買，知物價。

馬端臨《文獻通考》卷五五《職官考九・光禄卿》 唐龍朔二年，改光禄寺爲司宰寺。咸亨初復舊。光宅元年，爲司膳，神龍初，復舊。卿一人，掌終獻行事。少卿二人，領太官、珍饈、良醞、掌醢等四署，署各有令丞。

馬端臨《文獻通考》卷五五《職官考九・光禄卿》 宋光禄寺，判寺事一人，以朝官以上充古者，其屬有太官、珍饈、良醞、掌醢四局令，分隸御厨、法酒庫。古者祭祀則省牲，鑊濯溉三公攝祭爲終獻，今並以他官攝本寺，但掌供祠祭酒醴、果實、醢、醢、菹、薪、炭，及點饌進胙之事。卿、少卿、丞，爲寄禄官。少卿，後來爲中奉大夫，少卿朝儀大夫，丞宣義郎。元豐官制，行置卿、少卿、丞、主簿各一人。元祐三年，詔長貳互置。政和六年，監察御史王桓等言，祭祀牲牢之具，掌於光禄，而寺官未嘗臨視。請太祠以長貳朔祭及中祠以丞簿監視；宰割禮畢，頒胙有故，及小祠聽以其屬攝，從之。中興後，廢光禄，併入禮部。

太官署令丞，於周官爲膳夫庖人，外饔中士下士，蓋其任也。秦爲太官令丞，屬少府。兩漢因之。桓帝延熹元年，使太官令得補二千石。魏亦屬少府。晉屬光祿勳。宋齊屬侍中。梁門下省領太官。陳因之。後魏分太官爲尚食、中尚食、知御膳，隸門下省，而太官掌百官之饌，屬光祿卿。北齊因之。後周有典庖中士、內膳中士。隋如北齊，唐因之，各一人。

宋朝隸御厨，勾當官五人，以朝官并諸司使副、內侍、都知、押班，充掌供御之膳饈，及內外饗餼、割烹、煎和、素膳之事。元祐初，罷太官令。二年復置。崇寧二年，置尚食局，太官令惟掌祠事。

珍饈署令丞，周官籩人掌四邊之實，蓋其任也。後漢少府屬官，有甘丞，主膳具。晉太官令有錫官、果官吏各二人，自後無聞。北齊餚藏令屬光祿寺。後周有餚藏中士、下士。隋如北齊，唐因之。長安中改爲珍饈。神龍初，復舊。開元初，又改之。有令丞各一人。

宋珍饈，署隸御厨，有供備庫，太平興國二年，改爲內物料庫。有使及副使，掌供尚食及內外膳饈、米麵、飴蜜、棗豆、百品之料。監官二人，以三班及內侍充，監門一人，以三班充。外物料庫，掌給皇城外諸宮院油鹽米麵之品，監官二人，以三班內侍充。

脫脫等《宋史》卷一六四《職官四》 太官令　掌膳羞割烹之事。凡供進膳羞，則辨其名物，而視食之宜，謹其水火之齊。祭祀共明水、明火，割牲取毛血牲體，以爲鼎俎之實。朝會宴享，則供其酒膳。凡給賜，視其品秩而爲之等。元祐初，罷太官令。二年復置。崇寧三年，置尚食局，太官令惟掌祠事。

孔齊《靜齋至正直記》卷二《祭祖庖厨》 凡祭祀，庖厨鍋釜之類，皆別置近家廟祀堂之側最好，庶可精潔感神。貧不能置者，亦先三日滌器釜潔淨，此人家當謹之事。

賈銘《飲食須知》卷一《水火》 天雨水，味甘淡性冷，暴雨不可用。淫雨及降注雨，謂之潦水，味甘薄。

立春節雨水，性有春升始生之氣。婦人不生育者，是日夫婦宜各飲一杯，可易得孕，取其發育萬物之義也。梅雨水，味甘性平，芒種後逢壬爲入梅，小暑後逢壬爲出梅，須淬入火炭解毒。此水入醬易熟，沾衣易爛。人受其氣生病，物受其氣生黴，忌用造酒醋。滌垢如灰汁入梅葉煎湯洗衣黴，其斑乃脫。

液雨水，立冬後十日爲入液，至小雪爲出液，百蟲飲此皆伏蟄，宜製殺蟲藥餌，又謂之藥雨。

臘雪水，味甘性冷，冬至後第三戌爲臘，密封陰處，數年不壞。用此水浸五穀種，則耐旱不生蟲，酒席閒則蠅自去，淹藏一切菓食，永不蟲蛀。春雪日久則生蟲，不堪用，亦易敗壞。

冰味甘性大寒，止可浸物。若暑月食之，不過暫時爽快，入腹令寒熱相激，久必致病，因與時候相反，非所宜也。服黃連、胡黃連、大黃、巴豆者忌之。

露水，味甘性凉，百花草上露皆堪用。秋露取之造酒，名秋露白，香冽最佳。凌霄花上露，入目損明。

半天河水，即竹籬頭及空樹穴中水也，久者防有蛇蟲毒。

屋漏水，味苦性大寒，有大毒，悞飲生惡瘡，滴脯肉中，人悞食之成瘕。又簷下雨水，入菜有毒，亦勿悞食。

冬霜，味甘性寒，收時用鷄羽掃入瓶中，密封陰處，久留不壞。

冰雹，水味鹹性冷，有毒，人食冰雹，必患瘟疫風顛之證。醬味不正，取一二升納甕中，即還本味。

方諸水，味甘性寒，一名明水，方諸以銅錫相半所造，謂之鑑燧之劑，非蚌非金石，摩熱向月取之，得水二三合似朝露。

千里水，即遠來活水，從西來者謂之東流水，味甘性平。順流水，其性順遂而下流。急流水，其性急速而下達。逆流水，其性洶瀾倒逆而上行。勞水即揚泛水，又謂之甘瀾水。用流水二斗置大盆中，以杓高揚千萬徧，有沸珠相聚，乃取煎藥，蓋水鹹而體重，勢之則甘而輕。

井水，味有甘淡鹹之異，性凉。凡井水遠從地脈來者爲上，如城市人家稠密，溝渠污水雜入井中者不可用，須煎滾澄清，候鹽穢下墜，取上面清水用之。如雨渾濁，須擂桃杏仁連汁投入水中，攪勻片時則水清矣。《易》曰：井泥不食，慎之。凡井以黑鉛爲底，能清水散結，人飲之無疾。入丹砂鎮之，令人多壽。平旦第一汲爲井華水，取天一真氣浮于水面，煎滋陰劑及煉丹藥用。阿井水味甘鹹，氣清性重。

節氣水，一年二十四節氣，一節主半月，水之氣味隨之變遷，天地氣候相感，非疆域之分限。正月初一至十二日，以一日主一月。每旦取初汲水，瓶盛秤輕重，重則主此月雨多，輕則主此月雨少。立春清明二節貯水曰神水，宜製丸散藥

酒，久留不壞。穀雨水，取長江者良，以之造酒，儲久色紺味冽。端午日午時取水，合丹丸藥有效。五月五日午時有雨，急伐竹竿，中必有神水，瀝取爲藥。小滿芒種白露三節內，水並有毒，造藥、釀酒醋及一切食物，皆易敗壞，人飲之亦生脾胃疾。立秋日五更井華水，長幼各飲一杯，卻瘧痢百病。寒露、冬至、小寒、大寒四節及臘日水，宜浸造滋補丹丸藥酒，與雪水同功。

山巖泉水，味甘性寒，凡有黑土毒石惡草在上者勿用，瀑涌激湍之水，飲令人頸疾。昔潯陽忽一日城中馬死數百，詢之因雨瀉出山谷，蛇蟲毒水，馬飲之而死。乳穴水，味甘性温，秤之重于他水，煎之似鹽花起，此真乳穴液也。取飲與鍾乳石同功。山有玉而草木潤，近山人多壽，皆玉石津液之功所致。

温泉味辛性熱，不可飲，下有硫黄作氣，浴之襲人肌膚，水熱者可煑豬羊毛，能熟蛋。廬山有温泉池，飽食方浴，虚人忌之。新安黄山朱砂泉，春時水即微紅色，可煮茗。長安驪山磿石泉，不甚作氣。朱砂泉雖微紅似雄黄而不熱。有砒石處湯泉，浴之有毒，慎之。

海水性涼，秋冬味鹹，春夏味淡。碧海水味鹹性微温，有小毒。夜行海中，撥之有火星者，鹹水也，其色碧，故名碧海。鹽膽水即鹽滷，味鹹，若有大毒，凡六畜飲一合即死，人飲亦然。今人用之點豆腐，煮四黄釬物，服丹砂者忌之。古冢中水性寒有毒，悞食殺人。糧罌中水味辛有毒，乃古冢中食罌中水也，洗眼見鬼多，服令人心悶。

磨刀水洗手令生癬。

地漿，掘地作坎，以新汲水沃，攪令濁，少頃澄清，服之解中毒、煩悶及一切魚肉菓菜菌毒。

漿水，炊粟米熱，投冷水中浸五六日，成此水。浸至敗者損人，同李食令霍亂吐利。醉後飲，令失音。妊婦食之，令兒骨瘦。水漿尤不可多飲，令絶産。

齋水，味酸鹹性涼，能吐痰飲宿食，婦人食多絶産。

熟湯煎百沸者佳，勿用滾熱湯漱口，損齒病目。人勿用熱湯沐浴，助熱昏目。凍僵人勿用熱湯灌手足，脱指甲。勿用銅器煎湯，人悞飲損聲。勿飲半滾水，令人發脹損元氣。

生熟湯冷水滾湯相和者，又謂之陰陽水，凡人大醉及食瓜果過度，以生熟湯浸身，其湯皆作酒氣瓜果味。《博物志》云：浸至腰，食瓜可五十枚，至頸則無限也。未知確否。

人感天地氣氳而産育，資稟山川之氣，相爲流連，其美惡壽夭亦相關涉，金石草木尚隨水土之性，況人爲萬物之靈乎。貪淫有泉，仙壽有井，載在往牒，必不我欺。《淮南子》云：土地各以類生人，是故山氣多男，澤氣多女，水氣多瘖，風氣多聾，林氣多瘿，木氣多傴，下氣多尪，石氣多力，險氣多癭，暑氣多夭，寒氣多壽，谷氣多痺，邱氣多狂，廣氣多仁，陵氣多貪。堅土人剛，弱土人脆，壚土人大，沙土人細，息土人美，耗土人醜，輕土多利，重土多遲。清水音小，濁水音大，湍水人輕，遲水人重，皆應其類也。又《河圖括地象》云：九州殊趣水泉剛弱各異，青州角徵，會其氣慓輕。人聲急，其泉酸以苦，梁州商徵，接其氣剛勇。人聲塞，其泉苦以辛，兗豫宫徵，會其氣平静。人聲端，其泉甘以苦，雍冀商羽合其氣壯烈。人聲捷，其泉甘以辛人之形。賦有厚薄，年壽有短長，由水土資養之不同。驗諸南北人物，之可見水之有毒而不可犯者，亦所當知。

水中有赤脈不可斷。井中沸溢不可飲，三十步内，取青石一塊，投之即止。古井曾井不可入，有毒殺人。夏月陰氣在下，尤忌。用雞毛試投，旋舞不下者有毒，投熱醋數斗可入，古冢亦然。古井不可塞，令人聾盲。陰地流泉有毒，二八月行人飲之成癰瘡，損脚力。澤中停水，五六月有魚鼈遺精，悞飲成瘕。沙河中水飲之令人瘖。兩山夾水，其人多癭。流水有聲，其人多瘦。花瓶水悞飲殺人，臘梅尤甚。銅器内盛水過夜，不可飲。炊湯洗面令人無顔色，洗體冷人生癬，洗足令疼痛生瘡。銅器上汗悞食生要疽。冷水沐頭，熱泔沐頭，並令頭風，女人尤忌。經宿水而有五色者，有毒，勿洗手。時病後浴冷水，損心胞。盛暑浴冷水，令傷寒病。汗後入冷水，令人骨痺。産後當風洗浴，發痙病多死。酒中飲冷水，令手戰。酒後飲冷茶湯，成酒癖。飲水便睡，成水癖。夏月遠行，勿以冷水洗足。冬月遠行，勿以熱水灌足。小兒就瓢瓶飲水，令語訥。

燧火，人之資於火食者，疾病壽夭係焉。四時鑽燧取新火，依歲氣而無亢，榆柳先百木而青，故春取之。杏棗之木心赤，故夏取之。柞楢之木理白，故秋取之。槐檀之木心黑，故冬取之。桑柘之木肌黄，故季夏取之。

桑柴火宜煎一切補藥，勿煮豬肉及鰍鱔魚。不可炙艾傷肌。

竈下灰火謂之伏龍屎，不可熬香祀神。

艾火宜用陽燧火珠，承日取太陽真火。其次則鑽槐取火爲良，若急卒難

備，用真麻油燈，或蠟燭火，以艾莖燒點於灶，滋潤炎瘡，至愈不痛也。其戛金擊石，鑽燧八木之火，皆不可用。八木者，松火難瘥，柏火傷神多汗，桑火傷肌肉，柘火傷氣脈，棗火傷內吐血，橘火傷營衛經絡，榆火傷骨失志，竹火傷筋損目也。

劉績《管子補注》卷一七《七臣七主第五二》 當春三月，荻室熯造。熯謂以火乾也。三月之時，陽氣盛發，易生瘟疫，荻木臲臭，以辟毒氣，故燒之於新造之室，以禳被也。鑽燧易火，杼井易水，所以去茲毒也。四時易火，至春則取榆柳之火。春時之井，舉春祭塞久禱，以魚爲牲，以蘗爲酒相又當復杼之，以易其水。凡此皆去時滋長之毒。召。久禱而未報者，當享塞之。相召，謂因此時召親賓。

王可大《國憲家猷》卷四五《滑稽一》 【略】厨，庖也，以好飲食供過客則爲餚厨也。

王可大《國憲家猷》卷四五《滑稽一》 東坡與客論食，次取紙一幅書以示客。云：爛蒸同州羊羔，灌以紅杏酪，食之以匕，不以箸。南都麥心麵，作槐芽炊夜春《左》掌饌姬曰鼎娥《左》稱飲食曰八珍九鼎《陶集·昭明序》肴醢曰三臡七菹《七辨》。飯匕曰金留犁醜鼻鵝鶩之尾肉曰翠《禮記》食忌。好飯曰芳菰精粺《七啓》

陳與郊《廣修辭指南》卷一九《酒食部·食品類》 煮麥飯曰麩苟《富國》。麩，方舉反。下烝羊曰蔥蒸蘭藉屈平《九歌》。美饌曰鵝髀猩脣《七命》。造作飲食曰晨

吳之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

廣 湯餅古曰牢丸。可給薪蒸。飲旨食嘉所以宣輔神明。味之美者，洞庭之鱄，東海之鮞。和之美者，陽濮之薑，招搖之桂。碎其尻腦，齰其脂膋。烹魚。烹太牢饗方丈者，荼菜之味不能甘其口。

