

齊民要術卷第八

後魏高陽太守賈思勰撰

黃衣黃蒸及藥子第六十八

常滿鹽花鹽第六十九

作醬等法第七十

作醋等法第七十一

作豉等法第七十二

八和齋第七十三

作鮓等法第七十四

作脯腊等法第七十五

作羹臠第七十六

作蒸雉第七十七

臠腊煎消第七十八

焄綠等法第七十九

黃衣黃蒸及藥第六十八

黃衣一名參鬚

作黃衣法

六月月中取小麥淨淘訖於甕中以水浸之令醋漉出熟蒸之梃箔上敷席置甕於上攤令厚二寸許預前一日刈亂葉薄無亂葉者刈胡荽擇去雜草無令有水露氣候

麥冷以胡蓂覆之七月看黃衣色足便出曝之令乾去胡蓂而已慎勿陽飭齊人喜當風颺去黃衣此大謬凡有所造作用麥乾者皆仰其衣為勢今反颺去之作物必不善

作黃蒸法

令冷布置覆蓋成就一如麥乾法亦勿颺之處其所損

作藥法

二寸一日一度以水浸之芽生便止即散收令乾勿使餅餅成則不復任用此煮白餵

藥若煮黑餵即待芽生青成餅然後以刀割取乾之欲令餵如琥珀色者以大麥為其藥

孟子曰雖有天下易生之物一日曝之十日寒之未有能生者也

### 常滿鹽花鹽第六十九

造常滿鹽法

以不津鹽受十石者一口置庭中亭上以白鹽滿之以甘水泛之令上恆有浙水須用時挹取煎即成鹽還以甘水添之取一升添一升日曝之熱盛還即成鹽永

不窮盡風塵陰雨則蓋天晴爭還仰若黃

鹽鹹水者鹽汁則若是以必須白鹽甘水

造花鹽印鹽法

五月中旱時取水二斗以鹽一斗投水中令清盡又以鹽投之水鹹極則鹽不復清融易器淘治沙汰之澄去垢土瀉清汁於淨器中鹽甚白不虞常用又一

石還得八斗汁亦無多損好日無風塵時日中曝令成鹽浮即便是花鹽厚薄光澤似鍾乳久

不接取即成印鹽大如豆粒四方千百相似而成印輒沉澆取之花印一鹽白如珂雪其味又

美

### 作醬法第七十

十二月正月為上時二月為中時三月為下時用不津鹽

變津則壞植酢者亦不中用之置日中高處石上夏

無令水浸甕底以一鉗鐵一本作生縮鐵釘子皆藏殺用春種烏豆春豆粒小而均於大甕中

缸著甕底石下後雖有姊妹婦人食之醬亦不壞爛也晚豆粒大而雜於大甕中

燥蒸之氣餹半日許復貯出更裝之迴在上居下不多調均也氣餹周徧以灰覆之經宿無令

火絕

取乾牛屎圓累令中央空然之不烟勢類好炭者能蓄看豆黃色黑極熟乃下日曝取乾

多收常用作食既無灰塵又不失火勝於草遠矣

夜則取臘臨炊春去皮更裝入甑中。蒸令氣餹則下一日曝之。明旦起淨盆擇滿白春之而不

碎若不重細簸揀去碎者作熱湯於大盆中浸豆黃良久。淘汰按去黑皮。湯少則添慎勿易湯

醬不澆而蒸之。以供旋食大醬則不用汁一炊傾下置淨席上攤令極冷。預前日曝白鹽黃蒸

草蒿。居恤麥麴令極乾燥。鹽色黃者發醬若鹽若潤溼令醬壞黃蒸令醬亦美。蒿者發醬若鹽若潤溼令醬壞黃蒸令醬亦美。蒿者發醬若鹽若潤溼令醬壞黃蒸令醬亦美。

黃三斗。麴末一斗。黃蒸末一斗。白鹽五升。蒿子三指一撮。鹽少令醬酢後雖加鹽無復美味其

也。豆黃堆量不概鹽麴輕量平概三種量訖於盆中面向太歲和之。無蛆蟲也。攪令均調以手

痛按皆令潤徹亦面向太歲內者。攪中手按令堅以滿為限。半則難熟。盆蓋密泥無令漏氣熟

便開之。臘月五七日正月二月當縱橫裂周迴匝發徹底生衣悉貯出搗破塊兩甕分為三甕

日未出前汲井花水於盆中以燂鹽和之。率一石水用鹽三斗。澄取清汁。又取黃蒸於小盆內

減鹽汁浸之。接取黃滓。澆去滓合鹽汁瀉着甕中。率十石醬黃蒸三斗鹽水多少亦無仰甕口

曝之。謂曰姜裝葵日十日內每日數度以杷徹底攪之。十日後每日輒一攪三十日止雨即蓋

甕。無令入水。生蟲每經雨後輒須一攪。解後二十日堪食。然要百日始熟耳。

術曰。若為姪娘婦人壞醬者。取白葉棘子着甕中則要好。俗人用孝杖攪醬及乞人醬時以新

