

中国烹饪古籍丛刊

葷園菜記
外集
飲食神言

(飲食部分)

中国烹饪古籍丛刊

菽园杂记(饮食部分)

[明]陆容 撰
王仁湘 注释

升庵外集(饮食部分)

[明] 杨慎 著
曹竑 编

饮食绅言(饮食部分)

[明]龙遵叙 撰
陈光文 注释

中国商业出版社



责任编辑：黄 琳

中国烹饪古籍丛刊
菽园杂记
升庵外集 饮食绅言

中国商业出版社出版
新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售
国防工业出版社印刷厂印刷

*

787×1092毫米 32开 7印张 110千字
1989年1月第1版 1989年1月北京第1次印刷

印数：1-3,000册 定价：3.25 元

ISBN 7-5044-0123-4/K·008



《中国烹饪古籍丛刊》出版说明

国务院一九八一年十二月十日发出的《关于恢复古籍整理出版规划小组的通知》中指出：古籍整理出版工作“对中华民族文化的继承和发扬，对青年进行传统文化教育，有极大的重要性。”根据这一精神，我们着手整理出版这部丛刊。

我国的烹饪技术，是一份至为珍贵的文化遗产。历代古籍中有大量饮食烹饪方面的著述，春秋战国以来，有名的食肇、食谱、食经、食疗经方、饮食史录、饮食掌故等著述不下百种；散见于各种丛书、类书及名家诗文集的材料，更是不胜枚举。为此，发掘、整理、取其精华，运用现代科学加以总结提高，使之更好地为人民生活服务，是很有意义的。

为了方便青年阅读，我们对原书加了一些注释，并把部分文言文译成了现代汉语。这些古籍难免杂有不合现代科学的东西，但是，为尽量保持原貌原意，译注时基本上未加改动；有的地方作了必要的说明，希望读者本着“取其精华，去其糟粕”的精神用以参考。编者水平有限，错误之处，请读者随时指正，以便修订。

中国商业出版社

本书简介

此书是由《菽园杂记》、《升庵外集》的饮食部分和《饮食绅言》合编而成。

《菽园杂记》为明代陆容所撰，共十五卷。这里选的是散见于全书各卷中有关饮食烹饪的部分，其中包括食品名称的考订、食物制备的方法、历史上有关饮食的传说、饮食具的考证、食疗偏方的介绍、各地特有的出产以及当时的饮食风尚等内容，许多都是作者亲身经历和亲眼所见，具有一定的参考价值。这个注本系由《墨海金壶（嘉庆本）》本选出。

《升庵外集》系明代杨慎著，曹竑编。这里注释的仅是《饮食部》一卷。此卷中收录了饮食品目 76 条，述及茶、酒、粮、肉、蔬菜、水产、调味品、奇特食品，以及饮食掌故轶事等诸方面，时限上溯商周，下迄明代；地域东至沿海，西极巴蜀，南达交趾（今越南境地），北抵大宛（今苏联中亚费尔干纳盆地），同时，对各种食品的产地品名、生产加工、烹制食用过程都作了简明的记叙，是研究中国古代烹饪的重要参考书。

《饮食绅言》由龙遵叙撰。作者生平不详。本书是明代陈继儒所辑刊的《宝颜堂秘笈》丛书中的一种，是明代一部分士大夫饮食思想的反映。书中论述了“识食”和“智识”的观点，指出了奢侈给社会风尚带来的恶劣影响和后果，很值得后人借鉴。这一部分是根据 1922 年上海文明书局石印本标点注释的。

总目

菽园杂记	(1)
升庵外集	(95)
饮食绅言	(183)

菽园杂记

(饮食部分)

[明] 陆容 撰

王仁湘 注释

目 录

卷一.....	(4)
卷二.....	(12)
卷三.....	(17)
卷四.....	(21)
卷五.....	(27)
卷六.....	(37)
卷七.....	(46)
卷八.....	(51)
卷九.....	(57)
卷十.....	(61)
卷十一.....	(63)
卷十二.....	(66)
卷十三.....	(75)
卷十四.....	(85)
卷十五.....	(91)

