

中国烹饪古籍丛刊

居家必用事类全集

(饮食类)

(元) 无名氏 编

邱庞同 注释

中国商业出版社

本书简介

《居家必用事类全集》为元代无名氏编撰的一部家庭日用大全式的“通书”。

全书共十集，以十天干为序第。其内容丰富多彩：“训幼端蒙之法、孝亲敬长之仪、冠婚丧祭之礼、农圃占候之术、饮食肴饌之制、官箴吏学之条、摄生疗病之方，莫不毕具。信乎居家必用者也。”（明嘉靖本《居家必用事类全集》叙。）

该书已集、庚集均为“饮食类”。又分为“诸品茶”、“诸品汤”、“渴水”、“熟水类”、“浆水类”、“法制香药”、“果实类”、“酒曲类”、“造诸醋类”、“诸酱类”、“诸豉类”、“酝造腌藏日”、“蔬食”、“肉食”（其中又细分为“腌藏肉品”、“腌藏鱼品”、“造鲊品”、“烧肉品”、“煮肉品”、“肉下酒”、“肉灌肠红丝品”、“肉下饭品”、“肉羹食品”几部分）、“回回食品”、“女直食品”、“温面食品”、“干面食品”、“从食品”、“素食”、“煎酥乳酪品”、“造诸粉品”、“庖厨杂用”等三十多类。共约收录了四百多种饮料、调料、乳制品、蔬菜、荤菜、糕点、面食、素食的制法。特别值得重视的是，书中专门列有“回回食品”、“女直食品”两类，对我们研究当时的少数民族饮食是大有裨益的。

该书中的饮食在烹饪史上颇有影响。如在其后成书的《多能鄙事》、《饮饌服食笺》中，就转录了大量的《居家必用

事类全集》中的饮料、菜点面种。直至清代，该书中所收菜点仍然被一些菜谱所转引。

关于《居家必用事类全集》一书的成书年代和作者，学术界一直存在着争议。或以为是明人之作。但是，明代学者田汝成“疑元时人为之”，《四库全书总目提要》根据其书中有大德五年吴郡徐元瑞《吏学指南序》以及《永乐大典》曾多次引用该书内容，将其断为元人著作。我们认为这是比较允当的。

本书是用北京图书馆特藏书室所藏之明刻本，并参阅明嘉靖本加以标点、注释的。除个别明显错刻之字及异体字外，一般未作改动。

本书曾经张之强先生审校。

《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，有名的食单、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现代汉语。这些古籍难免杂有不符合现代科学的东西，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

目 录

已 集	(1)		
诸品茶	(1)	凤髓汤	(11)
蔡襄进《茶录》序	(1)	醍醐汤	(11)
一篇论茶品	(2)	水芝汤	(12)
茶焙	(3)	茉莉汤	(12)
《茶录》后序	(4)	木香苦汤	(12)
蒙顶新茶	(5)	香橙汤	(13)
脑麝香茶	(5)	橄榄汤	(13)
百花香茶	(5)	豆蔻汤	(14)
法煎香茶	(5)	解醒汤	(14)
煎茶法	(6)	干木瓜汤	(15)
枸杞茶	(6)	无尘汤	(15)
擂茶	(6)	熟梅汤	(15)
兰膏茶	(7)	绿云汤	(16)
酥签茶	(7)	檀香汤	(16)
合足味茶法	(7)	丁香汤	(16)
制孩儿香茶法	(8)	辰砂汤	(16)
诸品汤	(9)	胡椒汤	(16)
天香汤	(9)	缩砂汤	(16)
暗香汤	(10)	茴香汤	(17)
须问汤	(10)	仙术汤	(17)
杏酪汤	(11)	荔枝汤	(17)

