



二如亭群芳譜亨部目錄

第三冊



蔬譜二

柔滑十一種
清涼十八種

附錄五種
附錄三種

菠菜

白菜

附黃芽菜

春不老

同蒿

附蔓蒿

茵陳蒿

山藥

甘藷

生菜

附蒿苣

恭菜

薤菜

莧菜

馬齒莧

莢莢菜

以上柔滑類

黃瓜

稍瓜

菜瓜

絲瓜

冬瓜

附波羅蜜

南瓜

葫蘆

瓠子

茄子

附緬茄

蠶豆

豇豆

附黎豆

菹豆

刀豆

甘露子

藜

薺

苦菜

蕨

薇

藿

灰藿

以上清涼類

辭苑彙編二目錄

二如亭群芳譜蔬部卷之二

濟南

王象晉

纂輯

松江

陳繼儒

虞山

毛鳳苞

全輯

寧波

姚元台

濟南

男王與朋
孫士瞻曾孫

諡次

蔬譜二

一名菠薐 一名波斯草 一名赤根菜 一名

鸚鵡菜出西域頗陵國今訛爲菠薐蓋頗陵
之轉聲也莖柔脆中空葉綠膩柔厚直出一
尖傍出兩尖似鼓子花葉之狀而稍長大根
長數寸大如桔梗色赤味甘美四月起莖尺
許開碎白花有雌雄雌者結實有刺狀如蒺
藜葉與根味甘冷滑無毒利五臟通腸胃熱
開胸膈下氣調中止渴潤燥解酒毒服丹石
人最宜麻油炒食甚美北人以爲常食春月

出臺嫩而且美春暮臺漸老沸湯晾過曬乾
備用甚佳可久食誠四時可用之菜也南人
食魚稻多食則冷大小腸忌與魷魚同食發
霍亂

○種植

正二月內將子水浸二三日候脹撈出
控乾盆覆地上俟芽出擇肥鬆地作畦

于每月末旬下種勤澆灌可逐旋食用秋社
後二十日種者至將霜時馬糞培之以避霜
雪十月內沃以水備冬蔬此菜必過月朔乃
生卽晦日下種與十餘日前種者同出亦一
異也春種多蟲
不如秋種者佳

○療治

消渴飲水日至石許者菠薐菜根雞內金等分爲末米飲服一錢日三

大腸澀

滯及病痔人常食菠薐菜自然通利

○典故

太宗時尼波羅國獻菠薐菜類紅藍實如蒺藜火熟之能益食味

唐會要

○麗藻詩五言

金鑊因形製臨畦發永歎時危思顯佩楚客莫紉蘭

劉屏山

七言

北方苦寒今正酷雪底菠薐如鐵甲

蘇東坡

白菜

一名菘諸菜中最堪常食有二種一種莖

圓厚微青一種莖扁薄而白葉皆淡青白色

子如蓂臺子而灰黑八月種二月開黃花四

瓣如芥花三月結角亦如芥燕趙淮揚所種者最肥大而厚一本有重十餘斤者南方者畦內過冬北方多入窖內味甘溫無毒利腸胃除胸煩解酒渴利大小便和中止嗽冬汁尤佳夏至前菘菜食發皮膚風痒動氣發病