味道者，以辭飽。醉德者，以義醒。民有嗜食而飽死者，有婪食而鯁死者。文王嗜昌蒲葅，仲尼聞而縮額。服之三年，然後勝之。

吳之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

鼎鐺七妙

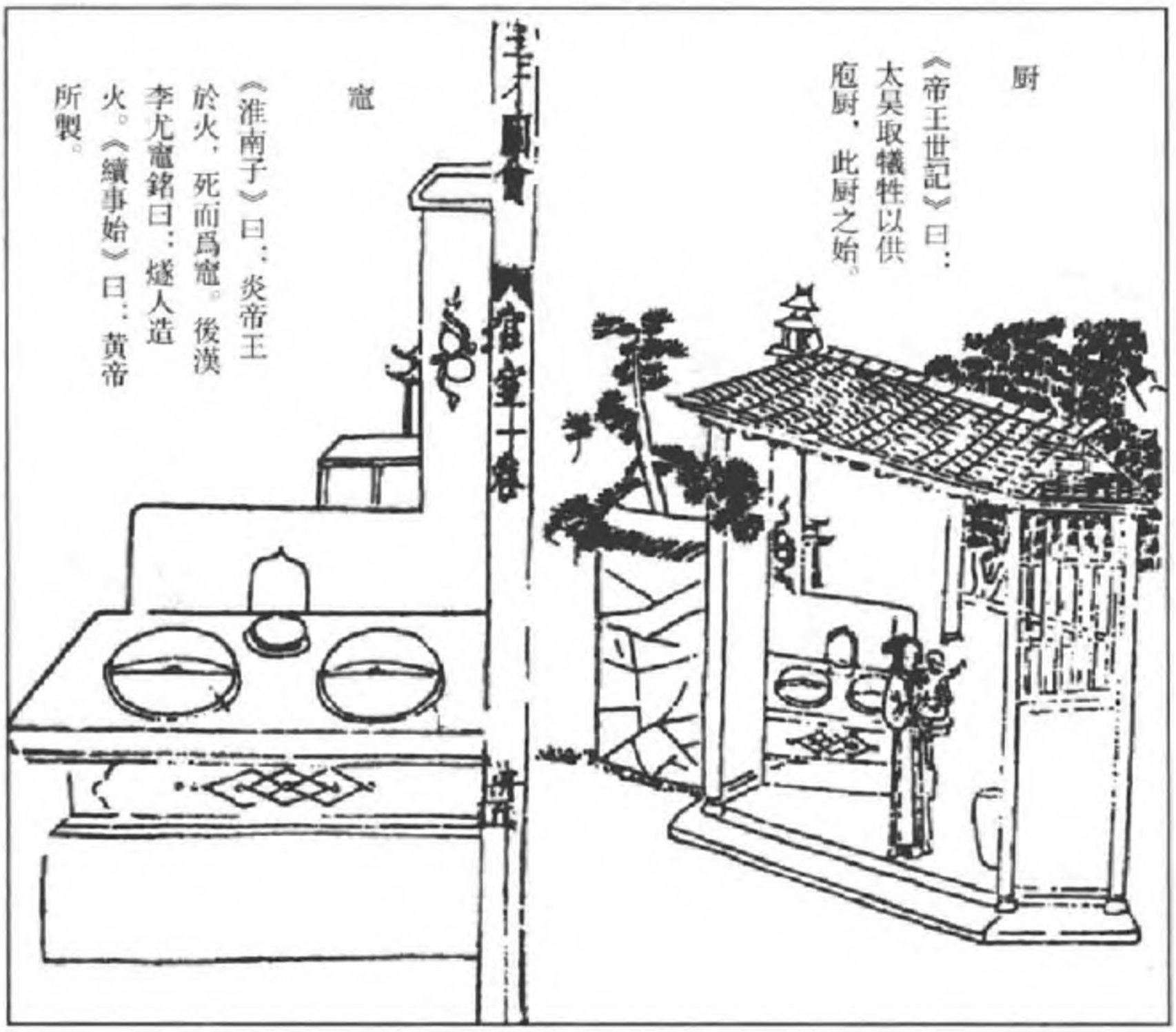
金陵士夫湔藪家事，鼎鐺有七妙，鏊可照麵，餛飩湯可注研，餅可映字，飯可打擦擦臺，濕麵可穿結帶，餅可作勸盞，寒具嚼着驚動十里人。

吳之俊《獅山掌録》卷一五《合雋部》

錯着水爲甚酥

東坡在黃州，嘗赴何秀才，會食油果甚酥。因問其名，主人以無名對。東坡又問爲甚酥，坐客曰：是可以爲名矣。又飲潘長官醴而薄，曰：此錯着水也。後忽思油果，作詩求之：已傾潘子錯着水，更覓君家爲甚酥。蓋紀其事也。

食品烹飪總部·綜合食品部·雜録



顧充《古雋考略》卷三《飲食類》 膾軒。細切曰膾，大切曰軒。

顧充《古雋考略》卷五《草木類》 薪蒸。麄薪，細曰蒸。

陳龍正《幾亭外書》卷五《水火淺中深》 食其氣者，水火宜淺。食其味者，水火宜中。食其質者，水火宜深。

諸茂卿《今古鈎玄》卷六 【略】軟蒸飯，爛煮肉，少飲酒，獨自宿，此養生之要法也。出《霞外雜俎》

劉若愚《酌中志》卷一六 尚膳監　掌印太監一員，光禄寺西門提督太監一員，西華門内裏總理太監一員，管理僉書、掌司數十員，寫字、監工及外牛房、羊房等廠監工百餘員。而擡供養官、撥子、長隨各數十員。光禄寺、涼樓、醬房、逢七等項，各有監工坐家名色，職掌造辦，每日早午晚奉先殿供養膳品。乾清宫等宫、一號殿、仁壽宫等宫春月分厨料，各有差等。凡在御前掌印、秉筆、管事、牌子、暖閣近侍，及外之内閣、文華、武英殿中書畫士桌兒銀兩，咸光禄寺職掌，用典簿關防缄封。每月酒飯一桌，折銀十兩有奇；半桌者，五兩有奇。到每月晦，照欽賞數目，坐名領給之。《光禄寺志》可考也。凡遇大典禮，萬歲爺陞大座，則司禮監催督光禄寺備辦茶飯，鐘鼓房承應九奏之樂。有所謂炮鳳烹龍者，鳳乃雄雉，龍則宰白馬代之耳。至如南京等處進各樣鮮品，皆屬收納。天啓以前，凡聖駕每日所進之膳，俱司禮監掌印、秉筆、掌東廠者二、三人輪辦之。近年改由此監，亦節省意。至十三年，復令司禮監掌印、掌廠、秉筆照先年例挨月輪流辦膳，仍遵祖制也。

劉若愚《酌中志》卷一六 酒醋麵局　掌印太監一員，管理等官與别局相若。職掌内官宫人食用酒、醋、麵、糖諸物。浙江等處歲供糯米、小麥、黄豆及穀草、稻皮、白麵有差，以備御前宫眷及各衙門内官之用，與御酒房不相統轄。

司苑局　掌印太監一員，管理等官同前。職掌宫中蔬果及種藝之事。歲用黑豆、穀草，山東等處歲供之。御前所用瓜菜、茶料，俱此局與林衡等署、上林苑、南海子同辦之。

已上總謂之廿四衙門，惟浣衣局在皇城之外也。

内府供用庫　掌印太監一員，總理、僉書、寫字、監工共百餘員。專司皇城内二十四衙門、山陵等處内宫食米。每員每月四斗。神廟時，張明掌此印，插稻子或爛米，甚而至有三斗半者。孫成掌此印，將天厨之米亦磐盡。有油、蠟等庫。廳前懸一木魚，長可三尺許，以示有餘糧之意。後庫上有瓦鴿子一，相傳已久，不知何所取意也。凡御前白蠟、黄蠟等，沉香等香，皆取辦于此庫。其印非九重倚毗最有寵眷者不得掌也。司禮掌印、東廠秉筆、管事牌子等，歲賜禄米，各于季冬奏過給散之。宫中各長街設有路燈，以石爲座，銅爲樓，銅絲爲門壁，每日晚，内府庫監工添油點燈，以便巡看關防。逆賢擅政，盡廢之，以便冥行，莫敢言者矣。

木增《雲蕉淡墨》卷三《釜甑》 釜甑，黄帝造。鋸鑿，孟莊子作。箕帚，夏少

康作。

張學禮《使琉球記・中山紀略》 守備千總通官等三十餘員，每員廩給免去九分。每日支米、麵各一斗，牛、羊、猪肉各十觔，鮮、乾魚各十觔，雞、鴨各十隻，燒酒、油、鹽、醬、醋各十觔，柴十束。長隨內司聽用各官五十餘員，俱半廩給。每日支米、麵各五升，牛、羊、猪肉各五斤，鮮、乾魚各五斤，雞、鴨各五隻，燒酒、油、鹽、醬、醋各五斤，柴五束。僧道及各項匠作吏書門皂等役百餘名，口糧每日支米、麵各三升，牛、羊、猪肉各三斤，鮮、乾魚各三斤，雞、鴨各三隻，燒酒、油、鹽、醬、醋各三斤，柴三束。兵丁及各宮隨役二百餘名，俱月糧，每日支米、麵各二升，牛、羊、猪肉各二斤，鮮、乾魚各二斤，雞、鴨各二隻，燒酒、油、鹽、醬、醋各二斤，柴二束。

方以智《物理小識》卷六《飲食類》 省柴法。南京以三蘆炊一頓飯。馮道濟言：四兩柴可熟，以上閉氣，而竈中四圍以溼草鞋立之，細柴燒釜臍也。蒸物用少水，堅閉自爛。其悶飯，洗米一盌，水二盌，則不必撇湯，但遏火而自乾矣。

顧炎武《日知錄》卷五《用火》

用火

有明火，有國火，明火以陽燧取之於日，司烜氏。近於天也，故卜與祭用之。華氏大祝大司寇。國火取之五行之木，司爟。近於人也，故烹飪用之。

古人用火，必取之於木，而復有四時五行之變。《素問》黃帝言：壯火散氣，少火生氣。季春出火，貴其新者，少火之義也。今人一切取之於石，其性猛烈而不宜人，疾疢之多，年壽之減，有自來矣。詳見第二十五卷介子推條。

《邵氏學史》曰：古有火正之官，語曰鑽燧改火。此政之大者也，所謂光融天下者，於是乎在。《史記・楚世家》重黎爲帝嚳火正，能光融天下，命曰祝融。《周禮》司烜氏所掌及《春秋》宋衛陳鄭所紀者，政皆在焉。今治水之官，猶夫古也，而火獨缺焉。飲知擇水而亨不擇火以祭以養，謂之備物可乎。或曰庭燎則有司矣，雖然此火之末也。

林謙光《臺灣紀略・風俗》 無廚竈，以三足架鍋于地，粥則環向鍋前，用椰瓢汲食。飯則各以手圍之而食，米隨用隨搗。凡穀粟衣服，皆貯于葫蘆瓠中。

周象明《事物攷辨》卷五九《飲食》

厨傳

《演繁露》：宣帝元康二年，詔曰：吏或擅興徭役，餔厨傳以稱譽過客。按厨傳乃兩事，厨，庖也，以好飲食供過客則爲餔厨。傳，驛也，具車馬以資行役，則爲餔傳。今人合爲一事，謂豐饌爲厨傳，非也。

氷厨

《升菴集》：夏日供帳飲食處曰氷厨。見《越絶書》。園廬，庖所也。

方式濟《龍沙紀略・飲食》 卜魁西北二百里山崖，松柞蓊鬱，江氷後作炭者乃往，故直賤於冬。

李光坡《周禮述註》卷一《天官冢宰第一》 膳夫，上士二人，中士四人，下士八人，府二人，史四人，胥十有二人，徒百有二十人。

註曰：膳之言，善也，今時美物曰珍膳。膳夫，食官之長。禮庫曰宮正，宮伯之下即以食官系之，緣此事甚繫利害，非惟是養人主氣體，專是正君之心，防君之欲。記曰：飲食男女，人之大欲存焉，使下之所共，必以之正。人主雖欲少，肆其欲亦不可得。若無常制而共之者，惟求以投其好，則縱欲何極。若周官所共，各有定瀋，又且一一關涉冢宰。冢宰得人，則食官皆正，誰敢以四方珍味私投主欲，古者格君，心皆在此處。

庖人，中士四人，下士八人，府二人，史四人，賈八人，胥四人，徒四十人。

註曰：庖之言苞也，裹肉曰苞苴。賈，主市買知物賈。

內饔，中士四人，下士八人，府二人，史四人，胥十人，徒百人。

註曰：饔，割烹煎和之稱。疏曰：掌王后世子及宗廟皆在內之事。

外饔，中士四人，下士八人，府二人，史四人，胥十人，徒百人。

疏曰：掌外祭祀及饗孤子者老皆在外之事。

亨人，下士四人，府一人，史二人，胥五人，徒五十人。

註曰：主爲內外饔，煮肉者。賈音嘏。亨，普庚反。註：同物賈之賈，與價同。

李心衡《金川瑣記》卷二《地爐》 寨子正中一間，必挖地爐，實鼎鍋，爲舉家炊爨所。或支鐵架，或繫鐵索，下垂數十鼎鍋，一時並舉，最爲便益。地爐四圍，男女雜坐烤火，無間冬夏。漢人居夷地久者，雖夏日亦喜煨椶柑。甚矣，習俗之移人也。

王士俊《閑家編》卷四《家禮・養儀》

器用

釜欲薄，器欲新，箸欲易，諸爲食具，滌溉既欲潔。

釜薄則易熟，器屢更，則不垢膩，箸數易，則無雜味。爲食之具甚多，如餅板、切刀、瓢案之類。

視膳

日四問食，食問所欲，適温凉冷熟之宜，候生熟清濁之節，嘗鹹淡辛酸之味，視草毛蠅蟻之物。

進食

湯粥不浸指，羹汁不盈器，進食不吸涕，不咳痰，手不搔身，足不履濡。湯粥浸指則不潔，盌不宜滿，進食先出其涕而盥手，搔身則手偏，履濡則足滑。

王士俊《閑家編》卷四《家禮・養儀》

酌食

朝食中，午食多，暮食少。柔食多，剛食少，清味多，厚味少。

余慶遠《維西見聞記・物器》 皮爐，以全羖羵皮爲之，腹際爲孔，入竹筒二三寸，縫合之。人足踞皮後足，手提皮頭，自上至下按之，則筒中之風，息吹而出以扇火，爨及冶皆用之。古宗旅宿野處，炊帶葉之柴而烟少者，恃此器也。

陳錫路《黄姆餘話》卷四《蓮坡詩話一則》 近人《蓮坡詩話》中載四句，云：書畫琴棋詩酒花，當年件件不離他。而今七事都更變，柴米油鹽醬醋茶。曾記明人小説稱一安貧士嘗口占云：柴米油鹽醬醋茶，七般都在別人家。我也一些憂不得，且鋤明月種梅花。遊戲之句亦被前人道過。

陳錫路《黄姆餘話》卷四《淡飯之味》 沈作喆寓簡云，子雖不事口腹，然每飯必有魚肉蔬茹雜進，食氣爲五味所勝，蓋未嘗知飯之正味也。今年居貧久，遂至絶糧典衣，得米炊熟，一餐不雜他物，穀實甘香甚美，八珍何以過。欣然自笑，予年六十有九，始知飯之正味，其餘不知者蓋多。又倪文節思言，嘗入一佛寺，見僧持戒者，每食先淡喫三口，以知飯之正味。人食多以五味雜之，若淡喫則本自甘美，不假外味。又云先喫三口白飯，則已過半矣，後所食者雖無羹蔬可了。載《經鋤堂雜志》。按：文節所言與寓簡語，如出一口。陸務觀則以七字盡之曰：食淡方知飯味甘。吟咀間殊令人津津也。

陳錫路《黄姆餘話》卷八《炊熟日》 冬至後百三日爲炊熟日，以將禁火，先具饌飧也。見《歲時雜記》。按：陸放翁詩有云：稚子孤行八百里，喜逢炊熟可還家。自注：家僮自行在來報，子布寒食前可到家。唐人以寒食前一日爲炊熟。又按：寒食一稱熟食，秦人呼寒食爲熟食。見杜詩注。