温枣汤·····(18)	齋水法·····(25)
香苏汤·····(18)	法制香药·····(26)
地黄膏子汤·····(18)	法制半夏·····(26)
轻素汤·····(19)	法制桔皮·····(27)
沃雪汤·····(19)	法制杏仁·····(27)
渴水·····(19)	酥杏仁法·····(27)
御方渴水·····(19)	法制缩砂·····(28)
林擒渴水·····(20)	醉乡宝屑·····(28)
杨梅渴水·····(20)	木香煎·····(29)
木瓜渴水·····(20)	法制木瓜·····(29)
五味渴水·····(21)	法制虾米·····(29)
葡萄渴水·····(21)	果实类·····(30)
香糖渴水·····(22)	造蜜煎果子法·····(30)
造清凉饮法·····(22)	蜜煎冬瓜法·····(30)
熟水类·····(22)	蜜煎姜法·····(31)
梁秆熟水·····(22)	蜜煎笋法·····(31)
紫苏熟水·····(23)	蜜煎青杏法·····(32)
豆蔻熟水·····(23)	蜜煎藕法·····(32)
沉香熟水·····(23)	糖脆梅法·····(32)
花香熟水·····(23)	糖椒梅法·····(33)
丁香熟水·····(24)	糖杨梅法·····(33)
造熟水法·····(24)	糖煎藕法·····(33)
浆水类·····(24)	糖苏木瓜·····(33)
桂浆法·····(24)	造椒梅法·····(34)
荔枝浆·····(25)	旋炒栗子法·····(34)
木瓜浆·····(25)	收藏果法·····(34)
浆水法·····(25)	收藏栗子·····(34)

收藏红枣·····(35)	法·····(46)
收藏诸般青果法···(35)	南番烧酒法·····(47)
收藏石榴·····(35)	白酒曲方·····(47)
收藏梨等·····(35)	造诸醋法·····(49)
收藏橄榄·····(36)	造七醋法·····(49)
收藏乳饼·····(36)	造三黄醋法·····(49)
收藏瓜茄·····(36)	造小麦醋法·····(50)
酒曲类·····(36)	造麦黄醋法·····(50)
酒醴总叙·····(36)	造大麦醪法·····(50)
造曲法·····(37)	造糟醋法·····(51)
东阳酒曲方·····(37)	造饴糖醋法·····(51)
造红曲法·····(38)	造千里醋法·····(51)
造曲母·····(38)	造麸醋法·····(52)
造红曲·····(38)	造糠醋法·····(53)
东阳醪法·····(39)	收藏醋法·····(53)
长春法酒·····(41)	诸酱类·····(54)
神仙酒奇方·····(42)	熟黄酱方·····(54)
天门冬酒·····(42)	生黄酱方·····(54)
枸杞五加皮三骰	小豆酱方·····(55)
酒·····(43)	造面酱方·····(55)
天台红酒方·····(44)	豌豆酱方·····(55)
鸡鸣酒·····(44)	榆仁酱方·····(56)
满殿香酒曲方·····(45)	大麦酱方·····(56)
蜜酿透瓶香·····(45)	造肉酱法·····(56)
羊羔酒法·····(45)	造鹿醢法·····(57)
菊花酒法·····(46)	造酱法·····(57)
治酸薄酒作好酒	治酱瓮生蛆法·····(58)