汲水一盞和而與之。令醬不壞。

肉醬法。牛羊羶鹿兔肉皆得作。取良殺新肉去脂細剉。陳肉乾者不任曬麴令燥。熟搗絹篩大

率肉一斗。麴末五升。白鹽二升。半黃蒸一升。曝乾熟搗盤上和令均調。內甕子中。有骨者和此

之骨多髓既肥膩醬亦然也泥封日曝寒月作之於黍穰積中二七日開看醬出無麴氣便熟矣買新殺雞

煮之令極爛肉銷盡去骨取汁待冷解醬雞汁亦得無用陳肉令醬膩無雞雖好酒解之還者日中

作卒成肉醬法牛羊麀鹿兔肉生魚皆得作細剉肉一斗好酒一斗麴末五升黃蒸末一升白

鹽一斗麴及黃蒸並曝乾絹袋唯一月三盤上調和令均搗使熟擊碎如棗大作浪中坎火燒

令赤去灰水澆以草厚蔽之令蚶中纔容醬瓶大釜中湯煮空瓶令極熱出乾掬肉內瓶中令

去瓶口三寸滿則近碗蓋瓶口熟泥密封內草中下土厚七八寸土薄火熾則令醬焦熟遲氣

便不復於上然乾牛糞火通夜勿絕明日用時醬出便熟若未熟者還覆臨食細切葱白著麻

油炒葱令熟以和肉醬甜美異常也

作魚醬法鱸魚鱖魚第一好鯉魚亦中去鱗淨洗拭令乾如膾法破破縷切之去骨太率成魚

一斗用黃衣三升一升全用二升作末白鹽二斤黃鹽乾薑一升末橘皮一合縷切和令調均內鹽子中

泥密封日曝勿令熟以好酒解之作魚醬肉醬皆以十二月作之則經夏無蟲餘月亦得作但

耳夏

乾鱖魚醬法一名刀魚六月七月取乾鱖魚盆中水浸置屋裏一日三度易水三日好淨澆洗

牛於槃中和令調均布置鹽子泥密封勿令

食經作麥醬法麥一石漬一宿炊卧之令生黃衣以水一石六斗鹽三升煮作

作榆子醬法治榆子仁一升搗末篩之清酒

又魚醬法

成二葉合和於瓶內封一日可食甚美

作蝦醬法

蝦一斗飯三升為糝鹽一升水五升和調日中曝之經春夏不敗

作燥脰法

羊肉二斤猪肉一斤合煮令熟細切之薑五片橘皮兩葉雞子十一枚生

生脰法

羊肉一斤猪肉白四兩豆醬清漬之

崔實曰正月可作諸醬肉醬清醬

四月立夏後鯛魚醬五月可為醬上旬鰯鰯切豆中更煮之

以碎豆作末都至六七月之交分以藏瓜可作魚醬

作鱖鮓法

昔漢武帝至夷至於海濱聞有香氣而不見物令人推求乃是漁父造魚腸於坑中以土覆之法香氣上達取而食之以為滋味遠更得此物因名之置魚腸醬也

取石首魚鮓魚鰓魚三種腸肚胞齊淨洗空著白鹽令小倍鹹內器中密封置日中夏二十日

春秋五十日冬百日乃好熟時下薑酢等

藏蟹法九月內取母蟹

母蟹臍大圓竟腹得則水中勿令傷損及死者一宿腹中淨吐黃則吐黃

好先煮薄糖

糖薄著活蟹於冷糖甕中一宿著薑湯和白鹽特須極鹹待令甕盛半汁取糖中

蟹內著鹽薑汁中便死

多則爛泥封二十日出之舉蟹臍著薑末還復臍如初內著柑甕中

百箇各一器以前鹽薑汁澆之令浸密封勿令漏氣便成矣特忌風裏則壞而不美也

又法直煮鹽薑湯甕盛詣河所得蟹則內鹽汁裏滿便泥封雖不及前味亦好值風如前法食

時下薑末調黃薑盛薑酢

作酢第七十一

酢者今

齊民要術八

三

歸葉山房

凡酢糞下皆須安礱石以離溼潤為姓娘婦人所壞者礱中乾土末淘著糞中即是好

作大酢法

七月七日取水之大率麥麴二斗勿揚簸水三斗粟米熟飯三斗攤令冷任糞大糞上一斗旦著并花水一碗七日且麥麴次下水次下飯直置物攪之以綿幕糞口扳刀橫

常置一瓢

以挹酢若用溼器內糞中則壞酢味也

秣米神酢法

七月七日作置糞於屋下大率麥麴一斗水一石秣米三斗無秣者粘黍米亦中

麵破勿令有塊

子二頓下糞更不重投又以水就糞裏搗破小塊痛攪令和如粥乃止以綿幕

口一七日一攪二七日一攪三七日亦二攪一月日極熟十石糞不過五斗澆得數年停久為

驗其淘米泔即瀉去勿令狗鼠咬得食貴添亦不得人咬

又法

亦以七月七日取水之大率麥麴一斗水三斗粟米熟飯二斗隨飯大小以向滿為度水及