阮葵生《茶餘客話》卷二〇《文物飲食醫藥佶語》 栗子以毛臍于眉上一抹過，下火煨則不爆。楊梅核齩碎必是八塊，中偶一二不同。雞頭生者一斗，以防風四兩換水浸之，可以度冬。酒蟹置皂莢半挺則不沙。藏鹽用皂莢置内，則不滷。好香油浸鯖魚，盛暑不壞。橙橘藏菉豆中不壞。酸酒每罈用鉛一二斤燒極熱入，則酸氣去。餵雞鴨以土硫黄研細拌食即肥。雞下卵時，食内夾麻子餵之，則常卵不抱。染坊淋退灰曬乾，藏黄瓜茄子冬月可用。

鄭醒愚《虞初續志》卷一一 茶寮酒肆，東則桃葉渡口，西至武定橋頭，張幕挑帘，食物具備。諸名姬又家有厨娘，水陸珍奇，充盈庖室。倉猝客來，咄嗟立辦，燕飲之便，莫過于斯。

趙學敏《本草綱目拾遺》卷二《火部》

煤火

《本經逢原》云：北方炊食，多用煤火，以地層坎，足勝其氣，且助命門真火。食煤火長氣於陰，所以膂力强壯，南人食之多發癰毒。受其毒者，以蘆汁解之。南方炊食多用薪火，人食薪火長氣於陽，然煤火處置大缸，水於宿則毒從水解。氣多輕浮不實，不似北方之稟氣剛勁也。然近日南方亦産煤，薪價日昂，市井多有用煤者。其煤在浙省，則出於衢嚴湖州，較北煤堅細以之代薪，煤氣亦減薄，甚有如薪炭無臭氣者，名曰香煤，出太湖山中。《綱目》石部收烏金石，即煤也。其主治多言其質之用，而火部又不收，煤火故爲補之，用以香煤爲佳。

烹一切食物，能和脾胃，滋氣力，通腎氣，助陽道，婦人煖子宫。雜煤臭煤有毒。

趙翼《簷曝雜記》卷五 俗語作對燒炭用柴，必横柴而竪炭。煎漿下飯，須熱飯而冷漿。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 凡治菜以烹庖得宜爲第一，義不在山珍海錯之多，雞豬魚鴨之富也。庖人善則化臭腐爲神奇，庖人不善則變神奇爲臭腐。會賓谷中丞嘗言京師善治菜者，獨推茅耕亭侍郎家爲第一，然每桌所費不過二千錢，咸稱美矣，至矣。可知取材原不在多寡，只要烹調得宜，便爲美饌。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 古人著作汗牛充棟，善于讀書者，只得其要領，不善讀書者，但取其糟粕。庖人之治庖亦然。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 欲作文，必需先讀書，欲治庖，必需先買

辦。未有不讀書而作文，不買辦而治庖者也。譬諸魚鴨雞猪爲十三經，山珍海錯爲廿二史，葱菜蔬蒜酒醋油鹽一切香料爲諸子百家，缺一不可。治庖時，寧可不用，不可不備。用之得當，不特有味可以咀嚼，用之不得當，不特無味，惟有嘔吐而已。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 同一菜也，而口味各有不同，如北方人嗜濃厚，南方人嗜清淡，北方人以肴饌豐點食多爲美，南方人以肴饌潔果品鮮爲美。雖清奇濃淡各有妙處，然濃厚者未免有傷腸胃，清淡者頗能自得精華。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 隨園先生謂治菜如作詩文，各有天分。天分高，則隨手煎炒便是嘉肴，天分不高，雖極意烹庖不堪下箸。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 《易》曰尊酒簋二。《詩》曰每食四簋。可知古人飲食儉約，不比今時之八簋十簋，始爲敬客也。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 王輔嗣《易經》頤卦大象注云：禍從口出，病從口入，蓋古來已有此語，食者不可不慎。如河豚有毒而味甚美，當烹庖時，必以蘆芽同煮則可解。坡公詩云：蔞蒿滿地蘆芽短，正是河豚欲上時。蓋謂此也。蝦味甚鮮，其物是化生蟣蟻、蝗蟲之子，一落水皆可變。煮熟時，有不斷躬者不可食。鱠魚背脊有十二刺，應一年十二月，有閏則多一刺，如正月之毒在第一刺，二月之毒在第二刺，以此類推，有中之者能殺人，惟橄欖汁可解。雞味最鮮，不論雄雌，養至五六年者不可食。又如蠏者深秋美品，與柿同食即死。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 飲食一道，如方言各處不同，只要對口味。口味不對，又如人之情性，不合者不可以一日居也。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 喜慶家宴客與平時，宴客絶不相同。喜慶之肴饌，如作應制詩文，只要華贍出色而已。若平時宴飲，則烹調隨意，多寡咸宜，但期適口即是嘉肴。

錢泳《履園叢話》卷一二《治庖》 或有問余曰今人有文章，有經濟，又能立功名、立事業而無科第者，人必鄙薄之。曰是根基淺薄也。又曰出身微賤也何耶。余笑曰人之科第，如盛席中之一臠肉，本不可少者，然僅有此一臠肉，而無珍饌嘉肴以佐之，不可謂之盛席矣。故曰經濟文章自較科第爲重，雖出之捐職，亦可以治民。珍饌嘉肴，自較臠肉更鮮，雖出之家廚，亦足以供客。

徐松輯《宋會要輯稿·職官》一九之四 徽宗崇寧二年二月十二日，中書省修立到殿中監、尚食、尚藥、尚醞、尚衣、尚舍、尚輦官制等下項。殿中監掌供奉天子玉食、醫藥、服御、幄帟、輿輦、舍次之政令，總六尚局而修其職。監一人，少監一人，丞一人，簿一人，令史二人，書令史六人，貼書十二人。尚食局掌供御膳羞品嚐之事，典御二人，奉御六人，監門二人，庫典十二人，膳工二百人，膳徒三十人，食醫四人，司珍六十人，掌庫二人，雜役三十人，悉簡入尚食局，以直下事簡爲太官令主之。太官令增一人，通舊，監御厨官爲四人，以今御厨内臣武官監官四人簡爲奉御，增七人，以御厨翰林司，凡供御事，悉簡入尚食局，以直下事簡爲太官令主之。太官令增一人，通舊，監御厨官爲四人，以今御厨内臣武官監官四人簡爲奉御，增置二人，通爲六人，增監門二人。唐有食醫以辨飲食禁忌，今置四人以供御，工匠百八十人，并都虞候已下，餘令本分擘大官。外擇精熟人入尚食局，通爲膳工，共置二百人。託盤院子以三十人爲膳徒，以專知爲掌庫，以庫子爲庫典，以押司官爲典事，以分手爲局史，以書手爲書史，並量定人數。

徐松《宋會要輯稿·方域》四之一 御厨在内東門外之東廊，掌供御之膳羞，及給内外饗餼、割烹煎和之事。勾當官四人，以京朝官諸司使副及内侍充，食手兵校共千六十九人。御膳素厨，大中祥符九年置，在玉清昭應宫，後徙御厨内。掌車駕行幸、開啓燒香及吃素月分供御素食，以鹽御厨官兼領。菜庫東厨，舊在思和坊，後徙拱宸門外。掌給入内院子等饌餚菜飯，景祐五年廢之。太宗淳化三年五月，詔御厨諸色人，自今盡料供應，如供應不盡喫食，許工匠各將歸，即不得接便於街市貨賣，及偷出造食物料，如獲，送三司施行。真宗景德二年九月，詔赴宴及賜茶酒臣僚供應之際，輒敢減刻延遲，不盡料供應者，千繫官吏重行朝典，仍委御史臺閲門糾舉聞奏。三年八月，詔赴大宴，差内臣五人分局管勾。一人掌肉從食糊餅，局，一人掌鏘麵食粉局，一人掌蒸作炙爆局，一人掌膾鎚籠局，一人掌盤飯口味局。十二月，詔每大宴，御厨委使副一員，躬親監視饌造。四年，詔御厨自今勿當以羔羊供膳。是歲朝陵塗中，有獻羊及羔者，真宗觀鄭躅馴繞不忍殺，遂有此詔。七月，詔御厨自今每賜蕃部吃食，常令匠人盡料精潔饌造，并將堪好器用供應，仍令内侍省鈐轄監賜酒食，使臣躬親點檢。大中祥符三年九月，詔如聞御厨每遇節辰，客省簽賜臣僚食物，並預先造下，塵褻損惡，多不堪用。自今委内侍省，每節先差使臣就厨點檢，如無損惡，即付客省宣賜。十月，詔如聞國信所，契丹使到闕，取羊効蕃殺造食，頗爲過當，自今止之。四年十二月，詔自今每大宴起，先翰林，次御厨收器物。其肴食三分，以一分給翰林司。遇夜，令人宿收器物。其後，又令逐司各留監官一員管勾。六年九月，詔御厨每歲時賜臣僚燎手，如聞宰殺封割之際，其羊未死，以火燎之。自今後並以八

節熟羊代之。七年七月，詔御厨饌諸色物，須預先一月計料，具數申三司支給，月置歷抄上，計會憑由除破。仁宗天聖元年九月，内侍高品朱文正拆御厨銀稜器，折金銀三千六百兩。三司言，工匠偷弊，難于破除。詔三司根究以聞。閏九月，三司言，御厨後行賈贊等申，外物料庫應園苑亭驛筵會，並本庫差手分般料往逐處，祇應供餘多，盜竊貨物。乞自今供應訖，今勾當使臣具使過物料數實封，赴本庫勘會有餘盡時，差人勾收，從之。三年十一月，提舉諸司庫務司言，御厨供食院子，額二百五十九人，諸宫院實占三十一人外，祇應不逮。初見翰林司額外招兵士百人，依例添院子百人入額，祇應其常例奏抽差備征借事，教駿諸宫院院子等，今後更不差，從之。八年八月，詔於在京諸司庫務，權抽造食兵士二百人於御厨相兼。

黄奭《黄氏逸書考・譙周古史考》 作釜甑，成火食之道。

案：《廣韻》云黄帝始作甑。《太平御覽・器物部》引黄帝始造釜，黄帝始作甑。《太平御覽・器物部》引黄帝始造釜甑。

李光庭《鄉言解頤》卷四《火鍋》 《隨園食單》内《火候須知》一條，言火鍋對客喧騰，已屬可厭，以已熟之味復煮之，火候亦失，且味果佳，想亦不待冷而欲罄矣。所言頗近理。杯盤狼藉酒闌初，大器登筵屬目俱。反璧受飧僮徹蓋，辭觴舉箸客投壺。沸羹恐爛生花舌，啜醨防然琢句鬚。如此消寒堪永夕，不須團坐以裹事，待舅姑授家事或舉子更圍鑪。

吴德煦《章谷屯志略・夷人風俗》 一，宅壟夷俗議婚，無年庚幣采之禮，大抵男女相愛悦，多野合。然婿家必倩達查谷巴即媒妁之稱。往女家通殷勤。攜咂酒一瓶詣焉，女父母允諾後，受其酒而飲之，否則反酒。媒氏反告婿家，延工巴漢呼道士。擇吉，視家之貧富，饋咂酒之多寡，隨媒氏往脩言情好。女家具咂酒、豬膘欵媒妁及從人，女母以楮粑數觔餡以豬膘，作得木鳥一圓，漢人單鑼。給媒氏致婿家。婿母將鐸鑼封小方徧饋親黨，於是咸知與某某結姻事焉。娶婦時，仍延工巴諏吉日，具燒酒咂酒各一瓶，隨媒氏至女家，工巴及壻之姐妹偕往。新婦衣短襦花裙，頭綴小珊瑚珠百餘粒，作抹額式，足穿杭讀上聲。或隨漢式製花履。富者乘馬，貧者徒行，姊妹數人從。途中工巴誦經咒祓除不祥，導引至婿家。見舅姑叩首畢，夫婦並南向立，工巴念念有辭，以酥油搓丸如櫻桃大數十粒，置木罌中，家人傾酒於罌内，工巴授酥油酒，夫婦跪接偕飲畢。工巴以珊瑚珠一粒，硨磲珠一粒，紅絲穿繫，並哈達一方，同綰婦項間。夫婦起立，禮畢。宴親友以巨甕或銅鐵瓶，置咂酒於内，沃以熱湯，瓶口插小竹杆長尺許者數十枝，互相吸飲，各與豬膘一小方，或生牛肉一小方，得木鳥一圓。既醉既飽，男女數十百人，聯臂呼躍跳歌粧以爲戲。是日夫婦不同室，越日婦隨姊妹回母家，力作如初，壻家則日月至焉而已，及翁姑授以家事，或生子女後則長依壻操作。

附明正夷人議婚，壻家倩伯把媒妁名。往女家殷勤，取女年庚，求工巴推算吉凶。如吉，仍倩媒氏問女家允否。議既成，訂期延女父及親好至壻家，具咂酒燒酒豬膘工架即鐸鑼。相款洽，盡歡而散。越數月，諏吉娶婦，賫豬膘咂酒銅鐵酒瓶爲禮。媒氏偕壻家姊妹迎焉，擇弱冠親屬生庚與女命相宜者，舉夷畫神像一幀爲先導，女易衣餙，揮涕辭父母。近寨婦女各持哈達爲女縛項間，俱送女往。工巴出迎誦經咒，持銅瓶貯水洒夫婦頂顱間以被災癘。入室見舅姑不爲禮，依母家女伴坐同飲啖。少頃，上經樓，親屬以木罌盛酒外，給哈達一方，中納酥油小丸數十粒，令壻婦合飲少許，餘酒置壻室，於壻項各綰哈達一方，以多爲貴而相賀焉。戚友餽豬膘蠻酒爲賀，主人具咂酒於寨中，瓶口植竹竿數枝，豬膘工架分佈於地，環坐吸飲，饜而後止。男女聯臂呼躍跳歌，欣欣然有喜色焉。次日辰飡後，女隨伴歸母家如初，壻家凡有耕作必往以襄事，待舅姑授家事或舉子則依壻爲常。

朱亦棟《群書札記》卷一三《勞薪》 《楊升菴集》王劭奏《改火疏》云：昔師曠食飯，云是勞薪所炊。晉平公使視之厨，果然車輞。今傳以爲符朗事老。《元晏春秋》曰：衛倫過予，言及於味，稱魏故侍中劉子陽食餅知鹽生精，味之至也。予曰：師曠識勞薪，易牙別淄澠，子陽令之妙也，定之何難。倫因命僕取糗糧以進。予嘗之曰：麥也有杏李柰味，三果之熟也不同，子爲得兼之。倫笑而不言，退告人曰：士安之識過劉氏，吾家果實多，故杏時將發，糅以杏汁，李柰時將發，又糅以李柰汁，故兼三味。第易牙別淄澠，見諸子師曠識勞薪，究不知其出何書也。俟考。《路史》師曠食知勞薪，然亦不言其出處。

方濬師《蕉軒續録》卷一《光禄寺廚役》 《漢舊官儀》：太官湯官奴婢各三千人，置酒皆緹縵蔽御，上食用黄金口器，奢侈之習自古已然。明光禄寺職，上膳饈及宴享諸務，與閹寺交涉蠹耗，至不可紀極。稍正色，其間輒怨侮叢集，譴禍隨之。見歐陽旦文集。其上供品物，皆權之長安中，賈人不時予其直，積負萬計，賈人多破産者。南京光禄寺歲進酒十萬瓶，由軍民轉運，遇有稽延，屬吏往往獲罪。楊峻在官時，始請改歸巡倉者監之。徐文貞階有《清查光禄寺廚役