- 诸豉类……………(58)
 金山寺豆豉法……(58)
 咸豆豉法……………(59)
 淡豆豉法……………(59)
 造成都府豉汁法…(60)
 造麸豉法……………(60)
 造瓜豉法……………(61)
 醞造腌藏日……………(61)
 造曲、酱、酒、醋逐月
 吉凶日……………(61)
 造曲吉日……………(62)
 造制酱吉日……………(63)
 造酱忌日……………(63)
 造酒醋吉日……………(63)
 造酒醋忌日……………(63)
 腌藏鲊脯姜瓜
 凶日……………(64)
 饮食类……………(64)
 蔬食……………(64)
 造菜齏法……………(64)
 食香瓜儿……………(65)
 食香茄儿……………(65)
 食香萝卜……………(65)
 蒸干菜法……………(65)
 糟瓜菜法……………(66)
 糟茄儿法……………(66)
 造脆姜法……………(66)
 五味姜法……………(66)
 造糟姜法……………(67)
 造醋姜法……………(67)
 蒜茄儿法……………(67)
 蒜黄瓜法……………(67)
 蒜冬瓜法……………(67)
 腌韭花法……………(68)
 腌盐韭法……………(68)
 胡萝卜菜……………(68)
 假莴笋法……………(68)
 胡萝卜鲊……………(69)
 造茭白鲊……………(69)
 造熟笋鲊……………(69)
 造蒲笋鲊……………(69)
 造藕稍鲊……………(69)
 造齏菜鲊……………(70)
 相公齏法……………(70)
 芥末茄儿……………(70)
 造瓜齏法……………(71)
 酱瓜茄法……………(71)
 收干药菜法……………(71)
 晒蒜苔法……………(72)
 晒藤花法……………(72)
 晒海菊花……………(72)
 晒笋干法……………(73)
 造红花子法……………(73)
 造豆芽法……………(73)

肉食·····(74)	酒蟹·····(82)
腌藏肉品·····(74)	酱醋蟹·····(83)
江州岳府腊肉法···(74)	法蟹·····(83)
婺州腊猪法·····(74)	糟蟹·····(83)
腌猪舌·····(75)	酱蟹·····(84)
四时腊肉·····(75)	造鲈品·····(84)
脯法·····(76)	鱼鲈·····(84)
羊红肝·····(76)	玉版鲈·····(85)
羊鹿獐等肉·····(76)	贡御鲈·····(85)
羊牛等肉·····(77)	省力鲈·····(85)
牛腊鹿脩·····(77)	黄雀鲈·····(85)
腌鹿脯·····(77)	蛭鲈·····(86)
腌鹿尾·····(78)	鹅鲈·····(86)
腌鹅雁等·····(78)	红蛤蜊酱·····(86)
夏月收肉不坏·····(78)	
夏月收熟肉·····(78)	庚 集 ·····(87)
夏月收生肉·····(79)	饮食类·····(87)
夏月煮肉停久·····(79)	烧肉品·····(87)
腌咸鸭卵·····(79)	筵上烧肉事件·····(87)
腌藏鱼品·····(80)	锅烧肉·····(88)
江州岳府腌鱼法···(80)	划烧肉·····(88)
法鱼·····(80)	酿烧鱼·····(89)
红鱼·····(81)	酿烧兔·····(89)
鱼酱·····(81)	碗蒸羊·····(89)
糟鱼·····(81)	煮肉品·····(90)
酒鱼脯·····(82)	煮诸般肉法·····(90)
酒曲鱼·····(82)	肉下酒·····(91)

生肺·····(91)	鹌雀兔鱼背·····(100)
酥油肺·····(92)	一了百当·····(101)
琉璃肺·····(92)	马驹儿·····(101)
水晶脍·····(92)	盘兔·····(101)
照脍·····(93)	罨兔·····(102)
鲙醋·····(94)	粉骨鱼·····(102)
肝肚生·····(94)	酥骨鱼·····(102)
聚八仙·····(94)	肉羹食品·····(103)
假炒鳝·····(94)	骨插羹·····(103)
曹家生红·····(95)	萝卜羹·····(103)
水晶冷淘脍·····(95)	炒肉羹·····(103)
肉灌肠红丝品·····(96)	假鳖羹·····(104)
松黄肉丝·····(96)	螃蟹羹·····(104)
韭酪肉丝·····(96)	团鱼羹·····(104)
灌肺·····(96)	假香螺羹·····(105)
汤肺·····(97)	假腹鱼羹·····(105)
灌肠·····(97)	蒸鲋鱼·····(105)
肉下饭品·····(97)	制造决明·····(106)
千里肉·····(97)	制造虾巨·····(106)
干咸豉·····(98)	三色酱·····(106)
法煮羊肉·····(98)	四色荔·····(106)
法煮羊肺·····(98)	油肉酿茄·····(107)
牛肉瓜齏·····(99)	油肉豉茄·····(107)
骨炙·····(99)	回回食品·····(108)
红烧腊·····(99)	设克儿疋刺 ^乞 ·····(108)
川炒鸡·····(100)	捲煎饼·····(108)
炖鹅鸭·····(100)	饊糜·····(108)