卷 一

朝廷每端午节，赐朝官饌糕糗于午门外①，酒数行②而出。文职大臣仍从驾幸后苑③，观武臣射柳④。事毕，皆出。上迎母后幸内沼⑤，看划龙船，炮声不绝。盖宣德⑥以来故事也。

译文

朝廷每逢端午节，都要在午门外设宴，赐粽子给朝官们吃，饮酒数巡即出宫去。文职大臣仍跟随皇帝到后苑，观看武臣作“射柳”之戏。完事之后，文武都散去。皇帝迎接母后观游于内沼，看龙船竞渡，炮声不绝于耳。这是宣宗以来才有的事情。

-
- ① 喫(chī吃)：同今吃字。古代吃食均写作喫，而“吃”专指口吃或形容笑声。 糗(zòng粽)：即粽，粽子，又叫角黍。
- ② 行(xíng形)：通巡，南音念巡为 xíng 而不为 xún。
- ③ 从驾：跟随皇帝。 幸：特指皇帝到某处。 后苑：皇族游乐狩猎的场所。
- ④ 射柳：古游戏名。折柳环插球场，军士驰马射之。见宋人程大昌撰《演繁露》。
- ⑤ 上：指皇帝。 内沼：供皇族游乐的湖池。
- ⑥ 宣德：明宣宗朱瞻基年号，共十年(公元1426—1436年)。

各镇戍镇守内官①，竞以所在土物②进奉，谓之孝顺。陕西③有木，实名温柎④，肉色似桃，而上下平正如柿。其气甚香，其味甚涩⑤。以蜜制之，岁为进贡。然终非佳味也。太监王敏镇守陕西时，始奏罢⑥之，省费⑦颇多。

译文

各镇戍负责镇守的宦官，都争相用所在地的土产向朝廷进贡，把这称作是孝顺。陕西有一种果木，果实名字叫温柎，果肉颜色如桃子，形状却是上下平正如同柿子。它的气味很香，味道很涩。用蜜泡制后，年年都作为贡品进献。不过，这终究不算是什么美味。一个叫王敏的太监镇守陕西时，才上奏罢免这种进贡，节省了相当多的费用。

① 内官：宦官。

② 土物：犹言土特产。

③ 陕西：地名，宋代所置十五路之一，辖境当今陕西和宁夏的秦岭以北和长城以南及附近地区。

④ 温柎(wēn pō 温坡)：落叶灌木或小乔木，果实有香气，味酸，可生食、制蜜饯及入药。

⑤ 涩(sè 色)：使舌部感觉麻木难受的滋味。

⑥ 罢：停止。

⑦ 省费：节省费用。

常熟^①知县郭南，上虞^②人。虞山出软栗^③，民有献南者。南亟命种者悉^④拔去。云：异日^⑤必有以此殃害常熟之民者。其为民远虑如此^⑥，因类记之^⑦。

译文

常熟知县郭南，是浙江上虞人。常熟县的虞山出产软栗，有的百姓曾把它进献给郭南，郭南急忙下令种软栗的人全都把树拔去，并说将来必定会因这种软栗而闹出祸害常熟人民的事来。他为百姓想得如此之远，同太监王敏的事迹相似，故此记在这里。

环庆^⑧之墟有盐池，产盐皆方块，如骰子^⑨。色莹然明彻^⑩。盖即所谓水晶盐也。池底又有盐根如石，

-
- ① 常熟：地名，当今江苏常熟境。
- ② 上虞：地名，当今浙江上虞境。
- ③ 虞山：在江苏常熟西北。 软栗：疑即软木栎，又称青杠碗，坚果可入药，有健胃、止痢、治痛疮之功。
- ④ 悉：全，尽。
- ⑤ 异日：将来。
- ⑥ 远虑如此：想得这样远。
- ⑦ 因类记之：因为相似而记录之。指郭南和王敏（见上文）为民之心同，所以把他们的事迹写在一起。
- ⑧ 环庆：地名，辖今甘肃东部和邻近的陕西部分地区，治所在庆州（今甘肃庆阳）。
- ⑨ 骰（tóu 投）子：旧时的一种赌具，一般叫“色（shǎi）子”。
- ⑩ 莹然明彻：光洁透明貌。