之又三日復投一分

但綿幕糞口無機刀益水之事澆即加糞

又法

亦七月七日作大率麥麴一斗水九升粟針九升一時頓下亦向滿為限綿幕糞口三七

日熟前件二種酢例清沙澆多至十月終如壓酒法毛袋壓出則貯之其糞別糞水澄壓

取先食也

粟米麴作酢法

七月二日向末為上時八月四月亦得作大率笨麴末一斗并花水一石粟米

著盆中或烤棧中然後瀉飯著糞中瀉時直傾之勿以手撥飯水量麴末為著飯上慎勿攪

亦勿移動綿幕糞口三七日熟美醱少澆久停彌好凡酢末熟已熟而移糞者率多壞矣熟則

無忘接取清別糞著之

秣米醋法五月五日作以月七日熟入五月則多收粟米飯醋醬以撮和釀不用水也醬以極

不美唯再餾淘不用多遍初淘瀉汁為卻其第二淘泔即餾以浸醱令飲泔汁盡重裝作再餾飯下揮去熱氣令如人體於盆中和之擊去飯塊以麴拌之必令均調下醬醋更搗破令再餾

粥稠則醋冠稀則味薄內著糞中隨糞大小以滿為限七日間一日一度攪之七日以外十日一攪三十日止初置糞於北陰中風涼之處勿令見日時時泔冷水遍流糞外引去熱氣但勿

令生水甕中取十石甕不過五六斗  
糴耳接取清別甕貯之得停數年也

大麥酢法

七月七日作若七日不得作者必須收藏取七日水十五日作除此兩日則不成於  
屋裏近戶裏邊置甕大率小麥斂一石水三石大麥細造一日石不用作米則科麗是

以用造

甕訖淨淘炊作再餽飯彈令小煖如人體下釀以把攪之綿幕甕口二日便發時數攪  
不攪則生白醱則不好作再餽飯彈令小煖如人體下釀以把攪之綿幕甕口二日便發時數攪

淨淘粟米

五升亦不用過細炊作再餽飯亦極如人體投之把攪綿幕三四日看水消攪而嘗  
之味甘美則罷若若者更收三二升粟米投之以意斟量二七日可食三七日好熟香味馥

一盞醋和水

一碗乃可食之八月中接取清別甕貯之盆合泥頭得停數年未熟時一日三日  
須以冷水澆甕外引出熱氣勿令生水入甕中若用黍米投彌佳白倉粟米亦得

燒餅作酢法

亦七月七日大率麥斂一斗水三斗亦隨甕大小任人增加水斂亦當日頓下初  
作日軟澆數升麵作燒餅待冷下之經宿看餅漸消盡更作燒餅投凡四五度後

當味美沸定

便止有薄緣諸  
麵餅但是燒得者皆得投之

迴酒酢法

凡釀酒失所味醋者或初好後動味壓者皆宜迴作酢大率五斗米酒醅更著麵末  
一斗麥斂一斗并花水一石粟米飯二石攤令冷如人體投之把攪綿幕甕口每日

再度攪之

春下七日熟秋冬稍遲皆  
美香清澄後一月接取別器貯之

動酒酢法

春酒壓訖而動不中飲者皆可作酢大率酒一斗用水三斗合甕或置日中曝之兩  
則盆蓋之勿令水入晴還去盆七日後當臭衣生勿得怪也但停置勿移動攪挽之

數十日醋成

衣沈反  
更有美日久編佳

又方

大率酒兩石麥斂一斗粟米飯六斗少煖投  
之把攪綿幕甕口二七日熟美醱殊常矣

神酢法

要用七月七日合和甕須好蒸乾黃蒸一斛熟蒸三斛凡二物溫溫煖便和水多  
少要使相淹漬水多則酢薄不好甕中用經再宿三日便醱之如醱酒法壓訖澄清內

大甕中經三二日

甕然必以冷水澆之不爾酢壞其上有白醱浮接去之滿一月酢成可食初  
熟忌澆熱食犯之必壞酢若無黃蒸及麴者用麥斂一石粟米飯一斛合和之方與黃蒸同盛

置如前法

甕常以  
綿幕之不得蓋

作糟糠酢法

置甕於屋內春秋冬夏皆以糠  
用細則泥甕中問收者佳和糟糠必令均調勿令有塊先內荊葉竹於甕中然後

一

齊民要術

糟便止於羹外均平以手按之去饅口一尺許便止及冷水遠羹外均澆之候羹中水深淺半日冬二七日當酢極甜味無糟穢氣便熟矣猶小苦者是未熟更澆如初候好熟乃把取復中濃者別器盛更汲冷水澆淋味薄乃止淋法今當日即了糟任飼猪其初把高濃者夏得二