酸汤·····(109)	玲珑拨鱼·····(117)
秃秃麻失·····(109)	玲珑饽饽·····(117)
八耳塔·····(109)	勾面·····(117)
哈尔尾·····(109)	馄饨面·····(118)
古刺赤·····(110)	干面食品·····(118)
海螺厮·····(110)	平坐大馒头·····(118)
即你疋牙·····(110)	打拌馅·····(119)
哈里撒·····(110)	猪肉馅·····(119)
河西肺·····(111)	熟细馅·····(119)
女直食品·····(111)	羊肚馅·····(120)
厮刺葵菜冷羹·····(111)	薄馒头、水晶角
蒸羊眉突·····(112)	儿、包子等皮·····(120)
塔不刺鸭子·····(112)	鱼包子·····(121)
野鸡撒孙·····(112)	鹅兜子·····(121)
柿糕·····(113)	杂馅兜子·····(122)
高丽栗糕·····(113)	蟹黄兜子·····(122)
湿面食品·····(113)	荷莲兜子·····(122)
水滑面·····(113)	水晶饽饽·····(123)
索面·····(114)	从食品·····(123)
经带面·····(114)	白熟饼子·····(123)
托掌面·····(114)	山药胡饼·····(124)
红丝面·····(115)	烧饼·····(124)
翠缕面·····(115)	肉油饼·····(124)
米心棊子·····(115)	酥蜜饼·····(124)
山药拨鱼·····(116)	七宝捲煎饼·····(125)
山药面·····(116)	金银捲煎饼·····(125)
山芋饽饽·····(116)	驼峰角儿·····(126)

- 烙面角儿·····(126)
 盏酪焦油·····(126)
 圆焦油·····(127)
 饅饅角儿·····(127)
 素食·····(128)
 玉叶羹·····(128)
 膳生·····(128)
 断乳羹·····(129)
 假灌肺·····(129)
 素灌肺·····(129)
 炒鳊乳齋淘·····(129)
 山药饅饅·····(129)
 酸馅·····(130)
 七宝馅·····(130)
 菜馅·····(130)
 灌浆、馒头、包子、
 馄饨、角儿、糝、
 荸撒·····(131)
 澄沙糖馅·····(131)
 绿豆馅·····(131)
 甘露饼·····(131)
 素油饼·····(132)
 两熟鱼·····(132)
 酥烤鹿脯·····(132)
 咸豉·····(132)
 带汁咸豉·····(133)
 三色杂煨·····(133)
 炙脯·····(133)
 炙蕈·····(133)
 酒炸蕈·····(133)
 假蚬子·····(134)
 炸骨头·····(134)
 炸山药·····(134)
 假鱼脍·····(134)
 水晶脍·····(135)
 假水母线·····(135)
 煎酥乳酪品·····(135)
 煎酥法·····(135)
 造酪法·····(136)
 晒干酪·····(137)
 造乳饼·····(137)
 就乳团·····(137)
 造诸粉品·····(138)
 藕粉·····(138)
 莲子芡粉、芡粉·····(138)
 菱粉·····(138)
 庖厨杂用·····(139)
 天厨大料物·····(139)
 调和省力物料·····(139)
 造麦黄·····(139)
 造茺萸·····(140)

巳 集

诸 品 茶

蔡襄^①进《茶录》序

臣前因奏事，伏蒙^②陛下谕臣先任福建转运使日所进上品龙茶^③，最为精好。臣退念草木之微首辱陛下知鉴。若处之得地，则能尽其材。昔陆羽^④《茶经》，不第建安之品；丁谓^⑤《茶图》，独论采造之本。至于烹试，曾未有闻。臣辄条数事，简而易明，勒成一篇，名曰《茶录》。伏惟^⑥清闲之宴，或赐观采。臣不胜惶惧荣幸之至。