疏》，云：臣等看得該寺廚役，嘉靖九年，議准不足四千名方許收補，蓋本以四千名爲額數，後雖加添一百名，揆之事理，總當不過四千一百名。伏乞勅下該寺堂上官逐一清查，明實以四千一百名立爲總額，而酌量各署事之繁簡，分派某署若干以爲細額，庶該寺不致動稱缺乏，有誤供應云云。觀廚役一項，人數之多如此，無怪乎萬曆以後，宮中脂粉錢開銷至四十萬兩，馬口柴、紅螺炭，需用至數千萬觔也。我朝光禄寺一切用度，俱有定制，惟御膳房屬之内務府衙門，恭讀《會典》，内載膳房屬下庖長四名，庖人五十名，廚役二十八名，又内膳房廚役六十七名，通計不過一百五十三名，緬維祖宗昭儉防奢，實足爲萬世法守矣。又按：明太常寺廚役，嘉靖間亦多至一千三百六十三名，經徐階等議准，以一千名作爲定額，以三百名供續增差撥及備臨時事故，可謂冗濫。又按：沈德符《野獲編》載嘉靖十年，光禄寺廚役王福力請遷興獻王梓宫葬於北京。上命會議，尚書李時等極論不可，乃寢。廚役上封事議大禮，誠亘古僅見事。又按：正統時，泰亨以光禄寺廚役得官本寺卿，歷户部侍郎，亦奇。

朱一新《京師坊巷志》卷一《酒醋局衙衙》 《蕪史》：酒醋麵局掌官内食用酒醋糖醬麵豆諸物，與御酒房不相統轄。

平步青《霞外攟屑》卷一〇《看桌》

看桌

越人呼滿漢酒席爲喫桌看桌。攷唐人謂之看食。《南部新書》壬：御厨進饌，凡器用有少府監進者九，飣食以牙盤九枚裝食味，其間置上前，亦謂之看食。按：今時恭遇萬壽節，先期内務府呈進九九盒，即唐人飣食之遺，惟益九九爲八十一。内務府即古之少府監也。

史夢蘭《止園筆談》卷三 栗子以毛臍於眉上一抹過，下火煨則不爆。藏鹽用皂莢置内，則不潮。好香油浸鰣魚，盛暑不壞。橙橘藏菉豆中不壞。雞下卵時，食内夾麻子喂之，則常卵不抱。染坊淋退灰曬乾，藏黄瓜茄子，冬月可用。

讓廉《京都風俗誌》 除夕，人家或有祀先，或焚冥錢。早晨，官府有謁上司之儀，謂之拜官年。都人不論貧富，俱多市食物。晚間，舖肆燈火燭天，爛如星布，遊人接踵，歡聲滿道。人家盛新飯於盆鍋中以儲之，謂之年飯。上簽栢枝、柿餅、龍眼、荔枝、棗栗，謂之年飯果，配金箔、元寶以飾之。家庭舉燕，少長歡嬉，兒女終夜博戲玩耍。婦女治酒食，其刀坫之聲遠近相聞。門户不閉，雞犬相安。或有往親友家拜賀者，謂之辭歲。夜静更深，則爆竹之聲漸起，是即接神者。而昇平之世，於斯可見其概也。余雖陋，敢志京都一歲之遺俗如此也。

劉堅《修潔齋閒筆》卷七《骨董》 資雜玩寶貨肆曰骨董舖。《仇池筆記》陸道士詩：投醪骨董羹。羅浮穎老取飲食雜烹之，名骨董羹，俗訛古董。《朱子語類》又作汩董。

張慶長《黎岐紀聞》 熟黎屋内通用欄，厨寢處並在其上。生黎欄在後，前留空地，地下挖窟，列三石置釜，席地炊煮，惟於欄上寢處。黎内有高欄低欄之名，以去地高下而名，無甚異也。

中華大典・工業典

食品工業分典

引用書目

説明

一、本书目所列約一千七百種文獻，系本分典所引用的全部書籍。

二、本书目各書著録順序，依次爲書名、作者、作者时代、版本。

三、爲便于查閱，本書目既按書名的第一字筆畫排序，又依書名字數排序。第一字筆畫相同、書名字數相同者，則按照筆畫「橫、豎、撇、點、折」排序。

書名	作者	時代	版本
一畫			
一切經音義	玄應	唐	上海商務印書館民國二十五年《从书集成初编》影印本
二畫			
十可篇	馬嘉松	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
七國攷	董説	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
人物志	劉劭撰 劉昞注	魏 涼	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
人海記	查慎行	清	北京古籍出版社一九八一年標點本
入蜀記	陸遊	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
二樓紀略	佟賦偉	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
十國春秋	吴任臣	清	中華書局一九八三年標點本
十六湯品	蘇虞	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
七修類稿	郎瑛	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
七修續稿	郎瑛	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
八紘譯史	陸次雲	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
九章算術	刘徽注	晉	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
二薇亭詩集	李淳风注釋	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
十六國春秋	徐璣	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
九靈山房集	崔鴻	北魏	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
十駕齋養新録	戴良	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
	錢大昕	清	

二初齋讀書記　清　倪思寬　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
九章算術音義　唐　李籍　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
九朝編年備要　宋　陳均　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

三畫

山志　清　王弘　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
三國志　晉　陳壽　中華書局一九五九年標點本
三農紀　清　張宗法　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
三秦記　清　張澍　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
于湖集　宋　張孝祥　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
大隱集　宋　李正民　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
小畜集　宋　王禹偁　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山谷集　宋　黃庭堅　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山房集　宋　周南　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山棲志　清　愼蒙　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
子不語　清　袁枚　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》續影印本
山谷外集　宋　黃庭堅　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山谷別集　宋　黃庭堅　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山谷簡尺　宋　黃庭堅　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
三才圖會　明　王圻　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
三才藻異　清　屠粹忠　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
三水小牘　唐　皇甫枚　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
三輔黃圖　佚名　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
三戍叢談　明　茅元儀　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
三禮義宗　梁　崔靈恩　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
大戴禮記　漢　戴德撰　中華書局一九八五年標點本
周盧辯注
大觀茶論　宋　宋徽宗（趙佶）　上海商務印書館民國十六年涵芬樓說郛本
大唐傳載　唐　佚名　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
下陴記談　明　皇甫録　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
山樵暇語　明　俞弁　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

山堂肆考　彭大翼　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山房後稟　周南　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山居新話　楊瑀　元　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
山家清供　林洪　宋　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
山西通志　覺羅石麟　儲大文等　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山東通志　岳濬等　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
小窓自紀　吳從光輯　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
小窓艷紀　吳從光輯　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
小窓別紀　吳從光輯　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
子夏易傳　舊題卜子夏　周　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
三吳遊覽志　余懷　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
三風十愆記　瀛若氏　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
三柳軒雜識　程榮　時代不詳　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》說郛影印本
大唐西域記　釋辯機　唐　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
大學衍義補　丘濬　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
大清一統志　佚名　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
大德南海志　陳大震　元　中華書局一九九六年《宋元方志叢刊》影印本
大隱居士詩集　鄧深　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
大興歲時志稿　張江裁　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
三朝北盟會編　徐夢莘　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
山谷外集詩注　黃庭堅　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
小倉山房尺牘　袁枚　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
士大夫食時五觀　黃庭堅　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
三省山內風土雜識　史客注　宋　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

四畫

元史　宋濂　明　中華書局一九七六年標點本
方言　舊題揚雄　漢　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文藪　郭璞注　晉　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
皮日休　唐

元文類		元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
元詩選	顧嗣立	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
元憲集	宋庠	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
天都載	馬大壯	明	齊魯書社四庫全書一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
天中記	陳耀文	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
五雜組	謝肇淛	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
五侯鯖	彭儼	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
五總志	吳坰	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
止堂集	彭龜年	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
日知録	顧炎武	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
日聞録	李翀	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
中饋録	劉敏中	金	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
中庵集	吳氏	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
丹陽集	葛勝仲	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
丹淵集	文同	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
公是集	劉敞	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
方舟集	李石	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文安集	揭傒斯	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文忠集	歐陽修	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文忠集	周必大	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文憲集	宋濂	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文莊集	夏竦	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文定集	汪應辰	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文獻集	黃溍	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文恭集	胡宿	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文溪集	李昴英	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
文山集	文天祥	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
孔叢子	孔鮒	戰國	中華書局一九八五年標點本
水經注	酈道元	北魏	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
水心集	葉適	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

少陽集	陳東	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
王司馬集	王建	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
王氏談録	王洙	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
王氏談録	王欽臣	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
元豐類稿	曾鞏	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
元河南志	佚名	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
太平廣記	李昉	宋	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
太平清話	陳繼儒	明	北京中華書局一九六一年影印本
太白陰經	李筌	唐	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
五色線	佚名	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
五經文字	張參	唐	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
五代會要	王溥	宋	上海古籍出版社一九七八年標點本
五車霏玉	吳昭明	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
天工開物	宋應星	明	廣東人民出版社一九七六年標點本
天禄識餘	高士奇	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
平江紀事	高德基	元	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
止園筆談	史夢蘭	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
中興小紀	熊克	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
中吳紀聞	龔明之	宋	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
中朝故事	尉遲偓	南唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
今古鈎玄	諸茂卿	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
丹鉛餘録	楊慎	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
丹鉛總録	楊慎	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
丹鉛續録	楊慎	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
分甘餘話	王士禎	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
月令纂言	吳澄	元	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
月令粹編	秦嘉謨	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
仇池筆記	蘇軾	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
午窗隨筆	郭梦星	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
方輿勝覽	祝穆	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

六一筆記	歐陽修	宋
六必酒經	楊萬樹	清
六經類雅	徐常吉	明
文海波抄	謝肇淛	明
文苑英華	李昉	宋
文苑彙雋	孫丕顯	明
文奇豹斑	陳繼儒	明
文心雕龍	劉勰	梁
文昌裸録	龐元英	宋
文獻通考	馬端臨	元
孔子家語	王肅	魏
水蜜桃譜	褚華	清
天香閣隨筆	李介	清
天香樓偶得	虞兆漋	清
元豐九域志	王存	宋
元明事類鈔	姚之駰	清
元名臣事略	蘇天爵	元
元氏長慶集	元稹	唐
元氏掖庭記	佚名（一説為陶宗儀撰）	時代不詳
太倉稊米集	周紫芝	宋
太平寰宇記	樂史	宋
不繫舟漁集	陳高	元
廿二史劄記	趙翼	清
中華古今注	馬縞	吴越
日知録集釋	黄汝成	清
毛詩王氏注	王肅	三國魏
月當樓詩稿	季孟蓮	明
分門瑣碎録	温革	宋
交翠軒筆記	沈濤	清
六研齋筆記	李日華	明

上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
北京中華書局一九八六年影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
中華書局一九八四年標點本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
中國書店一九八七年標點本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
北京出版社二〇〇五年《四庫禁毀書叢刊補編》	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	

六研齋二筆　明　李日華　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
六研齋三筆　明　李日華　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
水曹清暇録　清　汪啓淑　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
王右丞集箋注　唐　王維　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
元和郡縣圖志　唐　李吉甫　中華書局一九八三年標點本
元史紀事本末　明　陳邦瞻　中華書局一九七九年標點本
木剌夷補傳稿（木剌夷傳）　佚名　台灣新文豐出版公司一九八九《叢書集成三編》影印本
太平治迹統類　宋　彭百川　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
天津楊柳青小志　清　張江裁　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成續編》影印本
方是閒居士小稿　宋　劉學箕　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
五百家注昌黎文集　宋　魏仲舉　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
毛詩草木鳥獸魚蟲疏　三國吴　陸璣　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

五畫

玉海　宋　王應麟　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古史　宋　蘇轍　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
札樸　清　桂馥　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
史記　漢　司馬遷　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
北史　唐　李延壽　中華書局一九五九年標點本
厄林　明　周嬰　中華書局一九七四年標點本
古今注　晉　崔豹　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今攷　宋　魏了翁　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今疏　清　朱虛　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古事比　清　方中德　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古儷府　明　王志慶　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
石初集　元　周霆震　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
玉泉子　佚名　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
玉食批　宋　司膳内人　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
玉笥集　元　張憲　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
玉楮集　宋　岳珂　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

平書訂	李塨	清	台灣新文豐出版公司 一九八五年《叢書集成新編》影印本
甘藷録	陸耀	清	台灣新文豐出版公司 一九八九年《叢書集成續編》影印本
邛竹杖	施男	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
北山集	鄭剛中	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
北户録	段公路	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
北征録	金幼孜	明	北京出版社二〇〇五年《四庫禁毀書叢刊補編》影印本
北齊書	李百藥	唐	中華書局一九七二年標點本
北轅録	周煇	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
白獭髓	張仲文	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
白獭髓	名不出齋	元	上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
白蓮集	齊己	五代	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
仙溪志	趙與泌修　黄巖孫纂	宋	中華書局一九九〇年《宋元方志叢刊》影印本
瓜蔬疏	王世懋	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
玉燭寶典	杜臺卿	隋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
玉塵新譚	鄭仲夔	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
古今鞋略	汪柯玉	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古今記林	汪士漢	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古今譚槩	馮夢龍	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古今原始	趙鈺	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古今釋疑	方中履	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古今韻史	陳繼儒	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古今寓言	詹景鳳	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古今説海	陸楫	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古傳考略	顧充	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
本草求真	黄宫鏞	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
本草衍義	寇宗奭	宋	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
本草集要	王綸	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
本草蒙筌	陳嘉謨	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
本草彙言	倪朱謨	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
本草原始	李中立	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本

本草通玄	李中梓	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
本經疏證	鄒澍	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
本經續疏	鄒澍	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
世本八種	宋衷注	漢	上海商務印書館一九五七年標點本
世説新語	秦嘉謨等輯	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
石樓臆編	劉義慶	南朝宋	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
石湖詩集	周綸	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
石渠餘紀	范成大	宋	北京古籍出版社一九八六年標點本
石林燕語	王慶雲	清	中華書局一九八四年標點本
石田雜記	葉夢得	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
石田文集	沈周	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
玉壺清話	馬祖常	元	中華書局一九八四年標點本
可齋續稿	文瑩	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
甘肅通志	李曾伯	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
平江記事	許容　李迪	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
北夢瑣言	高德基	金	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
北行日録	孫光憲	宋	上海古籍出版社一九八一年標點本
北堂書鈔	樓鑰	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
北苑別録	虞世南	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
北山酒經	陳禹謨補註	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
史記索隱	趙汝礪	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
史記集解	朱翼中	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
四六標準	司马貞	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
四民月令	裴駰	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
四時宜忌	李劉	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
四時纂要	崔寔	漢	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
四川通志	黄廷桂等	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
白孔六帖	白居易	唐	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》王謨輯漢魏遺書鈔影印本

白虎通義	孔傳補	漢
白醉瑣言	班固	明
永樂大典	王兆雲	明
出塞紀略	解縉等	明
台州札記	錢良擇	清
石門文字禪	釋覺範	宋
古今歲略補	汪砢玉	清
玉芝堂談薈	徐應秋	明
四朝聞見録	葉紹翁	宋
四時幽賞録	高濂	明
四川鹽法志	丁寶楨等	清
四友齋叢説	何良俊	明
北東園筆録	梁恭辰	清
北墅抱甕録	高士奇	清
白氏長慶集	白居易	唐
外國竹枝詞	尤侗	清
玉麈新譚雋區	鄭仲夔	明
本草綱目拾遺	趙學敏	清
本草品彙精要	劉文泰等	明
古今源流至論	林駉	宋
右台仙館筆記	俞樾	清
田家占候集覽	鄒存淦	清
四庫全書總目	永瑢	清
丞相魏公譚訓	蘇頌	宋
本草經解要附餘	姚球	清
石田翁客座新聞	沈周	明
玉函山房輯佚書	馬国翰	清
北東園筆録初編	李中馥	明
出塞圖畫山川記	睿臨	清