十日乃止冬得六十日後淋  
 澆者止得三五日供食也

酒糟酢法春酒糟則壓頭須糟亦中用然欲作酢者糟常溼者下壓糟極燥者酢味薄作法用石礮子棘部著切谷令破以水拌而蒸之熟便下揮去熟氣與糟相拌必令其均調

大率糟常居多和說臥於酢中宜冷水淋之春秋作者宜溫臥以旅茹羹湯淋之以意消息之

作糟酢法用春糟以水和粥破塊使厚薄如木壓須經三日壓取清水汁兩石許著熟栗米飯四斗投之盆覆密泥二七日酢熟美驪得夏停之寶置屋下陰地之處

食經作大豆千歲苦酒法用大豆一斗熟洗之清令澤吹曝極燥以酒灌之任性多少以此為率

作小豆千歲苦酒法上酒生小豆六斗水法則發中黍米作餽覆豆上酒三石灌之綿幕覆口二十日苦酢成

作小麥苦酒法小麥三斗炊令熟者棚中以布密封其口七日

水苦酒法取麴粗米各二斗清水一石漬之一宿沸取汁滋米麴飯令熟極熱投發中取青米汁隨發邊稍淋二斗清之勿使麴發飯起土張邊間中央板蓋其上居十二日便醋

新成苦酒法取黍米一斗水五升麴發飯一斤燒令黃槌破著發底以熟好泥二日便醋已當經試五醋亦不美以粟米一斗投之二七日後清澄美釀與大醋不殊也

烏梅苦酒法烏梅去核一升許肉以五斤苦酒漬數日曝乾搗作屑欲食輒投水中即成醋耳

蜜苦酒法水一石蜜一斗攪使調和密蓋

外國苦酒法蜜一斤水二合封著器中以與少胡蓼子著中以辟得不生

崔氏曰四月可作酢五月五日亦可作酢

作豉第七十二

作政法先作煖陰屋坎地漢三二尺屋必以草蓋瓦則不佳密泥塞屋牖勿令風及嘉畝入也

時餘月亦皆得作然冬夏大寒大熱極難調適大都在四月五月為上時七月二七日後八月為中

則以四孟月十日後作者易成而好大率常欲令溫如人腋下為佳若等不調寧傷冷不傷熱

秋冬夏皆不須煖則臭敗矣三間屋得作百石豆二十石為一聚常作者番次相續常有熱氣者

煖難得所故須以十石為率用陳豆蘗好新豆尚溼生熟難均故也乃煖屋大釜煮之一中舒如

飼生豆招較便止傷熱則豆爛漉著淨地揮之冬宜小煖夏須極冷乃為心堆屋中聚至一日再

入以手刺豆堆中候看如人腋下煖還作尖堆勿令婆院取堆裏冷豆為心堆屋中聚至一日再

乃至於盡冷者自熱居外煖還作尖堆勿令婆院取堆裏冷豆為心堆屋中聚至一日再

頭若熱湯人車輪厚二尺許乃止復以手候煖則凡翻翻訖以把平豆漸薄厚一尺五

寸許第三翻一尺便開戶三日再入三日便內外均煖悉著白衣或為初定從此以後稀生黃衣復

揮具令厚三寸便開戶三日再入三日便內外均煖悉著白衣或為初定從此以後稀生黃衣復

刻法必令置豆若黃地即便關矣構編以把構豆常令厚二寸間日構之厚豆即須微薄

尤須以意斟量之簸訖以大甕盛之半甕水內豆著甕中以把急秤之使淨若初煮豆傷熱者

急手以淨則澆出若初煮豆著甕中以把急秤之使淨若初煮豆傷熱者

淨是以正須手甕於甕中今半甕水內豆著甕中以把急秤之使淨若初煮豆傷熱者

甕中格掩席覆之以免傷底厚三二尺許以蘗席蔽甕委著席上先多收谷藏於此以脚躡豆令堅實

內豆盡掩席覆之以免傷底厚三二尺許以蘗席蔽甕委著席上先多收谷藏於此以脚躡豆令堅實

日便熟過此往則傷底厚三二尺許以蘗席蔽甕委著席上先多收谷藏於此以脚躡豆令堅實

者豆熟過此往則傷底厚三二尺許以蘗席蔽甕委著席上先多收谷藏於此以脚躡豆令堅實