○種植

五月上旬撒子用灰糞蓋糞水頻澆密則芟之六月中旬可食



○附錄黃芽菜

白菜別種葉莖俱扁葉綠莖白惟心帶微黃以初吐有黃色故名黃芽燕京圃人以馬糞攪培不見風

日苗葉皆嫩黃色脆美無滓佳品也春不

老 一名八斤菜葉似白菜而大
甚脆嫩四時可種醃食甚美

○製用

糟菜法先將隔年壓過酒糟未出小酒
者罈封每一斤鹽四兩拌勻好肥箭幹

白菜洗淨去葉搭陰處晾乾水氣每菜二斤
糟一斤一層菜一層糟隔日一翻騰待熟挽

定入罈上澆糟菜水汁取用味美 醃菜法

白菜揀肥者去心洗淨一百斤用鹽五斤一

層菜一層鹽石壓兩日可用 又白菜一百

斤曬乾抖搜去土先用鹽二斤醃三四日就

滿內洗淨每柯窩起純用鹽三斤入罈內可

長久 又法白菜削去根及黃老葉洗淨控

乾每菜十斤鹽十兩用甘草數莖放在潔淨

甕盛將鹽撒入菜丫內排頓甕中入時蘿少

許以手實捺至半甕再入甘草數莖候滿甕
用石壓定三日後將菜倒過拘出滿水于乾

淨器內另放忌生水却將滷水澆菜內候七日依前法再倒用新汲水滄浸仍用磚石壓之其菜味美香脆若至春間食不盡者于沸湯淖過曬乾收貯夏間將菜溫水浸過壓水盡出香油勻拌以磁碗盛頓飯上蒸之其味尤美

農桑撮要

黑醃蘆白菜如法醃透取出掛于桁上曬極乾上甑蒸熟再曬乾收之

極耐久藏夏月以此蘆和肉炒可以久留不臭甑不便者徑以水煮蘆曬乾亦可但不如蒸者佳芥菜同乾菜大科蘆菜芥菜洗淨畧曬沸湯內燂五六分熟曬乾用鹽醬蔣蘿茴香花椒陳皮砂糖同煮熟曬乾再蒸少時菜蘆大蔴菜叢採十字劈裂菜蕈取緊小者破作兩半同向日中曬去水脚二件薄切作方片如錢眼子大入淨罐中以馬芹茴香雜酒醋水等令得所調淨鹽澆之隨手舉確

撼觸五七十次密蓋罐口置竈上溫處仍日
一次如前法撼觸三日後可供菜色青白間
錯鮮潔
可愛

○療治

小兒遊赤行于上下至心卽死白菜搗
敷之卽止 漆瘡方同上 飛絲人目

白菜揉爛帕包滴汁入目卽出 酒醉不醒
白菜子二合細研井花水一盞調爲二服

○典故

後漢崔瑗愛士好賓客盛修餽膳殫極
滋味不問餘產居常食菜羹而已 范

宣挑菜傷指大啼曰身體髮膚不敢毀傷故
啼 **統文類聚** 桓溫性儉每燕唯下七奠拌

菜果而已 吳隱之爲廣州清操愈勵常食

不過菜及乾魚 齊江泌性仁孝食菜不食

心以有生意惟食其老葉焉 汪信民常言

人常咬得菜根則百事可做胡康侯聞之擊

節嘆賞

聞見錄

○麗藻散語

春初早韭秋

詩五言

周郎愛晚菘
對客素稱賞

今晨喜荐新小嚼冰霜響

劉夢

耕地桑

柘間地肥菜嘗熟爲問葵藿資何如廟堂肉

適高

七言

桑下春蔬綠滿畦菘心青嫩芥臺肥
畦頭洗擇店頭賣日暮裹鹽沽酒歸

撥雪挑來蹋地菘味如蜜藕更肥濃朱門

肉食無風味只作尋常菜把供

范

菜

把青青間藥苗豉香鹽白自烹調須臾徹案

呼茶碗盤箸何曾覺寂寥老農飯粟出躬

畔捫腹何殊享大烹吳地四時常足菜一番

過後一番生引水何妨薤芥菘圃功自古

補三農恨君不見岷山芋藏蓄猶堪過歲凶

萬里蕭條酒一杯夢魂猶自度卬隈可憐

龍鶴山中菜不伴我眉楫脯來野菜野蕪

山蔬次第嘗超然氣壓大官羊放翁此意君

知否要配吳粳曉餽香野菜昏昏霧雨暗

衡茅兒女隨宜治酒殽便覺此身如在蜀一

盤籠餅足畹巢巢菜俱陸放翁雨過寒聲

滿背蓬如今真是荷鋤翁可憐遇事常遲鈍

九月區區種晚菰放翁菰南山疇昔從諸

父雨甲烟苗手自鋤三徑就荒歸計拙溷煩

僚友送園

蔬黃魯直

同蒿莖肥葉綠有刻缺微似白蒿甘脆滑膩四

月起莖高二尺餘開花深黃色狀如單瓣菊

花一花結子近百易繁茂以佐日用最爲佳