台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
中華書局一九八六年影印本	
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
中華書局一九八九年標點本	
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本	
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
北京中華書局一九六五年影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本	
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	

本草品彙精要續集　劉文泰等　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
古今源流至論前集　林駉　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今源流至論後集　林駉　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今源流至論續集　林駉　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今事文類聚前集　祝穆　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今事文類聚後集　祝穆　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今事文類聚續集　祝穆　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
甲申聞見二録補遺　王鞏　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
左氏春秋内外傳類選　樊王家　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
古今合璧事類備要前集　謝維新　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今合璧事類備要別集　謝維新　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
古今合璧事類備要外集　謝維新　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

六畫

朱翼　江旭奇　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
字詁　黄生　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
夷俗考　方鳳　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
夷俗記　蕭其實　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
夷堅志　洪邁　宋　中華書局一九八一年標點本
至正集　許有壬　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
西渡集　洪炎　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
西巖集　張之翰　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
西藏記　佚名　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
西臺集　畢仲游　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
西溪集　沈遘　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
同話録　曾三異　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
因話録　趙璘　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
自鳴集　章甫　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
全唐詩　曹寅等編　清　上海古籍出版社一九八六年本
舌華録　曹蓋之　明　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》
竹洲集　吴儆　南宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

名物通	劉侗	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本		
名義考	周祈	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本		
交州記	劉欣期	晉	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本		
安岳集	馮山	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本		
江源記	查拉吳麟	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
如夢録	佚名	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西河舊事	張澍	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本		
西京雜記	劉歆	漢	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西圃叢辨	葛洪輯	晉	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本		
西陲要略	田同之	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本		
西湖遊記	祁韻士	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本		
西湖記述	查人漠	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西溪百詠	袁宏道	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本		
西溪叢語	釋大善	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西溪雜詠	姚寬	宋	中華書局一九九三年標點本		
西北域記	陳文述	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西遊録注	佚名（一説謝濟世）	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本		
西域釋地	耶律楚材撰	元	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本		
西方要紀	盛如梓删略　李文田注	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本		
西吳里語	祁韻士	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本		
西吳里語	利類思等	泰西	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本		
西吳枝乘	宋雷	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西吳蠶略	李詡	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西湖治興	謝肇淛	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本		
西湖記述	程岱葊	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西湖漁唱	王瀛	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西清詩話	袁宏道	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		
西藏紀述	蔡絛	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本		
	張海	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本		

在園雜志　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
芝園叢談　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
考古辭宗　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
考古略補　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
老老恒言　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
匡廬游録　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
匡謬正俗　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
圭塘小藁　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
圭塘別集　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
至正直記　元　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
曲洧舊聞　宋　中華書局二〇〇二年標點本
朱弁　宋　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
回疆雜詠　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
全遼備考　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
伊江筆録　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
孔齊　元　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
許有壬　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
許有壬　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
劉廷璣　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
趙世顯　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
況叔祺　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
王文清　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
曹庭棟　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
顏師古　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
黄宗羲　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
劉基　明　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成新編》影印本
吴熊光　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
林佶　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
王曾翼　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
耿隨朝　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
廖瑩中　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
佚名　時代不詳　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
謝旻等　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
黄之雋　趙宏恩等　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
陳起　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
陳起　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
王士禎　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
周文華　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
李本固　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
陳旅　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
李仙根　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
金玉岡　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
尤侗　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
吴騫　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本

西湖竹枝詞	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
西湖遊覽志	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
西園聞見録	明	上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本	
西域番國志	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
西陲竹枝詞	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
西陲聞見録	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
至元嘉禾志	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
至順鎮江志	元	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
亘史鈔雜紀	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
老子道德經	先秦	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
老學庵筆記	宋	中華書局一九七九年點校本	
夷堅志再補	宋	中華書局一九八一年點校本	
成都古今記	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
因樹屋書影	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
竹葉亭雜記	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
竹隱畸士集	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
全芳備祖集	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
全蜀藝文志	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
江南魚鮮品	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
江湖長翁集	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
江鄉節物詩	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
交翠軒筆記	元	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
牟氏陵陽集	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
西湖遊覽志餘	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
西南夷風土記	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
西洋朝貢典録	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
至正四明續志	元	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本	
至正金陵新志	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
老學庵續筆記	宋	中華書局一九七九年點校本	
光緒吉林通志	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《續修四庫全書》影印本	
朱孟震	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
黄省曾	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
王元恭等	元	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本	
張鉉	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
陸游	宋	中華書局一九七九年點校本	
長順 李桂林 等	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《續修四庫全書》影印本	

光緒順天府志　清　周家楣　繆荃孫等　北京古籍出版社　一九八七年點校本
光緒畿輔通志　清　李鴻章　黄彭年　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
光緒山西通志　清　曾國荃　張煦等　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
光緒江西通志　清　曾國藩　劉坤一等　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
光緒湖南通志　清　卞寶第　李瀚章　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
全芳備祖後集　宋　陳景沂　台灣商務印書館一九八六年文淵閣四庫全書影印
包孝肅奏議集　宋　包拯　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
竹嶼山房雜部　明　宋詡　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
江邑救荒筆記　清　周存義　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二
艮山雜志附録　清　翟灝　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
西塘集耆舊續聞　宋　陳鵠　中華書局二〇〇二年孔凡禮點校本
西石梁農圃便覽　清　沈葆楨等　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
西湖老人繁勝録　宋　佚名　中國商業出版社一九八二年點校本
光緒重修安徽通志　清　丁宜曾　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
全上古三代秦漢三國六朝文　清　嚴可均　上海古籍出版社二〇〇九年影印本

七畫

赤雅　明　鄺露　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
別雅　清　吴玉搢　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
言鯖　清　吕種玉　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
宋書　元　脱脱等　中華書局一九七七年標點本
宋史　齊　沈約　中華書局一九七四年標點本
抱朴子　晉　葛洪　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
花裏活　明　陳詩教　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
花谿集　明　沈夢麟　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
述異記　梁　任昉　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
拾遺記　晉　王嘉　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
甫里集　唐　陸龜蒙　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
赤城志　宋　陳耆卿　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
攻媿集　宋　樓鑰　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
吹景集　明　董斯張　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印

旰江集	清	李覯	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
見聞録	清	徐岳	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
初學記	唐	徐堅等	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
岙茶箋	明	馮可賓	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
花史左編	明	王路	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
赤溪雜志	清	金武祥	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
杜陽雜編	唐	蘇鶚	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
杜詩詳註	清	仇兆鰲	段成式
酉陽雜俎	唐	段成式	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
志異續編	清	宋永岳	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
投荒雜録	唐	房千里	遼寧教育出版社一九八九年點校本
困學紀聞	宋	王應麟	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
冒襄	清	冒襄	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
岙茶彙鈔	清	高誘注	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
見聞續筆	清	呂希哲	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
呂氏春秋	秦	舊題呂不韋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
呂氏雜説	漢	高誘注	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
星槎勝覽	宋	呂希哲	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
近事會元	明	費信	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
何水部集	南朝梁	李上交	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
冷廬雜識	清	何遜	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
冷齋夜話	宋	陸以湉	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
沈氏日旦	明	惠洪	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
沈氏農書	明	沈長卿	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
宋史全文	清	錢爾復	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
宋稗類鈔	清	佚名	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
李太白文集	唐	潘永因	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
李義山詩集	唐	李白	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
李羣玉詩集	唐	李商隱	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
志雅堂雜抄	宋	李羣玉	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
		周密	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

花當閣叢談　徐復祚　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
宋大詔令集　佚名　宋　中華書局一九六二年影印本
宋太宗實録　錢若水　宋　甘肅人民出版社二〇〇五年燕永成點校本
宋會要輯稿　徐松輯　清　中華書局一九五七年影印本
汴宋竹枝詞　李于潢　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
妙貫堂餘譚　裘君弘　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
妙香室叢話　張培仁　清　台灣新文豐出版公司一九七七年《叢書集成三編》影印本
快雪堂漫録　馮夢楨　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
戒菴老人漫筆　李詡　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
岐山縣鄉土志　佚名　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
宋季三朝政要　佚名　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
宋朝諸臣奏議　趙汝愚　宋　上海古籍出版社一九九九年點校本
宋徽宗聖濟經　趙佶　宋　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
邵氏聞見後録　邵博　宋　中華書局一九八三年點校本
君子堂日詢手鏡　王濟　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
李卓吾先生讀升菴集　楊慎　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
宋元四明六志校勘記　徐時棟　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本

八畫

枕譚　陳繼儒　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
枝語　孫之騄　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
苕譜　汪憲　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
吳録　張勃　晉　台灣商務印書館一九八三年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
金史　脱脱等　元　中華書局一九七五年標點本
物原　羅頎　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
周書　令狐德棻　唐　中華書局一九七一年標點本
枕明秘　衛泳　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
長物志　文震亨　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
事物考　王三聘　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
述異志　任昉　梁　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
杼山集　皎然　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

青山集	郭祥正	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
青海誌	康敷镕	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
青崖集	魏初	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
武溪集	余靖	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
松隱集	曹勛	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東原録	龔鼎臣	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東塘集	袁説友	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東牟集	王洋	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東觀集	魏野	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
苗妓詩	貝青喬	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
苗俗記	田雯	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
明會典	毛紀	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
昌谷集	李賀	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
吴郡志	范成大	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
吴曹譜	吴林	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
忠肅集	劉摯	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
忠肅集	于謙	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
金國志	宇文懋昭	金	上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
金樓子	蕭繹	南朝梁	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
牧庵集	陳絳	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
泊宅編	姚燧	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
夜航船	方勺	宋	中華書局一九八三年點校本
夜航船	張岱	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
定齋集	蔡戡	宋	台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成三編》影印本
宛陵集	梅堯臣	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
居易録	王士禎	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
姑蘇志	王鏊	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
始豐稿	徐一夔	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
苗俗紀聞	方亨	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本

長安客話　蔣一葵　明　北京古籍出版社一九八三年點校本
青山續集　郭祥正　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東坡全集　蘇軾　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東坡志林　蘇軾　宋　中華書局一九八一年王松齡點校本
東萊詩集　呂本中　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東維子集　楊維楨　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東皐子集　王績　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東西洋考　張燮　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
東都事略　王偁　宋　台灣商務印書館一九八三年文淵閣《四庫全書》影印本
東漢會要　徐天麟　宋　台灣商務印書館一九八三年文淵閣《四庫全書》影印本
東觀漢紀　劉珍　漢　台灣商務印書館一九八三年文淵閣《四庫全書》影印本
東齋記事　許觀　明　台灣商務印書館一九八三年文淵閣《四庫全書》影印本
東齋紀事　范鎮　宋　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
東河櫂歌　姚思勤　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
東城雜記　厲鶚　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東山詩選　佚名　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
東南紀聞　葛元承　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
事物紀原　高承　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
事物攷辨　周象明　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
事物紺珠　黃一正　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
事實類苑　江少虞　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
松窗百說　李季可　宋　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
松漠紀聞　洪皓　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
松亭晤語　趙世顯　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
松江衢歌　陳金浩　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
林下清錄　沈仕　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
兩鈔摘腴　史浩　宋　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
兩山墨談　陳霆　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
枕函小史　閔于忱　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
坤輿圖說　南懷仁　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
泰西

雨航雜録　明　馮時可　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
范太史集　宋　范祖禹　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
武林舊事　宋　周密　中國商業出版社一九八二年點校本
昌國典詠　清　朱緒曾　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
尚書大傳　漢　伏勝　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
尚書注疏　清　孫之騄輯　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

尚書故實　明　董斯張　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
吴興備志　清　王有光　上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本
吴下諺聯　明　趙曄　上海商務印書館民國十一年《四部叢刊初編》影印本
吴越春秋　漢　韓奕　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
易牙遺意　明　韓奕　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
岩棲幽事　清　陳繼儒　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
典籍便覽　明　范泓　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
明道雜志　宋　張耒　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
明一統志　明　李賢等　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
明齋小識　清　諸聯晦　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
卓氏藻林　明　卓明卿　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
金陵百詠　宋　曾極　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
金川瑣記　清　李心衡　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
金壺戲墨　清　黄鈞宰　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
物理小識　明　方以智　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
周禮述注　清　李光坡　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
周禮注疏　漢　鄭玄注　賈公彦疏　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

秧林伐山　明　楊慎　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
使琉球録　明　陳侃　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
使琉球記　清　張學禮　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
使西域記　明　陳誠　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

佩韋齋集	俞德鄰	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
河上楮談	朱孟震	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
河南通志	王士俊等	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
法苑珠林	道世	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
空際格致	高一志	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
定鄉雜箸	胡靜	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
陔餘叢考	趙翼	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
姓源珠璣	楊信民	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
孟子正義	焦循	清	中華書局一九八七年點校本
居山雜志	楊循吉	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
東郊土物詩	朱點	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
東溪試茶録	宋子安	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
東京夢華録	孟元老	宋	中國商業出版社一九八二年點校本
析津志輯佚	熊夢祥	元	北京古籍出版社一九八三年點校本
長蘆鹽法志	黄掌綸等	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
兩淮鹽法志	史起蟄　張矩	明	北京圖書館出版社二〇〇七年《北京圖書館古籍珍本叢刊》影印本
武林雜事詩	丁立誠	民	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
吴興掌故集	徐獻忠	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
吴興山墟名	張玄之	南朝宋	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
明經世文編	陳子龍	明	中華書局一九六二年影印本
周禮杜氏注	杜子春	漢	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
忠正德文集	趙鼎	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
金牛湖漁唱	張雲璈	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
金薯傳習録	陳世元	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
物類相感志	蘇軾	宋	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
延祐四明志	袁桷	元	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
岳陽風土記	范致明	宋	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
佩楚軒客談	戚輔之	時代不詳	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
京師坊巷記	朱一新	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
京都風俗誌	讓廉	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
			北京古籍出版社一九八一年點校本

兩浙訂正鼃規	楊鶴　胡繼升等補	明	北京圖書館出版社二〇〇七年《北京圖書館古籍珍本叢刊》影印本
事言要玄事集	陳懋學	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
武經總要前集	曾公亮	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
苕溪漁隱叢話	胡仔	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
青藤山人路史	徐渭	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
直齋書録解題	陳振孫	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
吳郡圖經續記	朱長文	宋	台灣新文豐出版公司《叢書集成新編》影印本
虎丘茶經注補	陳鑑	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
明史紀事本末	谷應泰	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
尚書大傳補遺	孫之騄	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
宛平歲時志稿	張江裁	清	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
河東鹽政彙纂	蘇昌臣	清	上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本
姑溪居士前集	李之儀	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
來鶚唐先生日録	來知德	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
范成大筆記六種	范成大	宋	中華書局二〇〇二年點校本
長春真人西遊記	李志常	元	台灣新文豐出版公司《叢書集成新編》影印本
兩般秋雨盦隨筆	梁紹壬	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
河東先生龍城録	柳宗元	唐	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
周禮鄭司農解詁	鄭衆	漢	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
奉使俄羅斯行程録	張鵬翮	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
居家必用事類全集	佚名	元	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
建炎以來繫年要録	李心傳	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
建炎以來朝野雜記	李心傳	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
刻徐文長先生秘集	徐渭	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
東坡先生物類相感志	贊寧	宋	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
東萊先生詩律武庫後集	呂祖謙輯	宋	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
九畫			
荀子	荀況	周	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
茶經	陸羽	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
茶譜	顧元慶	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本