如泥猪狗亦不食其傷冷者雖運復煖或味亦惡是以又須留意冷煖宜適難於調酒如冬月

初作者先須以谷藏燒地令熱勿焦乃淨掃內豆於甕屋中則令湯澆黍糲淨須於陰屋之中

堆每翻火令早煖不爾則寒矣春秋量其寒煖熱冷亦宜覆之每人出皆還謹密閉戶勿令

內然火令早煖不爾則寒矣春秋量其寒煖熱冷亦宜覆之每人出皆還謹密閉戶勿令

泄其火令早煖不爾則寒矣春秋量其寒煖熱冷亦宜覆之每人出皆還謹密閉戶勿令

之氣也

食經作鼓法常夏五月至八月是時月也率一石豆熟漂之漬一宿明日出蒸之手捻豆破則

可使敷冷地地惡者亦可席上敷之厚二寸許豆須通冷以青茅覆之亦厚二寸

百子全書

齊民要術八

五 掃葉山房

許三日視之要須通得黃為可出茅又薄澤之以手指畫之作耕壘一日再三如此三日作此  
可止更著煮豆取濃汁并林米女麴五升鹽五升合此鼓中以豆汁灑漫之令調以手搏令汁  
出指間以此為度畢內餅中若不滿餅以燒桑葉滿之勿押乃密泥之此中庭二十七  
出排令燥更蒸之時煮桑葉汁浸一宿且炊之與炊米同若作一石豆熟取生茅臥之如作

作家理食鼓法女麴形多少精擇豆浸一宿且炊之與炊米同若作一石豆熟取生茅臥之如作

指歧間出為佳以著鑿器中掘地作培令足容鑿器燒培中令

熱內鑿著培中以桑葉蓋鼓上厚三寸許以物蓋如此三遍成

作麥鼓法以月八月中作之餘月則不佳預治小麥細磨為麴以水拌之而蒸氣饒好熟乃下

潤之要蒸氣饒極熟乃下揮去熱氣及煖內糞中盛蓋於養糞中煨之二七日色黑氣香味便

熟搏之餅如神麴形乃繩穿為貫屋裏懸之紙袋盛籠以防青蠅塵垢之干用時全餅着湯中

勝豆鼓打破湯浸前去皮拍還舉一餅得數遍煮用熱香美乃

### 八和齋初稿第七十三

蒜一薑二橘三白梅四熟栗黃五稷米飯六鹽七醬八齋白欲重不則傾動起塵底欲平寬而

圓底尖擣不著以檀木為齋白稷米硬而杵頭大小與杵底相安可杵頭着處廣者省手力杵

長四尺以上八寸圓之平立急春之春動則筆臭久則易人壽齋宜久熟不可倉卒立

春蒜淨剝搗去強根不去則苦嘗經度水者宜以魚眼湯沸礬合半許半生生薑前以冷水和之

生布絨去苦汁可以香魚美無生薑用乾橘皮新者直用陳者以湯洗去塵垢無橘皮可用草

姜五升齋用生薑一兩乾姜減半兩耳橘皮新者直用陳者以湯洗去塵垢無橘皮可用草

准此為度薑橘取其香白梅作白梅法在梅右篇用時合熟栗黃誘曰金齋王膳橘皮多則不

味氣不須多多則味苦稷米飯齋用八枚足矣熟栗黃誘曰金齋王膳橘皮多則不

美味甜五升齋用十枚栗用黃稷米飯齋用金須濃故訣云倍着齋蒜多則辣故加先擣白梅

軟者硬黑者即不中使用也稷米飯齋用金須濃故訣云倍着齋蒜多則辣故加先擣白梅

薑橘皮為末貯出之次擣栗飯使熟以漸下生蒜蒜頭難熟故宜以漸春令熟次下沛蒜齋熟

下鹽復春令沫之起然後下白梅薑橘和復春令相得下醋解之白梅薑橘不先搗則不熟不  
是以熟乃下之醋必須好惡則齋苦大醋經年臘者先以水調和令得所然右件法止為膾  
後下之慎勿著生水於中令齋辣而苦純著大醋不與水調醋復不得美也  
齋耳餘即薄作不求濃膾魚肉裏長一尺者第一好大則皮厚肉硬不任食止可作鮓魚耳切  
膾人雖訖亦不得洗手洗手則膾溼要待食罷然後洗也洗手則膾溼物有自然相壓蓋  
亦燒燒殺之流其理難彰矣