土人^①取之，规为盘盂^②。凡煮肉贮其中，抄匀皆有盐味。用之年久，则日渐销薄。甘肃^③、灵夏^④之地，有青、黄、红盐三种，皆生池中。

译文

环庆那个地方有盐池，出产的盐都是方块形，状如赌具骰子，颜色光洁透明，这就是所谓的水晶盐。盐池底下还有象石头一样的“盐根”，当地人凿取出来，做成盘盂形状。每把煮熟的肉存放在里面，拌匀后就都有了咸味。这种盘子使用时间一长，就一天比一天减薄了。甘肃和宁夏两地，生产有青盐、黄盐和红盐，三种盐都是产自盐池中。

陕西布政司^⑤，本唐宰相府。前堂屏宸^⑥后，有方石池，中刻波浪纹，云是宰相冰果之器^⑦。后堂簷下有一石池，中地稍高，四周有走水渠，云是宰相用以割羊。

① 土人：当地居民。

② 规为盘盂：做成盘盂模样。

③ 甘肃：明九边之一，地当今甘肃嘉峪关以东、黄河以西及青海西宁附近一带。

④ 灵夏：地名，疑即宁夏。

⑤ 布政司：地方行政区划名，明代宣德年后，全国的府、州、县分统于两京和十三布政司。

⑥ 屏宸(yī以)：屏风。

⑦ 冰果之器：冰水果的用具。

译文

陕西布政司所在的地方，原来是唐代宰相府旧址。前堂的屏风后面，有一个石砌的方形池子，里面雕刻着波浪纹，据说是当初宰相冰藏水果的用具。后堂廊檐下也有一个石池，池中间略高一些，四周还设有流水的沟槽，据说是宰相府用于宰羊的设施。

居庸关外抵宣府驿递官^①，皆百户为之。陕西环县以北抵宁夏亦然^②，盖其地无府、州、县故也。然居庸以北，水甘美，谷菜皆多。环县之北皆碱地^③，其水味苦，饮之或至泄利^④。驿官^⑤于冬月取雪实窖中化水，以供上官^⑥。寻常使官^⑦，罕能得也。

译文

居庸关外一直到宣府，驿站都是百户设一个，陕西环县以北到宁夏也是如此，这是因为两个地方都没有府、州、县治

-
- ① 驿(yì译)递官：即驿站，供传递公文的人或来往官员途中歇宿、换马的处所。
- ② 环县：地名，当今甘肃环县境。 宁夏：地名，泛指今宁夏银川一带。
- ③ 碱地：盐碱地。
- ④ 泄利：利，古同痢，腹泄之谓。
- ⑤ 驿官：管理驿站的官员。
- ⑥ 上官：高级官吏。
- ⑦ 使官：这里指传递公文的人员。

所。不过居庸关以北的水很甜美，而且粮食蔬菜都很丰盛。而环县北面都是盐碱地，那里的水味道也很苦，喝了以后严重的还会腹泄。驿站官员在冬天把雪运到地窖内化成水，准备给过往的高级官员使用。至于一般的使官，那是很少能用上这雪水的。

庆阳^①西北行二百五十里，为环县。县之城北枕^②山麓，周围三里许，编民^③余四百户，而城居者仅数十家。戍兵^④馱屋^④，闾巷不能容，至假^⑤学宫居之。其土沙瘠，其水味苦。乍饮之，病脾泄出。赵大夫沟^⑥者，味甘。然去城十余里，岁祀先师^⑦，则取酿酒，不可以给日用也^⑧。驿廩^⑨稍供稻米，盖买诸庆阳。粟一斗，得稻米一升^⑩。薪木则买诸开城^⑪。开城亦小邑，去环八十里，地有美薪，其愈环可知矣^⑫。