茶乘　高元濬　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
茶史　劉源長　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
茶董　夏樹芳　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
茶疏　許次紓　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
茶録　蔡襄　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
茶録　馮時可　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
茶箋　聞龍　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
茶解　羅廩　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
茗史　萬邦寧　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
茗笈　屠本畯　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
茗史　馮時可　明　中華書局一九七五年點校本
南史　閻龍　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
括談　羅廩　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
秕言　鄭明選　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
香乘　奕賡　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
食譜　韋巨源　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
食經　謝諷　隋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
茶山集　曾幾　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
茶史補　余懷　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
茶寮記　陸樹聲　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
茶董補　陳繼儒　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
南軒集　張栻　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南唐書　馬令　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南齊書　蕭子顯　南朝齊　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南漳子　孫之騄　清　中華書局一九七二年點校本
南島志　新井君美　日　台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成續編》影印本
拾遺記　王嘉　前秦　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
草木子　葉子奇　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
相山集　王之道　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
柯山集　張耒　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
珍珠船　陳繼儒　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

咸賓録	羅曰褧	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
荔枝譜	蔡襄	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
省齋集	廖行之	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
後漢紀	袁宏	晉	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
後漢書	范曄	南朝宋	中華書局一九六五年點校本
後山集	陳師道	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
後村集	劉克莊	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
食珍録	盧悰	南朝宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
急就篇	史游	漢	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
俟後編	顏師古注	唐	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
待制集	王敬臣	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
秋崖集	方岳	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
秋澗集	王惲	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
侯鯖録	趙令畤	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
卻掃編	徐度	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
前定録	鍾輅	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
前漢紀	荀悦	漢	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
袖中錦	太平老人	宋	中華書局二〇〇二年點校本
祠部集	强至	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
洞冥記	郭憲	漢	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
韋齋集	朱松	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
屏山集	劉子翬	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南中紀聞	包汝楫	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南越遊記	陳徽言	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
南越筆記	李調元	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
南漘楛語	蔣超伯	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
南村隨筆	陸廷燦	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
南園漫録	張志純	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南窗紀談	佚名	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

南部新書　宋　錢易　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南楚新聞　唐　尉遲樞　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南詔野史　明　楊慎　新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
契丹國志　清　胡蔚订正　上海古籍出版社一九八五年點校本
查輯浦聞　清　葉隆禮　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
茶餘客話　宋　查嗣瑮　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
春秋繁露　漢　董仲舒　中華書局一九七五年點校本
政餘筆録　清　阮葵生　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
荒政要覽　清　蔣鳴玉　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
荒政彙編　明　俞汝爲　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第一輯
荒政輯要　清　姚碧　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯
荒政摘要　明　何淳之　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯
拾穗餘聞　清　李儼農　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯
柳邊紀略　清　慶桂　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
柳南續筆　清　王應奎　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
柞蠶雜誌　清　增韞　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
柞蠶彙誌　清　董元亮　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
柚堂筆談　清　盛百二　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
草閣詩集　明　李昱　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
茹古畧集　明　程良儒　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
研北雜志　元　陸友仁　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
星槎勝覽　明　費信　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
峒溪纖志　清　陸次雲　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
品茶要録　宋　黄儒　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
重修玉篇　南朝梁　顧野王　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
重修廣韻　宋　陳彭年　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
泉南雜志　明　陳懋仁　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
負暄雜録　宋　顧文薦　上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本

便民圖纂	鄺璠編	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
香祖筆記	王士禎	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
後山談叢	陳師道	宋	上海古籍出版社一九八九年點校本
祝氏事偶	祝彥	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
客窓隨筆	趙世顯	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
客座贅語	顧起元	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
洱海叢談	釋同揆	清	新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
津門百詠	崔旭	清	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
津門雜記	張燾	清	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
瀛壖雜記	王韜	清	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
庭立記聞	梁學昌等	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
訂訛類編	杭世駿	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
訂譌襍録	胡鳴玉	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
眉山文集	唐庚	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
眉山詩集	唐庚	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
退庵隨筆	梁章鉅	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
癸巳存稿	俞正燮	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
癸辛雜識、前集、後集、續集	周密	宋	中華書局一九八八年點校本
陝西通志	沈青崖 劉於義	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
茶香室叢鈔	俞樾	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
茶香室續鈔	俞樾	清	台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成三編》影印本
茶香室三鈔	俞樾	清	台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成三編》影印本
茶香室四鈔	俞樾	清	上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本
南方草木狀	嵇含	晉	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
南宋市肆記	周密	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
荆楚歲時記	宗懔	南朝梁	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
春在堂隨筆	俞樾	清	台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成三編》影印本
春明夢餘録	孫承澤	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
珊瑚鈎詩話	張表臣	宋	上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
咸淳臨安志	潛説友	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

咸淳毗陵志　宋　史能之　中華書局一九九〇《宋元方志叢刊》影印本
封氏聞見記　唐　封演　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
思益堂日札　清　周壽昌　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
昭代經濟言　明　陳子壯　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
昨非庵日纂、二集、三集　明　鄭瑄　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
弇山堂別集　明　王世貞　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
皇清職貢圖　清　傅恒　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
皇明廣蒙求　明　姚光祚　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
洞山岑茶系　明　周高起　台灣新文豐出版公司一九八六年《叢書集成續編》影印本
洛陽伽藍記　北魏　楊衒之　上海古籍出版社一九七八年校注本
姚少監詩集　唐　姚合　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
春明歲時瑣記　清　讓廉　台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成三編》影印本
春秋左傳注疏　唐　孔穎達　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
重論文齋筆録　清　王端履　上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本
重定越南圖説（越南地輿圖説）　清　盛慶紱　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
皇朝文獻通考　清　嵇璜等　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
皇輿西域圖志　清　劉統勳　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
帝京歲時紀勝　清　潘榮陛　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
訂訛類編續編　清　杭世駿　北京古籍出版社一九八一年點校本
宣統新疆圖志　清　袁大化等　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
珊瑚舌雕談初筆　清　許起　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
重修兩浙鹽法志　清　延豐等　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
重修兩淮鹽法志　清　王定安等　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
宣和北苑貢茶録　宋　熊蕃　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
洪陽張先生警心類編　明　張位　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
宣和奉使高麗圖經　宋　徐兢　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成新編》影印本

十畫

真誥　南朝梁　陶弘景　上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
晉書　唐　房玄齡　中華書局一九七四年點校本
酒經　宋　蘇軾　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本

酒譜	竇苹	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
酒譜	徐炬	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
酒史	馮時化	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
酒概	沈沉	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
酒乘	韋孟	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
海語	黄衷	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
海録	楊炳南	清	台灣新文豐出版公司《叢書集成新編》影印本
劇録	蘇軾	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
書傳	高似孫	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
書影	周亮工	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
書蕉	陳繼儒	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
書笑	池上餐華生輯	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
通雅	方以智	明	中華書局一九八八年點校本
通典	杜佑	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
通志	鄭樵	宋	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
桑志	李聿求	清	北京古籍出版社一九八三年點校本
陳書	姚思廉	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
莊子注	郭象	晉	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
真珠船	胡侍	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
華陽集	顧況	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
華陽集	王珪	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
酌中志	劉若愚	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
栟櫚集	鄧肅	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
笑笑録	獨逸窩退士	清	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
兼明書	邱光庭	南唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
酒顛補	陳繼儒	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
酒爾雅	何剡	宋	新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
酒小史	宋伯仁	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
酒名記	張能臣	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
袖中錦	太平老人	宋	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

消暑録　清　趙紹祖　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
浮溪集　宋　汪藻　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
浮山志　清　陳銘珪　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
海陵集　宋　周麟之　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
浪語集　宋　薛季宣　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
唐語林　宋　王讜　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
唐會要　宋　王溥　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
大唐新語　唐　劉肅　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
唐六典　唐　張九齡　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
唐類函　明　俞安期　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
祥異記　佚名　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
記事珠　唐　馮贄　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
記荔枝　明　吳載熬　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
陵陽集　宋　韓駒　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
夏小正箋　清　戴德傳　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
夏小正解　清　李調元注　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
原始秘書　西漢　徐世溥　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
原本廣韻　宋　朱權　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
桃溪客語　明　佚名　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
桐江詩話　清　吳褧　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
桂海酒志　清　范成大　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
桂海果志　宋　范成大　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
桂海花志　宋　范成大　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
格物麤談　宋　佚名　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
格致鏡原　清　陳元龍　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
班馬字類　宋　婁機　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
華陽國志　晉　常璩　巴蜀書社一九八四年校注本
桐江續集　元　方回　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
捕蝗彙編　清　陳僅　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯

耕心農話	奚誠	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
都城紀勝	耐得翁	宋	中國商業出版社一九八二年點校本	
秦邊紀略	佚名	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
時物典彙	李日华	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
晏子春秋	晏嬰	齊	上海商務印書館民國十一年《四部叢刊初編》影印本	
晁氏客語	晁説之	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
倦遊雜録	張師正	宋	上海古籍出版社一九九三年點校本	
徐氏筆精	徐燉	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
偶得紺珠	黄秉石	宋	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本	
留青日札	田藝衡	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
息齋筆記	吴桂森	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
師友談記	李廌	宋	中華書局二〇〇二年點校本	
島夷志略	汪大淵	元	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印日藤田豐八校注本	
涑水紀聞	司馬光	宋	中華書局一九八〇年點校本	
酒部彙考	佚名	清	中華書局一九六五年《四庫全書總目》影印本	
海槎餘録	顧岕	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
海外紀事	大汕厭翁	清	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本	
海味索隱	屠本畯	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本	
唐詩紀事	計有功	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
唐國史補	李肇	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	
唐月令注	玄宗敕撰	唐	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本	
宸垣識略	吴長元	清	北京古籍出版社一九八三年校本	
容齋隨筆	洪邁	宋	中華書局二〇〇五年點校本	
剡溪漫筆	孫能傳	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
浪跡叢談	梁章鉅	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
浪跡續談	梁章鉅	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
浪跡三談	梁章鉅	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
浙程備覽	于敏中	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本	
浙江通志	嵇曾筠　沈翼機等	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本	

涅林雜記　周復俊　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
記纂淵海　潘自牧　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
康熙字典　張玉書等　清　成都古籍書店一九八〇年影印本
康輶紀行　姚瑩　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成新編》影印本
病榻手耿　楊慎　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
家世舊聞　陸游　宋　中華書局一九九三年點校本
益部談資　何宇度　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
陶朱新録　馬純　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
陶菴夢憶　張岱　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
陶淵明集　王文誥評　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
韋蘇州集　韋應物　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
陳氏香譜　陳敬　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
桑蠶提要　方大湜　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
書隱叢説　袁棟　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
孫公談圃　劉延世　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
桂海蟲魚志　范成大　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
真臘風土記　周達觀　元　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
乾淳歲時記　周密　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
華州鄉土志　佚名（一説清褚成昌纂）　時代不詳　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
校正朝邑志　王元啓　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成新編》影印本
倦圃蒔植記　曹溶　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成三編》影印本
徐園秋花譜　吳儀一　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
修潔齋閑筆　劉堅　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
庫頁島志略　石榮暲　民　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
海錯百一録　郭柏蒼　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
浩然齋意抄　周密　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
涼州異物志　張澍　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
能改齋漫録　吳曾　宋　上海古籍出版社一九八〇年點校本
純白齋類稿　胡助　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

純常子枝語	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本	
陳輔之詩話	宋	文廷式	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
原本玉篇殘卷	南朝梁	顧野王	中華書局一九八五年點校本
晏元獻公類要	宋	晏殊	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
倘湖樵書初編	清	來集之	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
倘湖樵書二編	清	來集之	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
益部方物略記	宋	祁	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
通鑒紀事本末	宋	袁樞	中華書局一九八六年點校本
倦圃蒔植記總論	清	曹溶	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
陳眉公考槃餘事	明	屠隆	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
高宗幸張府節次略	宋	周密	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
華夷花木鳥獸珍玩考	明	愼懋官	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
華夷花木鳥獸珍玩續考	明	愼懋官	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
十一畫			
埤雅	宋	陸佃	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
菌譜	元	洪炎祖音釋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
菊譜	宋	陳仁玉	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
菊譜	宋	范成大	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
國語	吳	韋昭	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
異苑	南朝宋	劉敬叔	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
異林	明	朱謀㙔	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
野語	清	程岱葊	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
魚品	明	遯園居士(顧起元自號)	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
梁書	唐	姚思廉	中華書局一九七三年點校本
通典	唐	杜佑	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
通志	宋	鄭樵	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
隋書	唐	魏徵	中華書局一九七三年點校本
梅溪集	宋	王十朋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
採芹録	明	徐三重	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

採茶録　唐　温庭筠　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
雪坡集　宋　姚勉　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
雪山集　宋　王質　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
雪樓集　元　程鉅夫　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
乾道稿　宋　趙蕃　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
捧腹編　明　許自昌　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
堅瓠集　清　褚人穫　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
異域志　元　周致中　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
異物志　東漢　楊孚　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
晦庵集　宋　朱熹　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
野獲編　明　沈德符　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
過庭録　宋　趙蕃　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
章泉稿　宋　范公偁　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
涼州記　北涼　段龜龍　中華書局二〇〇二年點校本
清賞録　明　包衡　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
清嘉録　清　顧禄　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
清異録　宋　陶穀　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
清獻集　宋　趙抃　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
淳熙稿　宋　趙蕃　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
浄德集　宋　呂陶　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
梁谿集　宋　李綱　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
晝永編　明　宋岳　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
閑家編　宋　佚名　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
開河記　清　王士俊　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
陽山志　明　岳岱　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
紺珠集　宋　朱勝非　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
梅溪後集　宋　王十朋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
盛京通志　清　佚名　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
救荒策會　清　佚名　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第一輯
救荒備覽　明　陳龍正　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯
勞潼　清　勞潼　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本

救荒良方　佚名　清　北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯
救貧捷法　馮繩祖　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
黄嫜餘話　陳錫路　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
黄谷謙談　李蓑　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
黄氏日抄　黄震　宋　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
雪菴清史　樂純　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
菽園雜記　陸容　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
萃古名言　趙民獻　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
採琉日記　郁永河　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
曹子建集　曹植　三國魏　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
曹祠部集　曹鄴　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
異物彙苑　王世貞　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
異物彙苑　閔文振　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
異魚圖贊　楊慎　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
國賦紀略　倪元璐　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
國憲家猷　王可大　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
國朝宮史　鄂爾泰　張廷玉等　清　北京古籍出版社一九八三年點校本
過夏雜録　周廣業　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
過夏續録　周廣業　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
野客叢書　王楙　宋　中華書局一九八七年點校本
野航史話　茅元儀　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
常談考誤　周夢暘　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
偃曝談餘　陳繼儒　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
鳥居隨録　盧若騰　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》
笠澤藂書　陸龜蒙　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
淞南樂府　楊光輔　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
清異續録　李肇亨輯　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
清波雜志　周煇　宋　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
密庵危言　樊良樞　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
密齋筆記　謝采伯　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

逌旃瑣言　明　蘇祐
梁谿漫記　宋　費袞
萍洲可談　宋　朱彧
涪翁雜説　宋　黄庭堅
閑中今古　明　陳頎
閒適劇談　明　鄧球
閒處光陰　清　搏沙拙老
閒情偶寄　清　李漁
鄉言解頤　清　李光庭
周密　宋　周密
周涼　宋　周涼
郭雲陞　清　郭雲陞
閔麟嗣　清　閔麟嗣
汪士鋐　清　汪士鋐
黄奭　清　黄奭
支允堅　明　支允堅
張大復　明　張大復
周煌　清　周煌
郭翼　元　郭翼
祁韻士　清　祁韻士
張鼎思　明　張鼎思
福慶　清　福慶
胡世安　明　胡世安
朱翌　宋　朱翌
劉安　漢　劉安
高誘注　宋　高誘注
施諤　宋　施諤
梁克家　宋　梁克家
淳祐臨安志　宋　淳祐臨安志
淳熙三山志　宋　淳熙三山志

齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
上海古籍出版社一九八五年點校本
上海古籍出版社一九八九年點校本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

淞南夢影録　清　黄協塤　臺灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
清容居士集　元　袁桷　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
清江三孔集　宋　孔武仲等　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
涼州異物志　清　張澍　臺灣商務印書館一九八五年《叢書集成新編》影印本
章谷屯志略　清　吴德煦　臺灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
庶物異名疏　明　陳懋仁　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
張氏拙軒集　宋　張侃　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
隙光亭雜識　清　揆敘　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
異魚圖贊閩集　明　胡世安　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
扈從東巡日録　清　高士奇　臺灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
扈從東巡附録　清　高士奇　臺灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
庶齋老學叢談　元　盛如梓　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
開元天寶遺事　後周　王仁裕　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
異域録地理考證　清　丁謙　臺灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
張恭懿松窗夢語　明　張翰　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
乾隆府廳州縣圖志　清　洪亮吉　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本

十二畫

棉書　佚名　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
雅笑　李贄　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
掌録　明　繪雲居士　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
筆記　明　陳繼儒　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
筍譜　宋　贊寧　臺灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
粤述　清　閔敘　臺灣新文豐出版公司《叢書集成新編》影印本
觚賸　清　鈕琇　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
湯品　明　周履靖　臺灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
粥譜　清　陳繼儒　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
雲巢編　清　贊寧　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
雲臺編　清　黄雲鵠　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
瑯環記　清　沈遼　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
搜神記　晉　干寶　中華書局一九七九年點校本

揮麈録　宋　王明清
楮記室　明　潘埙
越絶書　漢　袁康
絜齋集　宋　袁燮
彭城集　宋　劉攽
博物志　晉　張華
朝鮮賦　明　董越
敬止集　明　陳應芳
景文集　宋　宋祁
鄖溪集　宋　鄭獬
斐然集　宋　胡寅
無為集　宋　楊傑
御膳單　清　佚名
勝飲編　清　郎廷極
然犀志　明　閔元京　凌義渠
湘煙録　清　李調元
湘中記　晉　羅含
淵穎集　元　吳萊
粹掌録　清　汪啓淑
道鄉集　宋　鄒浩
絶倒録　宋　朱暉
畫墁集　宋　張舜民
煮泉小品　明　田藝蘅
煮粥條議　明　陳繼儒
粟香隨筆　清　金武祥
搜神後記　晉　陶潛
棗林雜俎　清　談遷
棗林外索　清　談遷
雲麓漫抄　宋　趙彦衛
雲林遺事　明　顧元慶

中華書局一九六一年點校本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第一輯
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
中華書局一九八一年點校本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛影印本

雲薖淡墨		明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
雲仙雜記	木增	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
雲杜故事	馮贄	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
雲南通志	易本烺	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
朝野僉載	鄂爾泰　靖道謨等	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
博物典彙	張鷟	唐	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
博物志補	黃道周	明	北京出版社二〇〇五年《四庫毀禁叢刊補編》影印本
琱環史唾	游潛	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
裁纂類函	黃叔琳	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
貴州通志	王明清	宋	商務印書館民國二十五年《叢書集成初編》影印本
晴川蟹録	韓則愈	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
景迂生集	徐象梅	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
黑韃事略	周宏道	元	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
掌中宇宙	鄂爾泰　靖道謨等	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
無錫縣志	孫之騄	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
飲膳正要	晁説之	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
飲食須知	彭大雅	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
飲食紳言	盧翰	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
備忘小抄	佚名	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
粵西叢載	忽思慧	元	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
粵西瑣記	賈銘	元	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
粵西偶記	皆春居士（龍遵）	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
陸祚蕃	文谷	後蜀	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
焦竑	汪森	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
焦竑	沈日霖	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
焦竑	陸祚蕃	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
焦竑	焦竑	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
焦竑	焦竑	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
焦竑	焦竑	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
焦竑	焦竑	明	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
焦竑	焦竑

循陔纂聞　周廣業　清
觚賸續編　鈕琇　清
筠廊偶筆　宋犖　清
湛園札記　姜宸英　清
湧幢小品　朱國禎　明
游宦紀聞　張世南　宋
游宦餘談　朱孟震　明
湖廣通志　邁柱等　清
湖山雜詠　王緯　清
湟中雜記　佚名　清
尊白堂集　虞儔　宋
富山遺稿　方夔　元
鼇書札記　朱亦棟　清
鼇書考索　章如愚　宋
幾亭外書　陳龍正　明
雲煙過眼録　周密　宋
雲間據目鈔　范濂　明
塔子溝紀略　哈達清格　清
援鶉堂筆記　姚範　清
晴川後蟹録　孫之騄　清
晴川續蟹録　孫之騄　清
黑龍江外記　西清　清
黑龍江述略　徐宗亮　清
紫桃軒雜綴　李日華　明
紫桃軒又綴　李日華　明
紫山大全集　胡祇遹　元
欽定康濟録　陸曾禹　清
欽定續通典　嵇璜　曹仁虎等　清
湛然居士集　耶律楚材　元
湖山懷古集　陳時　清

上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
中華書局一九八一年點校本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本

湖南方物志　清　黃本驥　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
道園學古録　元　虞集　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
費隱與知録　清　鄭復光　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
經鉏堂雜志　宋　倪思　遼寧教育出版社二〇〇一年點校本
萬曆錢塘縣志　明　聶心湯　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
博學彙書初編　明　來集之　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
植物名實圖考　清　吳其濬　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
程氏續考古編　宋　程大昌　遼寧教育出版社二〇〇〇年點校本
焦氏筆乘續集　明　焦竑　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
御定淵鑑類函　清　張英等　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
御定駢字類編　清　蔣廷錫　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
傅與礪詩文集　元　傅若金　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
番社采風圖考　清　六十七　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
飯有十二合説　清　張英　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
道光蘭州府志　清　陳士楨　涂鴻儀　北京古籍出版社一九八七年點校本
欽定日下舊聞考　清　于敏中等　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
無事為福齋隨筆　清　韓泰華　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
雲林堂飲食製度集　元　倪瓚　成文出版社有限公司《中國地方志集成》影印本
集千家註杜工部詩集　唐　杜甫　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
高楚芳編　元　高楚芳　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本

十三畫

路史　宋　羅泌　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
農丹　清　張標　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
農書　元　王楨　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
農書　明　沈□　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
農書　清　張履祥補撰　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
蟹略　清　張履祥　上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
鼠璞　宋　高似孫　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
稗編　宋　戴埴　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
　　明　唐順之

滇繫　清　師範　新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
滇略　明　謝肇淛　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
詩笑　明　池上餐華生　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
夢粱録　宋　吴自牧　中國商業出版社一九八二年點校本
暇日記　宋　劉跂　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
愚慮録　清　陳偉　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
蛾術編　清　王鳴盛　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
跨鼇集　宋　李新　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
疊山集　宋　謝枋得　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
會稽志　宋　施宿　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
筠谿集　宋　李彌遜　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
筠軒集　宋　司馬光　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
傳家集　元　唐元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
滇遊記　清　陳鼎　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
滄螺集　明　孫作　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
澈水誌　宋　常棠　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
話腴補　宋　陳郁　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
誠齋集　宋　楊萬里　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
詩集傳　宋　朱熹　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
新安志　宋　羅願等　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
新唐書　宋　歐陽修　宋祁　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
資暇集　唐　李匡乂　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
辟寒部　明　陳繼儒　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
群碎録　明　陳繼儒　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
閩部疏　明　王世懋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
閩小記　清　周亮工　中華書局一九七五年點校本
鄢署雜鈔　清　汪為熹　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
榆巢雜識　清　趙遵路　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》説郛續影印本
楓窗小牘　宋　袁褧　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
楚南小記　清　吴省蘭　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

蓬窗日録	陳全之	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
蓬隴夜話	李日華	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛
瑟榭叢談	沈濤	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
蓉槎蠡説	程哲	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
蓋平縣志	駱雲	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
壽世秘典	丁其譽	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
楊公筆録	楊彦齡	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
夢溪筆談	沈括	宋	文物出版社一九七五年影印本
楚峒志略	吴省蘭	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
農田餘話	長谷真逸	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
農桑輯要	司農司	元	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
農政全書	徐光啓	明	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印
農候雜占	梁章鉅	清	上海古籍出版社一九七九年校注本
蜀都碎事	陳祥裔	清	臺灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》
蜀中廣記	曹學佺	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影
暘谷漫録	洪巽	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
傳講雜記	吕希哲	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
會稽續志	張淏	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
稗史彙編	王圻	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
獅山掌録	吴之俊	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
鳳城瑣録	博明希哲	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
滇黔紀遊	陳鼎	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
滇行紀程	許纘曾	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
滇南新語	張泓	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
溪蠻叢笑	朱輔	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
詩寫類函	俞安期彙纂	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
詩話總龜	阮閱	宋	台灣商務印書館一九八三年文淵閣《四庫全書》影
資治通鑑	司馬光	宋	中華書局一九五六年點校本
塞外雜識	胡三省注 馮一鵬	元 清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》

新五代史　歐陽修　宋　北京中華書局一九七四年點校本
新豐酒法　林洪　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
新門散記　羅以智　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
福建通志　郝玉麟　謝道承　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
福壽全書　陳繼儒　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
靖康稗史　確庵　耐庵　宋　中華書局一九八八年崔文印箋證本
羣居解頤　高懌　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
羣物奇制　周履靖　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
羣書拾補　盧文弨　清　上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本
羣書拾唾　張九韶　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
羣書考索　章如愚　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
朱亦棟　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
王世貞　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
朱駿聲　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
洪頤煊　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
馮琦　馮瑗　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
茅元儀　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
佚名　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
楊億　宋　上海古籍出版社一九九三年李裕民輯校本
王辠　宋　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
王仁俊　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
曹學佺　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
王十朋　宋　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
李德裕　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
檀萃　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
程公許　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
宋伯魯　清　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
徐時棟　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
張大復　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
屠本畯　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

楊園先生全集　清　張履祥　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
農桑衣食撮要　元　魯明善　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
詹氏性理小辨　明　詹景鳳　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
詩傳名物集覽　清　陳大章　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
詩話總龜後集　宋　阮閱　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
新嘉坡風土記　清　李鍾玉　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
新刻何氏類鎔　明　何三畏　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
新刻詩學事類　明　李攀龍　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
新編醉翁談録　宋　金撰之　遼寧教育出版社一九九八年點校本
新纂事詞類奇　明　徐常吉　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
福建鹺政全書　明　周昌晉　北京圖書館出版社二〇〇〇年《北京圖書館古籍珍本叢刊》影印本
靖康緗素雜記　宋　黄朝英　上海古籍出版社一九八六年點校本
羣書類編故事　元　王瑩　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
羣書考索後集　宋　章如愚　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
群書集事淵海　明　佚名　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
經濟類考約編　清　顧九錫　北京出版社二〇〇五年《四庫毀禁書叢刊》影印本
經濟佚文子編　清　王仁俊　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
閩中荔枝通譜　明　鄧慶寀　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
煙霞小説十三種　明　佚名（一説陳其力）　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
蜀都碎事藝文補遺　明　陳祥裔　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
新釋地理備考全書　清　瑪吉士　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
誠齋四六發遣膏馥　宋　楊萬里　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
新刻徐比部燕山叢録　明　周公恕輯　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
新鐫古今事物原始全書　明　徐炬　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
群書考索古今事文玉屑　明　徐昌祚　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
新編事文類聚翰墨全書後戊集　宋　劉應李　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
新編事文類聚翰墨全書後乙集　宋　劉應李　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

十四畫

墅談　明　胡侍　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

賑略　清　吳元煒
賑記　清　那彥成
管子　齊　管仲
廣志　晉　郭義恭
漢書　漢　班固
說蹟　明　余懋學
說原　明　穆希文
說儲　明　陳禹謨
說類　明　葉向高　林茂槐
說略　明　顧起元
說蠻　清　檀萃
說郛　明　陶宗儀
疑耀　明　張萱
熬波圖　元　陳椿
爾雅註　宋　鄭樵
爾雅翼　宋　羅願
對問編　明　江應曉
虞初志　明　湯顯祖
鄱陽集　宋　彭汝礪
節孝集　宋　徐積
說郛續　明　陶珽
演繁露　宋　程大昌
演山集　宋　黃裳
澄懷録　元　袁桷
澄懷録　宋　周密
澗泉集　宋　韓淲
端明集　宋　蔡襄
廣陵集　宋　王令
廣州記　晉　顧微
廣菌譜　明　潘之恆

北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯
北京古籍出版社二〇〇四年《中國荒政全書》第二輯
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
中華書局一九六二年點校本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本

賓退録	趙與時	宋	上海古籍出版社一九八三年點校本
閩風集	舒岳祥	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
碧湖雜記	蔡宋之	宋	上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
爾雅注疏	郭璞註	晉	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
熙朝樂事	邢昺疏	宋	台灣新文豐出版公司《叢書集成新編》影印本
穀山筆塵	陸德明音義	唐	上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本
嘉祐雜誌	田汝成	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
嘉蓮燕語	于慎行	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
臺灣紀略	江休復	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
臺灣隨筆	佚名	不詳	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
臺游日記	徐懷祖	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
壽世秘典	林謙光	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
蔣氏日録	蔣師轍	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
舊京遺事	丁其譽	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
歲時廣記	蔣穎叔	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
歲時雜記	張江裁	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
蜨階外史	陳元靚	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
對制談經	佚名	清	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
虞初續志	吕原明(吕希哲)	宋	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
管子補注	杜溼	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
管城碩記	鄭醒愚	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
遯齋偶筆	劉績	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
黎岐紀聞	徐文清(徐渭)	明	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
漫遊紀略(一名瓠園集)	徐崑	清	台灣新文豐出版公司一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
説文解字	張慶長	清	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
説文繫傳	王澐(王勝時)	清	台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成三編》影印本
廣雅疏證	許愼	漢	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
	徐鉉增釋	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
	許鍇	南唐	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
	王念孫	清	台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成續編》影印本
			台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
			中華書局一九八五年點校本

廣事類賦　宋　齊民要術　北魏　賈思勰　上海書店一九八九年《四部叢刊初編》影印本
廣西通志　清　齊東野語　宋　周密　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
廣東通志　清　寧遠州志　清　馬昌奕等　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
廣博物志　明　寧古塔志　清　方拱乾　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
廣寧縣志　清　閱耕餘録　清　張所望　台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成新編》影印本
齊民要術　北魏　賈思勰　隨隱漫録　宋　陳世崇　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
華希閔　清　隨園瑣記　清　袁祖志　台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成三編》影印本
金鉷　清　隨園隨筆　清　袁枚　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
郝玉麟等　清　隨園食單　清　袁枚　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
董斯張　明　隨手雜録　清　王鞏　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
項惠　范動等　清　臺海使槎録　宋　黄叔璥　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
賈思勰　北魏　嘉泰吴興志　宋　談鑰　中華書局一九九〇年《宋元方志叢刊》影印本
華希閔　清　滿洲源流考　清　阿桂　于敏中　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
金鉷　清　演繁露續集　宋　程大昌　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
郝玉麟等　清　寧古塔紀略　清　吴振臣　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
董斯張　明　廣修辭指南　明　陳與郊　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
項惠　范動等　清　維西見聞記　清　余慶遠　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
賈思勰　北魏　翠微南征録　宋　華岳　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
嘉靖寧夏新志　明　胡汝礪等　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
嘉靖仁和縣志　明　沈朝宣　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
壽親養老新書　宋　陳直　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
鄧峰真隱漫録　宋　鄒鉉續　元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
滬城歲事衢歌　清　史浩　宋　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
張春華　清　張春華　清

