

S1-61
1

二如亭群芳譜

蔬譜小序



穀以養民菜以佐穀兩者蓋並重焉菜名曰蔬所以調臟腑通氣血蔬壅滯也壅滯既疏腠理以密可以長久是以養生家重之不寧惟是縱天之水旱不時五穀不登苟菜茹足以療飢亦可使小民免流離捐瘠之苦樹藝之法安可不講也第爲民上者使民以菜茹療飢三年九年

之蓄謂何真西山有云百姓不可一日有此色
士大夫不可一日不知此味鶴林玉露云百姓
之有此色正緣士大夫不知此味旨哉言也作

蔬譜

濟南王象晉蓋臣甫題



二如亭群芳譜

蔬譜首簡

老圃賦

佃音類

嗟余生之刺乖甘佃密而卽疏痛虺隤其倦游
羸盤薄乎閑居老旣怯於山橋窮莫備乎澤車
坐玩相牛之經閒抄種樹之書五十步兮野圃
數十伍兮破廬一禿翁以自樂群癡兒而共鉏
氷解寒祛霏開日舒濯濯我哇瀏瀏我渠穉甲

鴛音如

麴音皮

鴛音灰

怒長鮮莢蔚扶涉熟成趣驩然忘劬翁放鉏顧
兒而言曰汝亦知夫世有遇不遇之蔬乎鴛釀
施蓼麴醢侑菹菽蒲羞鼈食瓜薦魚芥醬且哉
葱漑且胸烈有桂椒滑有董榆已多乎庖犧氏
之初而況翠織屠蘇紅殷醴醢淋漓觴竿轟歷
鍾竽猩唇豹胎之鼎素醜紫駝之厨始饒涎其
趨新中便腹而厭餘於是葷臊望風而引却芳
辛候色而應須擷翠茗于崑丘掇瑤穎乎方壺

蔗漿盛夏而凍合萍蘞祁寒而暖敷行以白玉
奉之綠珠五侯鯖兮遜美天酥隋兮失腴此其
遇合不啻初識之機雲晚見之嚴徐也若乃岩
壑棲遲竹屋槿籬尊擅場乎秋風韭爭長于春
畦菘生而河豚上橙熟而蟹螯肥指雖動而莫
酬腹不負其幾希已而凌寒採薇近陽刈葵祛
萱背堂瞻芹問湄鏡黃獨之雪苗筐白薤之露
蕤茗蘼蕪以滌煩醪枸杞而補羸冷淘煮兮褫

藍音藍
髮音伍
落音池

苗餽飽製兮藟滋泫膏矧兮電突飲糞火兮蹲
鴟酣糟紫薑之芽沐醯青橘之絲雲蒸嬰米之
乳電燿儔床之糜輪菌鸞鴨之瓠鬱屈龍蛇之
芝娑娑熊蟠之菘鬢髮虬髯之落鱗孕子兮櫻
魚籠解裙兮樹雞竹競紉兮稚子蕨初拳兮小
兒以至太華之藕黃河之菇婆羅之波稜大宛
之苜蓿南越之鹿角江東之崑蹄與夫蜀之雞
蘇龍鶴珥脯加皮名品紛綸色光陸離性異溫

涼氣分王衰
毫擇加精調
和得宜香聞
艷心味
適解頤有舉
案之接敬無
轆金之見欺
芬芬苾
苾雜陳並馳
可以甦文園
之渴可以療
首陽之
飢彼其石芥
老而愈勁苦
筍少而已奇
薄有拂
士之風菊抱
幽人之竒回
睨蔓菁隨地
而易形
暑預視人而
變姿曾不滿
乎一嗤矧肯
數乎惡
莖然是蔬也
進不榮于珥
貂鳴玉之齒
退不偕
乎重削胃脯
之資烟雲歎
薄乎夜讀之
吻風露

簸蕩乎朝吟之脾與齊鉢兮爭道食方丈乎何
期兒拱而前其然豈然諸葛姓行元脩字傳玉
魯得決老而重銀茄爲涪翁而妍與其見賞于
肉食之鄙孰若託名于蔬茹之賢蓋窮患姱名
之不立而不患併日之食艱達患幼學之不行
而不患一筋之萬錢苟道義之信飽飯蔬食而
樂焉翁捧腹一笑長歌振林皎白駒之束芻毋

金玉兮爾音

圃神

清異錄

進士于則飯于野店傍有紫荊樹一株村人祀
爲紫相公則烹茶以一盃置其前夜夢紫衣人
來見曰予紫相公也主一方蔬菜之屬所隸有
天使職掌豐有辣判官職主儉皆嗜茶蚤蒙賜
飲可謂非常之惠因贈以詩則遂于其家蔬圃
祀之自是年年倍收

栽種

宜庚寅辛卯壬辰癸巳戊寅壬戌忌風旬日藏

秋社前逢庚至社後

菜七月內種寒露前後分栽栽時水澆待活以

已共十日為風旬日

清糞水頻澆遇西風及九焦日忌澆

便民圖纂

製用

時菜五七種擇去老者細長破之入湯審硬軟

作汁量淺深慎啓閉時檢察待其玉潔而芳香

則熱矣若欲食先煉雍州酥次下乾薑及鹽花

冬春用熟笋夏秋用生藕刀破令同既熟攪于

羹中極清美 羹蓋寸截連汁置潔器中煉胡

麻自然汁收之更入白鹽姜汁攪勻潑淡湯最

妙非齋素者加煉熟葱韭並佳

清異錄

蒸乾菜

三四月間揀好菜洗滌五六分熟晒乾以鹽醬

蔣椒沙糖橘皮同煮極熟又晒乾再蒸片時取

出貯于磁器用時以香油揉微入醋飯上蒸食

之 糟淹瓜茄韭菜韭花白菜 糟藏之法凡

糟菜先用鹽糟過十數日取起盡去舊糟淨拭

乾別用一項好糟此爲妙大抵花醪多因初糟
醋出宿水之故必換一次好糟方得全美久留

禁忌

大清外術

瓜兩鼻兩蒂食之殺人
堇黃花及赤芥殺人

三月勿食陳菹至夏生熱病發惡瘡
十月

食霜葉令人面無光婦人有娠食乾薑令胎內

消
簷下滴菜有毒
瓠牛踐苗則子細

菜異

花史

熙寧中李及之知潤州園中菜花盛開悉成蓮
花各有一佛坐花中形如雕刻曝乾依然

種頃刻菜法

用新雞首生子從頂中擊小竅去黃白納菜子
紙封固與雞伏七七一雞不能畢再與他雞伏
足其數播溼地播須臾菜出可用一法以菜子
在三伏中晒過須雜麻莖內心播之頃刻卽出
晒一年長一寸晒過三年卽長三寸若五年七

九種瓜瓠
皆用此法

年有五七寸

附錄

東坡云吾借王叅軍地種菜不及半畝而吾與
子過終年飽菜夜半飲醉無以解酒輒擷菜煮
之味含土膏氣飽霜露雖梁肉不能及也人生
須底物而乃更貪耶

二如亭群芳譜亨部目錄

第二冊

蔬譜小序

蔬譜首簡

老圃賦

洪舜俞

圃神

清異錄

栽種

製用

禁忌

菜異

種頃刻菜法

附錄東坡帖

蔬譜一

辛薰十二種

附錄十五種

薑

椒

附川椒

地椒

崖椒

胡椒

蔓椒

番椒

茴香

附八角茴香

蔣蘿