-
- ① 蔡襄：人名。福建仙游人。字君谟。宋天圣年间进士。在福建、开封、杭州等地做过官。善诗文，精书法。除《茶录》外，还有《荔枝谱》、《蔡忠惠集》等著作。
- ② 伏蒙：俯伏在地蒙受之意。是古代对上的一种谦词。
- ③ 上品龙茶：宋代福建名茶。为蔡襄所创制。呈小团状。欧阳修《送龙茶与许道人》：“……我有龙团古苍璧，九龙泉深一百尺。凭君汲井试烹之，不是人间香味色。”
- ④ 陆羽：唐代复州竟陵（今湖北天门县）人。一名疾，字鸿渐，又字季疵。所著之《茶经》为我国，也是世界上第一部论述茶叶的科技专著。
- ⑤ 丁谓：宋长洲人。字谓之，后改为公言。淳化进士。真宗朝当过宰相，封为晋国公。曾撰过《北苑茶录》（又名《建安茶录》），书中有应有器具的画图。
- ⑥ 伏惟：伏在地上想。敬词。

一篇论茶品

〔色〕

茶色贵白，而饼茶多以珍膏油(去声)^①其面，故有青黄紫黑之异。善别茶者，正如相工^②之视人气色也。隐然察之于内，以肉理润者为上。既已末之^③。黄白者受水昏重^④，青白者受水鲜明。故建安人斗试^⑤以青白胜黄白负。

〔香〕

茶有真香。入贡者微以龙脑^⑥和膏，欲助其香。建安民试茶，皆不入香，恐夺其真^⑦。烹点之际^⑧，又杂珍果香

① 油(去声)：这里是动词，涂抹之意。去声，原文之注。

② 相工：相面之人。

③ 既已末之：已经碾成碎末之后。指鉴别过茶饼的优劣后，将茶饼碾成碎末，以备煎煮。末，这里是动词，碾成碎末之意。

④ 黄白者受水昏重：黄白色的茶泡后显得色采重浊。这是对青白色的茶泡出后显得色泽鲜亮而言的。

⑤ 斗试：即斗茶，比赛茶的好坏。江休复《江邻几杂志》：“苏才翁尝与蔡君谟斗茶，蔡茶水用惠山泉，苏茶小劣，改用竹沥水煎，遂能取胜。”