寧波府簡要志　明　黃潤玉　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
說文通訓定聲　漢　朱駿聲　武漢古籍出版社一九八三年點校本
慶湖遺老詩集　宋　賀鑄　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
閱微草堂筆記　清　紀昀　上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本

十五畫

遼史　元　脫脫等　中華書局一九七四年點校本
駢雅　明　朱謀㙔　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
論衡　漢　王充　中華書局一九八五年點校本
談苑　宋　孔平仲　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
緯略　宋　高似孫　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
緬述　清　彭崧毓　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
編珠　隋　杜公瞻　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
編珠　清　高士奇　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
蔬食譜　宋　陳達叟　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
橫塘集　宋　許景衡　臺灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
橫浦集　宋　張九成　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
輟耕錄　明　陶宗儀　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
輟耕錄述　明　陳全之　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
熱河志　清　佚名　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
鄴中記　晉　陸翽　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
劇談錄　唐　康駢　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
遺山集　金　元好問　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
墨餘錄　清　毛祥麟　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
銷夏部　漢　王符　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
盤山志　清　蘇軾　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
稼圃集　宋　蔣博　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
獨異志　唐　李冗　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
潛夫論　漢　王符　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
調謔編　宋　蘇軾　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
談藪補　宋　龐元英　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

諸蕃志　宋　趙汝适　中華書局一九九六年校釋本
談書録　清　汪師韓　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
養小録　清　顧仲　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》本
樂軒集　宋　陳藻　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
駢語雕龍　明　游日章　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
駢字馮霄　明　徐應秋　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
蕉軒隨録　清　方濬師　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
蕉軒續録　清　方濬師　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
醉翁談录　宋　金盈之　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
栲齋漫録　明　許有昌　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
遼陽州志　清　楊鑣　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》本
甌江逸志　清　勞大與　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》本
穀山筆塵　明　于慎行　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
墨客揮犀　宋　彭乘　中华书局二〇〇二年點校本
墨莊漫録　宋　張邦基　中華書局二〇〇二年點校本
儀禮注疏　漢　鄭玄注　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
鮑明遠集　南朝宋　鮑照　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
盤洲文集　宋　洪适　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
餘冬序録　明　何孟春　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
劍南詩稿　宋　陸游　上海古籍出版社二〇〇五年錢仲聯校注本
劉氏鴻書　明　劉仲達　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
劉氏類山　明　劉胤昌　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
澈水新誌　清　方溶　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
澈誌補録　清　程煦元　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
澳門記略　清　印光任　張汝霖　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
諸子褒異　明　汪定國　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
課業餘談　清　陶煒　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
論語正義　清　劉寶楠　中華書局一九八二年點校本

論語注疏　何晏集解　魏　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
養生雜纂　陸德明音義　唐　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
養生月覽　周守忠　宋　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
養疴漫筆　周守忠　宋　台灣新文豐出版公司《叢書集成新編》影印本
養吾齋集　趙湛　宋　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
畿輔通志　劉將孫　元　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
履園叢話　李衛　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
避暑録話　錢泳　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
影梅菴憶語　葉夢得　宋　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
劉賓客文集　冒襄　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
劉子威雜俎　劉禹錫　唐　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
澠水燕談録　劉鳳　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
潘子真詩話　王闢之　宋　中華書局一九八一年點校本
漢魏遺書鈔　潘子真（潘淳）　宋　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
養吉齋叢録　王謨　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
履巉巖本草　吳振棫　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
歐陽行周文集　王介　宋　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
撫郡農産攷略　歐陽詹　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
穀城山館詩集　何剛德　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
增定雅俗稽言　于慎行　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
增修埤雅廣要　張存紳　明　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
養生類要後集　陸佃　宋　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
劉賓客嘉話録　牛衷增輯　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
廣陽雜記　吳正倫　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

十六畫

橘録　韋絢　唐　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
橘譜　諸匡鼎　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
黔類　郭子章　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

黔書　清　田雯　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
黔記　清　李宗昉　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
黔語　清　吳振棫　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
督記　清　梁玉繩　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
學林　宋　王觀國　中華書局一九八八年點校本
膳餘　明　劉胤昌　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
塵史　宋　王得臣　上海古籍出版社一九八六年點校本
翰林志　唐　李肇　上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
樹藝篇　元　胡古愚　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
醒園録　清　李化楠　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
静修集　元　劉因　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
霏雪録　元　鎦績　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
戰國策　漢　高誘注　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
黔游記　清　田雯　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
學易集　宋　王炎曾等　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
膳夫録　唐　鄭望之　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
錢塘集　宋　韋驤　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
錦縣志　清　劉跋　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
龜谿集　宋　陳鼎　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
糖霜譜　宋　王灼　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
龍川集　宋　沈與求　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
龍城録　唐　柳宗元　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
龍雲集　宋　劉弇　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
緣督集　宋　曾丰　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
橘山四六　南宋　李廷忠　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
歷代詩話　明　孫雲翼注　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
燕居功課　清　吳景旭　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
燕臺筆録　明　安世鳳　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
項維貞　清　項維貞　上海古籍出版社一九七八年校點本

翰墨叢記	滕康	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
樵香小記	何琇	清	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
嘯亭雜録	昭槤	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
盧溪文集	王庭珪	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
黔中雜記	黄元治	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
冀越筆記	熊太古	元	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
雕丘雜録	梁清遠	清	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
儒函數類	汪宗姬	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
錦州府志	劉源溥　孫成	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
獨醒雜志	曾敏行	宋	上海古籍出版社一九八六年點校本
錢塘遺事	劉一清	元	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
學圃雜疏	王世懋	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
學齋佔畢	史繩武	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
蓬窗隨録	沈兆澐	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
蓬窗附録	沈兆澐	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
蓬窗續録	沈兆澐	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
潞公文集	文彦博	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
龍沙紀略	方式濟	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成新編》
龍龕手鑑	僧行均	遼	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
龍城札記	盧文弨	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
辨物小志	陳絳	明	台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》
營田輯要	黄輔辰	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
禪寄筆談	陳師	明	齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
避暑録話	葉夢得	宋	台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
醒世一斑録	鄭光祖	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
静娱亭筆記	張培仁	清	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
燕翼詒謀録	王栐	宋	中華書局一九八一年點校本
燕京歲時記	富察敦崇	清	北京古籍出版社一九八一年點校本
黔苗竹枝詞	舒位	清	台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》
膳夫經手録	楊曄	唐	上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本

龍井見聞録　清　汪孟鋗　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
龍筋鳳髓判　唐　張鷟　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
燕在閣知新録　清　王棠　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
静齋至正直記　元　孔齊　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
静虚齋惜陰録　明　顧應祥　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
歷代制度詳説　宋　吕祖謙　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
歷代名臣奏議　明　楊士奇　黄淮　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
醒世一斑録雜述　清　鄭光祖　上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本
錦繡萬花谷前集　宋　佚名　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
錦繡萬花谷後集　宋　佚名　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
曉讀書齋雜録二録　清　洪亮吉　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本

十七畫

臆乘　宋　楊伯嵓　商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
魏書　北齊　魏收　北京中華書局一九七四年標點本
鴻苞　明　屠隆　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
舊唐書　後晉　劉昫　中華書局一九七五年點校本
翼學編　明　朱應奎　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
藏一話腴　宋　陳郁　上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
霞外雜俎　明　鐵腳道人　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
霞外攟屑　明　平步青　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
霞外麈談　清　周應治　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
檢蠹隨筆　明　楊宗吾　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
舊五代史　宋　薛居正　中華書局一九七六年點校本
舊京遺事　清　張江裁　台灣新文豐出版公司一九九九年《叢書集成三編》影印本
臨川文集　宋　王安石　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
冀越集記　元　熊太古　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
螺江日記　清　張文檒　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
嶺表録異　唐　劉恂　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
嶺外代答　宋　周去非　中華書局一九九九年校注本
嶺南雜記　清　吴震方　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

簡莊疏記　清　陳鱣　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
鍾山札記　清　盧文弨　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
魏公譚訓　宋　蘇頌　中華書局一九八八年點校本
禮經會元　宋　葉時　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
應菴隨録　明　羅鶴　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
甕牖餘談　清　王韜　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
甕牖閒評　宋　袁文　上海古籍出版社一九八五年點校本
牆東類稿　元　陸文圭　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
臨海異物志　時代不詳　佚名　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
嶺南風物記　清　吳綺　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
嶺南荔枝譜　清　吳應逵　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
魏王花木志　北魏　佚名（一説元欣）　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》説郛影印本
鴛鴦湖櫂歌　清　朱彝尊　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
濯纓亭筆記　明　戴冠　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
谿上遺聞別録　清　尹元煒　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
鴻洲先生野志　明　徐三重　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

十八畫

騷苑　明　黄省曾　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
蟲薈　清　方旭　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
觴政　明　袁宏道　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
瀋故　清　楊同桂　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
藝菊志　清　陸廷燦　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
蟫精雋　明　徐伯齡　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
雞肋集　宋　晁補之　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
雞肋編　宋　莊綽　中華書局一九八三年點校本
歸潛志　金　劉祁　中華書局一九八三年點校本
歸田録　宋　歐陽修　中華書局一九八一年點校本
藏一話腴　宋　陳郁　上海商務印書館民國十六年涵芬樓説郛本
藤陰雜記　清　戴璐　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
藝文類聚　唐　歐陽詢　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

職方外記　艾儒略　泰西　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
歸田瑣記　梁章鉅　清　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
雙薇園集　丁有煜　清　北京出版社二〇〇五年《四庫禁燬書叢刊書補編》影印本
證類本草　唐愼微　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
顏氏家訓　顏子推　北齊　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
顏山雜記　孫廷銓　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
雜誌輯補　江休復　宋　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
瓊州雜事詩　程秉釗　清　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
懶鶴居士遺稿　季步驎　清　北京出版社二〇〇五年《四庫毀禁叢刊補編》影印本
藝林彙考飲食篇　沈自南　清　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

十九畫

蟹譜　傅肱　宋　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
蟹略　高似孫　宋　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛影印本
識餘　惠康野叟　明　台灣新文豐出版公司一九九七年《叢書集成三編》影印本
類篇　司馬光　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
類説　曾慥　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
類隽　鄭若庸　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
繹史　馬驌　清　中華書局二〇〇七年整理本
麴本草　田錫　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
彊識畧　吳楚材　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
嫩真子　馬永卿　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
蘇學士集　蘇舜欽　宋　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
蘇氏演義　蘇鶚　唐　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
蘭葉筆存　馬驌　清　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
警語類抄　釋本以　明　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
盧山紀事　程達　明　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
羅岕茶記　桑喬　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》説郛續影印本
簷曝雜記　熊明遇　明　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
鐙窗叢録　趙翼　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
瀛涯勝覽　吳翌鳳　清　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
馬歡　明　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

瀛壖雜志　清　王韜　台灣新文豐出版公司　一九九七年《叢書集成三編》影印本
類書纂要　清　周魯　齊魯書社　一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
隴蜀餘聞　清　王士禎　台灣新文豐出版公司　一九八五年《叢書集成新編》影印本
蘇魏公文集　宋　蘇頌　中華書局　一九八八年點校本
蘇平仲文集　明　蘇伯衡　台灣商務印書館　一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
瀛涯勝覽集　明　張昇　台灣新文豐出版公司　一九八五年《叢書集成新編》影印本
瀟湘聽雨録　清　江昱　齊魯書社　一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
蘭雪堂古事苑定本　明　鄧志謨　齊魯書社　一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

二十畫

饌史　佚名　台灣新文豐出版公司　一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
釋名　劉熙　台灣商務印書館　一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
譯語　岷峨山人　台灣新文豐出版公司　一九八五年《叢書集成新編》影印本
寶訓　郝懿行　上海古籍出版社《續修四庫全書》影印本
麗句集　許之吉　齊魯書社　一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
鶡冠子　陸佃　台灣商務印書館　一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
灌園集　吕南公　台灣商務印書館　一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
醴泉筆録　江休復　台灣新文豐出版公司　一九八五年《叢書集成新編》影印本
嶓政全書　周昌晉　上海古籍出版社　二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
鐵圍山叢談　蔡絛　中華書局　一九八三年點校本
覺非盦筆記　顧堃　上海古籍出版社　二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
灌園草木識　陳正學　上海古籍出版社　二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
寶晉英光集　米芾　台灣商務印書館　一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
寶慶四明志　羅濬　台灣新文豐出版公司　一九九七年《叢書集成三編》影印本
寶慶會稽續志　張淏　中華書局　一九九〇年《宋元方志叢刊》影印本
寶前兩溪志略　吳玉樹　台灣新文豐出版公司　一九八九年《叢書集成續編》影印本
寶子紀聞類編　清　寶文照　齊魯書社　一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

二十一畫

露書　明　姚旅　齊魯書社　一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
鐵菴集　宋　方大琮　台灣商務印書館　一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
鶴山集　宋　魏了翁　台灣商務印書館　一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本

續編珠　清　高士奇　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續方言　清　杭世駿　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續家訓　宋　董正功　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
續茶經　清　陸廷燦　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續盤譜　清　褚人穫　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
續黔書　清　張澍　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本
灘江雜記　清　金武祥　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
鶴林玉露　宋　羅大經　中華書局一九八三年點校本
續博物志　宋　李石　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續古今攷　元　方回　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續軒渠集　元　洪希文　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
攝生衆妙方　明　張時徹　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
鐵崖古樂府　元　楊維楨　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續東河櫂歌　清　丁丙　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續北山酒經　宋　李保　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續墨客揮犀　宋　彭乘　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
續文獻通考　清　嵇璜等　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
續文獻通考　明　王圻　台灣新文豐出版公司一九八八九年《叢書集成續編》影印本
續聞見近録　宋　王鞏　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本
續資治通鑑長編　宋　李燾　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本

二十二畫

鑫勺編　清　凌揚藻　中華書局一九七九年點校本
鑫海集　明　王逢　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
儼山外集　明　陸深　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
儼山續集　明　陸深　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
讀書脞録　清　孫志祖　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
讀書雜録　清　王念孫　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
讀書雜志　清　王念孫　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
讀書雜釋　清　徐鼒　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
讀書攷定　明　程良孺　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

蘿摩亭札记　清　喬松年　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
聽雨樓隨筆　清　王培荀　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
讀書紀數略　清　宮夢仁　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
聽園西疆雜述詩　清　蕭雄　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

二十三畫

欒城集　宋　蘇轍　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
欒城後集　宋　蘇轍　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
欒城第三集　宋　蘇轍　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
蠶采館清課　明　費元禄　齊魯書社一九九五年《四庫全書存目叢書》影印本

二十四畫

靈巖集　唐　唐士恥　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
鹽鐵論　漢　桓寬　中華書局一九九二年《新編諸子集成》第一輯王利器校注本
鹽政志　明　朱廷立　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本
鹽法考略　明　丘濬　台灣新文豐出版公司一九八五年《叢書集成新編》影印本

二十五畫以上

蠻書　唐　樊綽　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
瀼陽録　朝鮮　柳得恭　台灣新文豐出版公司一九八九年《叢書集成續編》影印本
闢茶記　宋　唐庚　台灣商務印書館一九八六年文淵閣《四庫全書》影印本
鬱岡齋筆麈　明　王肯堂　上海古籍出版社二〇〇二年《續修四庫全書》影印本