① 庆阳：地名，当今甘肃庆阳地。

② 枕：靠着。

③ 编民：编入户籍的平民。

④ 戍兵：守兵。 馱(jiù 就)屋：租赁房屋。

⑤ 假：借。

⑥ 赵大夫沟：赵大夫，人名，以人命名的河沟。

⑦ 岁祀：一年一度的祭奠。 先师：前学之师。指对先辈学人的一种礼拜仪式。

⑧ 言赵大夫沟的水用于酿酒尚可，但满足不了日常饮用的需要。

⑨ 驿廩(lǐn 凛)：即驿站的粮库。廩，粮仓。

⑩ 全句言以一斗粟换一升稻米。

⑪ 薪木：烧饭的柴草。 开城：地名，离环县八十里。

⑫ 其愈环可知矣：言开城胜过环县由此便可得知。

译文

由庆阳往西北方向走二百五十里，就是环县。环县县城北靠山边，方圆有三里上下，编入户籍的百姓只有四百户，而住在城里的仅数十家而已。守备的兵士要租赁房屋居住，城里根本没法容纳，只好借学宫居住。那里的土地贫瘠，水味很苦，开始喝了后病及脾脏以至腹泄。有一条叫赵大夫沟的水，味道是甜的，但离城有十多里。在祭祀先师时取那里的水来酿酒，但没法满足日常生活的需要。驿站粮库供应的稻米，都是从庆阳买来的，用小米一斗，只换得稻米一升。所烧的柴草则由开城买来，开城是一个小县镇，离环县八十里，那里有很好的木柴，它的胜过环县由此一端便可明了。

民间俗讳^①，各处有之，而吴中^②为甚。如舟行讳“住”、讳“翻”，以“箸”为“快儿”^③，幡布^④为抹布。讳“离”、“散”，以梨为“圆果”，伞为竖笠^⑤。讳“狼籍”^⑥，

① 俗讳：忌讳的习惯。

② 吴中：苏州等或吴郡的别称。

③ 箸(zhù 助)：即筷子。《礼记·曲礼上》：“饭黍勿以箸”。快儿：筷子。

④ 幡(fān 番)布：抹布。

⑤ 笠(lì 立)：遮阴挡雨的竹篾编帽子。

⑥ 狼籍：杂乱不堪。

以榔槌①为“兴哥”。讳“恼躁”，以“谢灶”②为“谢欢喜”。此皆俚俗③可笑处。今士大夫有犯俗称“快儿”者。

译文

民间避讳的风俗，各地都有，尤以吴中地区最为突出。例如行船忌讳说“住”和“翻”，所以把吃饭的箸称作“快儿”，把幡布叫作“抹布”。忌讳“离”、“散”，就把梨改名为“圆果”，而把伞呼作“竖笠”。忌讳“狼籍”，称榔槌为“兴哥”，忌讳“恼躁”，又把“谢灶”说成“谢欢喜”。这些都是地方风俗的可笑之处，现在士大夫中也少不了有俗气地把箸称为“快儿”的人。

① 榔槌：锤子。

② 谢灶：犹称辞灶、送灶。每年十二月二十三或二十四日，民间有祭灶神送灶王爷上天的风俗，见《日下旧闻考》、《东京梦华录》和《酉阳杂俎》诸书。

③ 俚俗：地方风俗习惯。

卷二

回回教门①，异于中国者，不供佛，不祭神，不拜尸②。所尊敬者惟一“天”字，天之外，最敬孔圣人③。故其言云：“僧言佛子在西空，道说蓬莱在海东。惟有孔门真实事，眼前无日不春风”。见中国人修斋设醮④，笑之。初生小儿先以熟羊脂⑤纳其口中，使不能吐咽，待消尽而后乳之，则其子有力，且无病。其俗善保养者，无他法，惟护外肾⑥，使不著⑦寒。见南人著夏布袴⑧者，甚以为非，恐凉其外肾也。云：夜卧当以手握之令暖，谓此乃生人生命之根本，不可不保护。此说最有理。

译文

回回教与中国的不同之处，在于不供佛像，不祭神祇，不

-
- ① 回回教门：我国对伊斯兰教的旧称。
 - ② 拜尸：对死者的礼拜仪式。回教只信仰唯一的“安拉”神，无其他鬼魂崇拜，所以“不拜尸”。
 - ③ 孔圣人：孔子。这里泛指儒教。
 - ④ 修斋设醮(jiào)：指信佛的人吃素和信道的人祭神。
 - ⑤ 熟羊脂：加工熟了的羊脂肪。
 - ⑥ 外肾：阴囊。
 - ⑦ 著(zhuó)：穿戴。
 - ⑧ 袴(kù)：裤子。