食經曰冬日橘蒜齋夏日白梅蒜齋肉膾不用梅

作芥子醬法

先曝芥子令乾溼則用不密也淨淘沙研令極熟多作者可確搗下絹篩然後水  
和更研之地今悉著盆合著掃帚上少時殺其苦氣多停則冷無復辛味矣不停

則大平苦傳作圓子大如李成餅子任在人意即下美酢解之  
囊沉之於美替中須取食其為齋者初殺即下美酢解之

食經作芥醬法

熟搗芥子細篩取屑者囊裏蟹眼湯洗之盡去上清後洗之如此三過而去其  
苦微火上攪之少煨覆甌房上以灰圍甌邊一宿則成以薄酢蓋厚薄任意

崔寔曰八月取韭青作搗齋

### 作魚鮓第七十四

凡作鮓春秋為時冬夏不佳寒時難熟熱則非鹹不成鹹取新鯉魚唯大為佳瘦魚彌勝肥  
者雖美而不耐久肉長尺

半已上皮膚堅硬不任去鱗訖則復無味兼生蛆宜作口鮓也厚五分皆使齋別有皮過熟傷齋不  
為膾者皆堪為鮓也

成佳食之始可嚼近骨上生腥不堪食常三分收一耳齋小則均熟寸數者大半言齋亦不可  
要者骨宜方斬其肉厚處薄收皮肉薄處小復厚取肉齋別斬過皆使有皮不宜令有無皮齋

也手擲著盆水中浸洗去血齋訖漉出更於清水中淨洗漉著盤中以白鹽散之盛著籠中平

板石上迺去水

世名逐水鹽水不盡令酢水盡炙一半當鹹淡空下浸則更以鹽和綠鹹則炊杭米

飯為糝

飯欲剛不宜并茱萸橘皮好酒於盆中合和之攪令糝著魚乃佳茱萸全用橘皮細切  
弱弱則爛

得用酒辟諸邪惡令鮮美而速熟布魚於囊中一行魚一行糝以滿為限腹腴居上肥則不能大率一斗鮮用酒半并惡酒不用食故魚上多與糝以竹筒交橫帖上八重乃止無弱菰蘆葉並可削竹插囊子口內交橫絡之也無竹用著屋中著日中大邊者患臭而不亦漿出傾卻白漿出味酸便熟食時手摩刀切則腥劑也作裏鮓法鱖魚洗訖則鹽和糝十瓣為糝以荷葉裏之唯厚為佳穿破則虫入不須須水浸鎮近之畢三日便熟名曰曝鮓荷葉別有一種香奇相發起香氣又勝凡鮓有菜葉橘皮則用無亦無嫌也