⑥ 龙脑：即冰片。又称龙脑香。为龙树脂种的结晶体。其气味芳香。多作药用。

⑦ 恐夺其真：担心掩盖茶的天然香味。夺，夺取。真，真香真味，指茶的固有气味。

⑧ 烹点之际：煎茶，点茶之时。古人吃茶，须将茶叶放在器皿中烹煮，故称煎茶或烹茶。点茶，即泡茶，也是古代吃茶的方法之一，工序比较复杂。

草，其夺盖甚^①。

〔味〕

茶味主于甘滑。惟北苑^②凤凰山连属诸焙所产者味佳。隔谿诸山，虽及时加意制作，色味皆重，莫能及也。又有水泉不甘，能损茶味。前世之论水产品者以此^③。

右七纲^④。拣芽以四十饼为角^⑤，小龙凤^⑥以二十饼为角，大龙凤以八饼为角。每角圈以箬叶，束以红缕，包以红纸，緘以蒨绫^⑦。惟拣芽俱以黄^⑧焉。

茶 焙^⑨

茶焙编竹为之，裹以蒨叶，盖其上，以收火也。隔其中

-
- ① 甚：厉害。据《古今图书集成·茶部汇考》，在“甚”之后尚有“正当不用”一句，指不应在烹点茶时“杂珍果香草”。
- ② 北苑：建安郡内产茶地区之名。
- ③ 前世之论水产品者以此：前代论水产品作者已经涉及到这个问题了。
- ④ 右七纲：本则内容系宋代《北苑别录》中的。原作“粗色七纲”。《北苑别录》一说为无名氏作，一说为宋赵汝砺撰。这儿被《居家必用事类全集》的编者误编入蔡襄的《茶录》之中。
- ⑤ 拣芽：建安茶的品种之一。据徽宗《大观茶论》“采择”：“凡(茶)芽如雀舌谷粒者为斗品。一鎗一旗为拣芽。”角：古代的计量单位。
- ⑥ 小龙凤：建安茶的品种之一。下文“大龙凤”同此。
- ⑦ 緘以蒨绫：用绛色的绫封好。緘，封。蒨，同“茜”，这儿指绛色。一本“蒨”作“黄”。
- ⑧ 黄：黄色。
- ⑨ 茶焙：这是《茶录》“器论”中的一节。《居家必用事类全集》中对《茶录》仅作了节选。

以有容也，纳火其下，去茶尺许，常温温然^①，所以养茶色香味也。

《茶录》后序^②

茶为物之至精，而小团又其精者，《录·序》所谓上品龙茶者是也。盖自君谟始造而岁贡焉。仁宗尤所珍惜。虽辅相之臣，未尝辄赐^③。惟南郊大礼致斋之夕，中书枢密院^④各四人共赐一饼。宫人剪金为龙凤花草贴其上。两府八座^⑤分割以归。不敢碾试^⑥。相家藏以为宝^⑦。时有佳客出而传玩尔。至嘉祐七年^⑧，亲享明堂斋夕，始人赐一饼。余亦忝预^⑨。至今藏之。余自以诛官供奉仗内，至登二府二十余年才一获赐。而丹成龙驾，舐鼎莫及。每一捧玩清血交零而已^⑩。因君谟著录，辄附于后。庶知小团自君谟始，而可贵如此。

欧阳永叔^⑪

① 常温温然：一本无此句。

② 《茶录》后序：放在《茶录》后的序文。宋欧阳修撰写。

③ 未尝辄赐：也不经常赏赐。

④ 中书枢密院：宋代的中央机构，分掌文武二柄，号称二府。

⑤ 两府八座：指中书、枢密院的八个当权者。

⑥ 碾试：碾碎后烹煮。试，试烹。

⑦ 相：彼此一本“相”字前有“宰”字。家藏：放在家里珍藏。

⑧ 至：本书中脱“至”字，据《古今图书集成》补。嘉祐七年：公元1062年。嘉祐，宋仁宗的年号。

⑨ 余亦忝预：我也惭愧地参预其中。欧阳修曾做过枢密副使，参知政事，所以他这样说。忝，惭愧，谦词。

⑩ 玩：同“玩”。清血：泪也。

⑪ 欧阳永叔：欧阳修字永叔。

蒙顶^①新茶

细嫩白茶五斤 枸杞英五两炒
绿豆半斤炒过 米二合^②炒过
右件焙干，碾，罗，合^③。细煎点，绝奇。

脑麝香茶

脑子^④随多少，用薄藤纸裹，置茶合上，密盖定。点供自然带脑香。其脑又可移别用^⑤。取麝香壳安罐^⑥底，自然香透。尤妙。

百花香茶

木犀、茉莉、桔花、素馨等花，又依前法薰之。

法煎香茶

上春嫩茶芽，每五百钱重，以绿豆一升，去壳蒸焙，山

-
- ① 蒙顶：指四川邛峡山脉之中的蒙山。蒙顶茶汉代已有名，从唐代起入贡，一直沿至清朝。
- ② 合(gě葛)：十分之一升。
- ③ 碾，罗，合：碾碎，筛过，再混合起来。
- ④ 脑子：龙脑，即冰片。
- ⑤ 其脑又可移别用：指未挥发完的冰片还可以取出来另作它用。
- ⑥ 罐：茶叶罐。