食經作蒲鮓法取鯉魚二尺以上削盡治之用米三合鹽二合醃一宿厚與糝

作魚鮓法前法更洗淨魚與飯裏不用鹽也

作長沙蒲鮓法治大魚洗令淨厚鹽令魚不四五宿洗去鹽放白飯清令見水中鹽飯攪清多飯無苦

作夏月魚鮓法鹽一斗鹽一升八合精米三升炊作飯酒二合橘皮薑半合菜葉二十顆仰著器中多少以此為率

作乾魚鮓法尤宜春夏取好乾魚若爛者不中截卻頭尾煖湯淨洗去鱗訖復以冷水浸一宿一易水數日肉起漉出方四寸斬炊粳米飯為糝嘗鹹淡得所取生菜葉布囊子底少取

生菜葉蘆葉無蘆葉乾弱葉亦得和飯取香而已不必多多則苦一重魚一重飯飯倍多且熟手按令堅實荷葉閉口無荷葉取

特精旺之尤美也泥封勿令漏氣置日中春秋一月夏二十日便熟久而彌好酒食俱入酥塗火炙

作猪肉鮓法用肥猪肉淨爛治訖剔去骨作條廣五寸三分易水煮之令熟為佳勿令大爛熟

出待乾切如鮓鱗片之皆令帶皮炊粳米飯為糝以菜葉子白鹽調和布置一如魚鮓法倍多

今早泥封置日中。一月熟。蒜齏薑鮓。任意所便。肝之尤美矣。

### 脯腊第七十五

作五味脯法。正月二月九月十月為佳。用牛羊麀鹿野豕豬肉。或作條。或作片。罷凡欲肉皆須順理不用斜

各自別槌牛羊骨令碎。熟者取汁。掠去浮沫。停之使清。取香美豉。別以冷水淘去塵穢。用骨汁煮豉。色足

味調。漉去滓。待下鹽適口而已勿使過鹹。細切葱白。搗令熟。椒薑橘皮皆末之。量多少以浸脯。手揉令片脯

三宿。則出條脯。須嘗看味。徹乃出。皆細繩穿於屋北簷下。陰乾。條脯浥浥時。數以手搦令堅實。

脯成。置虛靜庫中。若烟氣紙袋籠而懸之。置於簾則鬱浥。若臘月中作條者。名曰瘠脯。堪度夏

每取時。先取其肥者。肥者膩不耐久

作度夏白脯法。臘月作最佳。正月二月三月亦得作之。用牛羊麀鹿肉之精者。肥不耐久破作片。罷冷水浸。搦去血水

清。乃止。以冷水淘白鹽。停取清水。下椒末。浸再宿。出陰乾。浥浥時。以木棒輕打。令堅實。僅使堅實而已

慎勿令碎肉出。瘦死牛羊及羔犢。彌精小。羔子全浸之。先用暖湯淨洗無復腥氣。乃浸之。

作甜肥脯法。臘月取麀鹿肉片厚薄如手掌。直陰乾下著鹽。脫如凌雪也。

作鯉魚脯法。一名鯿魚也。十一月初至十二月末。作鹹湯。令極鹹。多下薑椒末。灌魚口。以滿為度。竹

杖穿眼十箇。一貫口向上。於屋北簷下懸之。經冬令瘠。至二月三月。魚成。生剉取五臟。酸醋浸。

食之。雋美。乃勝逐夷。其魚草裹泥封。塘灰中煨。刀之去泥草。以皮布裹之。而槌之。白如珂雪。

味又絕倫。過飯下酒。極是珍美也。

五味脯法

初作用鵝雁雞鴨鵠雉兔鴿鷄生魚皆得作乃淨治去腥竅及翠上脂瓶

也全浸勿四破別煮牛羊骨肉取汁牛羊料得不須並用浸豉和調一同五味脯法浸四五日嘗味微便

出置箔上陰乾火炙熟鵠亦名豚鰾亦名豚魚鰾雞雉鷄三物去腥藏物開臍

作肥脯法臘月初作任為五味脯者皆中作唯魚不中耳白湯熟煮掠去浮沫欲去釜時尤須急火急則易燥置箔上

陰乾之甜脆殊常

作浥魚法

四時皆得作之凡生魚悉中用唯除鮎鱧上奴嫌反耳去直腮破腹作鮎淨疎洗不須鱗夏

月時須多著鹽春秋及冬調適而巳亦須倚鹹兩兩相合冬直積置以席覆之夏須甕盛泥封

勿令蠅蛆蠅須蠶底數孔板引肉紅赤色便熟食時洗卻鹽煮熟炮任意美於常魚作鮎醬燒去腥汁盡還塞煎悉得

### 羹臠法第七十六

食經作羊子酸臠法猪羊肉各一斤水一斗煮令熟成治羊子一升別蒸之葱白一升著肉中

合煮使熟粳米三合鹽一合豉汁一升苦酒五合口調其味生薑十兩得臠一斗

作鴨臠法用小鴨六頭羊肉二斤大鴨五頭葱三升羊二十株橘皮三葉木蘭五寸生薑十兩

豉汁五合米一升口調其味得臠一斗先以八升酒煮鴨也

作鼈臠法鼈具完全煮去甲藏羊肉一斤葱三升豉五合粳米半合薑五兩木蘭一寸酒二升

煮鼈鹽苦酒口調其味也

作猪蹄酸羹一斛法猪蹄三具煮令爛擘去大骨乃下葱頭豉汁苦酒鹽口調其味舊法用錫

六斤。今除也。

作羊蹄臠法。羊蹄七具。羊肉十五斤。葱三升。豉汁五升。米一升。口調其味。生薑十兩。橘皮三葉。作兔臠法。兔一頭。斷大如棗。水二升。酒一升。木蘭五分。葱三升。米一合。鹽豉苦酒。口調其味也。作酸羹法。用羊腸二具。錫六觔。瓠葉六觔。葱頭二升。小蒜三升。麵三斤。豉汁生薑橘皮。口調之。作胡羹法。用羊脇六斤。又肉四斤。水四升。煮出脇切之。葱頭一斤。胡荽一兩。安石榴汁數合。口調其味。

作胡麻羹法。用胡麻一斗。搗煮令熟。研取汁三升。葱頭二升。米二合。煮火上。葱頭米熟。得二升半在。

作瓠羹法。用瓠葉五斤。羊肉三斤。葱二升。鹽蟻五合。口調其味。

作雞羹法。雞一頭。解骨肉相離。切肉瑤骨。煮使熟。漉去骨。以葱頭二升。棗三十枚。合煮羹一斗五升。

作筍箬鴨羹法。肥鴨一隻。淨治如糝羹法。箬亦如此。箬四升。洗令極淨。鹽盡。別水煮數沸。出之。更洗。小蒜白及葱白頭汁等下之。令沸便熟也。

肺臠蘇本法。羊肺一具。煮令熟細切。別作羊肉臠。以粳米二合。生煮之。

作羊盤腸雌斛法。取羊血五升。去中脉麻跡裂之。細切羊胛肪二升。細切薑一觔。橘皮三葉。椒末一合。豆醬一升。豉汁五合。麵一升五合。和米一升。作糝。都和合。更以水三升。澆之。解大腸淘。

也。復以白酒一過洗腸中。屈申以和灌腸。屈長五寸煮之。視血不出便熟。寸切以苦酒醬食之。

羊節解法。羊肫一枚以水雜生米三升。葱一虎口煮之。令羊熟。取肥鴨肉一斤。羊肉一斤。豬肉半斤。合剉作臠。下蜜令甜。以同熟羊肫投臠裏。便煮得兩沸。便熟。治羊合皮如豬狔法善矣。

羌煮法。好鹿頭純煮令熟。著水中洗。治作臠。如兩指大。豬肉琢作臠。下葱白長二寸一虎口細切。口及橘皮各半合。椒少許。下苦酒鹽豉適口。一鹿頭用二斤豬肉作臠。

食膾魚蓴羹。蓴羹為第一。四月蓴生莖而未葉。名作雉尾蓴。第一作肥蓴。葉舒長足。名曰絲蓴。五月六月用絲蓴。入七月盡九月十月內不中食。蓴有蝸蟲著故也。蟲甚細微。與蓴一體。不可識別。食之損人。十月水凍蟲死。蓴還可食。從十月盡至三月皆食。環蓴。環蓴者。根上頭絲蓴下。及絲蓴既死。上有根。形似珊瑚。一寸許肥滑。處任用。深取即苦澀。凡絲蓴陂池積水色黃肥好。直淨洗則用。野取色青。須別鑑中熱湯暫焯之。然後用。不焯則苦澀。絲蓴環蓴悉長用不切。魚蓴等並冷水下。若無蓴者。春中可用蕪菁莢。秋夏可畦種苡。苡蕪菁葉冬用。薺菜以苢之。蕪菁等宜待沸。掠去上沫。然後下之。皆少著不用多。多則失羹味。乾蕪菁無味。不中用。豉汁於別鑑中湯煮一沸。漉出滓澄而用之。勿以杓掘。掘則羹濁。過不清。煮豉但作新琥珀色而已。勿令過黑。黑則醯苦。唯蓴苢而不得著葱薑。及米糝。菹醋等。蓴尤不宜鹹。羹熟即下清冷水。大率羹一斗用水一升。多則加之。益羹清雋甜美。下菜豉鹽悉不得攪。攪則魚蓴碎。令羹濁而

不能好。

食經曰。蓴羹魚長二寸。唯蓴不切。鯉魚冷水入蓴。白魚冷水入蓴。沸入魚。與鹹豉。又云。魚長三寸。廣二寸半。又云。蓴細擇以湯沙之中。破破鯉魚。邪截令薄。准廣二寸橫盡也。魚半體熟。煮三沸。渾下蓴與豉汁漬鹽。

醋菹鵝鴨羹。方寸准熬之。與豉汁米汁。細切醋菹與之下鹽。半莫下醋與菹汁。

菰菌魚羹。魚方寸准。菌湯沙中出劈。先煮菌令沸下魚。又云。先下與魚。菰菜蓴葱豉。又云。洗不沙肥肉亦可用。半莫之。

苟思丑。蓴反。古可。魚羹。蓴湯清令釋細擘。先煮蓴令沸下魚。鹽豉半莫之。

鯉魚臠。用極大者。一尺已下不合用。湯鱗治邪截臠。葉方寸半。准豉汁與魚俱下水中。與研米汁煮熟。與鹽薑橘皮椒末酒。鯉濕故須米汁也。鯉魚臠用大者。鱗治方寸厚五分。和煮如鯉臠。與全米糝。煮時去米粒。半莫若過米莫。不合法也。

臉臠上力減反。用豬腸。經湯出三寸斷之。決破切細。熬與水沸下豉清破米汁。葱薑椒胡芹小蒜芥並細切。鍛下鹽醋蒜子細切。將血莫與之。早與血則變。大可增米莫。

鯉魚湯。肉用大鯉。一尺已上不合用。淨鱗治。及霍葉斜截為方寸半。厚二寸。豉汁與魚俱下水中。與白米糝煮熟。與鹽薑糊橘皮屑。米半莫時。分令有糝。

鮓臠湯。鮓徐廉反。去腹中淨洗中解五寸斷之。煮沸令變色。出方寸分。准熬之。與豉清研汁。煮令