

食
物
本
州

首
題
登

十

食物本草卷之九目錄

果部二 四類

夷果類 連附三十九種

荔枝

龍眼

龍荔

橄欖

木威子

菴摩勒

毗梨勒

五斂子

五子實

榷實

海松子

檳榔

大腹子

椰子

附青田核樹頭酒嚴樹酒

無漏子

桃榔子

薏木麴

波羅蜜

無花果

附文光果天仙果古度子

阿勃勒

附羅望子

沙棠果

榲子

麋目

都桶子

都念子

都咸子

摩厨子

附齊墩果德慶果

韶子

馬檳榔

枳椇



異果類 二十二種

津符子

必思客

甘劍子

揚搖子

海梧子

木竹子

槽罌子

羅晃子

槿子

夫編子

白緣子

繫彌子

人面子

四味果

黃皮果

千歲子

侯騷子

酒杯藤子

簡子

山棗

隈支

九層皮果

苾果類
七種

甜瓜

西瓜

金鷺蛋

葡萄

蓼蓂

獼猴桃

甘蔗

水果類
五種

蓮藕

芡實

慈姑

諸果有毒

負

烏芋

附錄靈床上果子

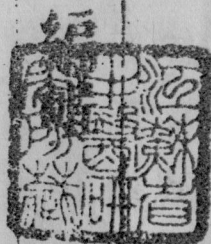
食物本草卷之九目錄



食物本草卷之九

元 東垣李杲

明 瀕湖李時珍 參訂



果部

三

夷果類

荔枝

一名丹荔、一名離枝、李時珍曰、司馬相如
上林賦作離枝、又按白居易云、若離本枝、

一日色變、三日味變、則離枝之名、或取此義、

荔枝生嶺南及巴中、今閩之泉州、福清州、興化

軍、蜀之嘉、蜀渝涪州、及兩廣州郡皆有之、其

品以閩中為第一、蜀州次之、嶺南為下、其木

高二三丈、自徑尺至於合抱、類桂木、冬青之
屬、綠葉蓬蓬、四時榮茂、不同、其木性至堅勁、
其花青白、結子喜雙、實狀如初生松毬、殼有
皺紋如羅、初青漸紅、肉色淡白如肪玉、味甘
而多汁、夏至將中、則子翕然俱飛、乃可食也、
大樹下子至百斛、五六月盛熟時、彼方皆燕
會、其下以爲翫賞、極量取啖、雖多亦不傷人、
少過、則飲蜜漿便解、荔枝始傳於漢世、初
惟出嶺南、後出蜀中、故左思蜀都賦云、旁挺
龍目、側生荔枝、白居易論之甚詳、今閩中四
郡所出、特奇、蔡襄譜其種類、至三十餘品、肌
肉甚厚、甘香瑩白、非廣蜀之比也、福唐歲貢
白曝荔枝、蜜煎荔枝、俱爲上方珍果、白曝須
嘉寶乃堪、其市貨者、多用襍色荔枝入鹽梅
曝成、皮色深紅、味亦少酸、殊失本真、經曝則
可經歲、商販流布、徧及華夏、味猶不歇、百果
之盛、皆不及此、○李時珍曰、荔枝炎方之果、
木耐久、其實生時肉白、乾時肉紅、日晒火

烘、鹵、浸、蜜、煎、皆可致遠。成朶晒乾者，謂之落
錫。白樂天荔枝圖序云：荔枝生巴峽間，樹形
團團如帷蓋，葉如冬青，花如橘而春榮，實如
丹而夏熟。朶如蒲桃，核如枇杷，殼如紅綰，膜
如紫綃，瓤肉潔白，如冰雪漿液，甘酸如醴酪。
大略如彼，其實過之。若離本枝一日而色變，
二日而香變，三日而味變，四五日外，色香味
盡去矣。又蔡襄荔枝譜云：廣蜀所出早熟而
肉薄，味甘酸，不及閩中下等者。閩中惟四郡
有之，福州最多，興化最奇，漳泉次之，福州延
亘原野，一家甚至萬株，興化上品大徑寸餘，
香氣清遠，色紫殼薄，瓤厚膜紅，核如丁香，母
剝之如水晶，食之如絳雪。荔枝以甘為味，雖
百千樹，莫有同者。過甘與淡皆失於中，若夫
皮厚尖斜，肌理黃色，附核而赤，食之有渣，食
已而澀，雖無酢味，亦自下等矣。最忌麝香觸
之，花實盡落也。又夷堅志云：莆田荔枝名品
皆出天成，雖以其核種之，亦失本體形狀百

出、不、可、以、理、求、也、○荔枝熟時、人未采、則百蟲不敢近、人纔采之、鳥鳥蝙蝠之類、無不傷殘之也、故采荔枝者、必以日中而衆采之、

荔枝味甘平。無毒。止渴。益人顏色。通神益智。治頭重

心躁。背膊勞悶。瘰癧癰贅。赤腫疔腫。發小兒痘瘡。

食荔枝過多。飲蜜漿一杯。卽解。李時珍曰。荔枝氣

味純陽。鮮者多食。卽齧腫口痛。或衄血也。病齒蠶

及火病人尤忌之。核味甘溫。無毒。治心痛。小腸

氣痛。婦人血氣刺痛。以一枚煨存性。研末。酒調服。

殼治痘出不爽快。煎湯飲之。又解荔枝熱浸水飲。



之[花]及[皮]根主喉痺腫痛用水煮汁細細含嚥取
瘥止

○附方

治痘不起發荔枝肉浸酒飲并食之忌生冷

治疔瘡惡腫用荔枝五箇或三箇不用雙數以狗
糞中米淘淨爲末與糯米粥同研成膏攤紙上貼
之畱一孔出毒氣又方用荔枝肉白霜梅各三枚
搗作餅子貼於瘡上根卽出也

治呃逆不止用荔枝七箇連皮核燒存性爲末白

湯調下立止。

治疝氣如斗荔枝核青橘皮茴香各等分炒研酒服二錢日三次。

治婦人血氣刺疼心痛腹脇腰背痛用荔枝核燒存性半兩香附子炒一兩爲末每服二錢鹽湯米飲任下名蠲痛散。

物類相感志云食荔枝多則醉以殼浸水飲之卽解此卽食物不消還以本物消之之意。

治赤白痢荔枝殼橡斗殼石榴皮甘艸各炒煎服。

龍眼

一名圓眼、今閩廣蜀道、出荔枝處皆有之、木高二三丈、似荔枝而枝葉微小、凌冬不凋、春末夏初開細白花、七月實熟、殼青

文作鱗甲形、圓大如彈丸、核若無患子而不堅、肉薄於荔枝、白而有漿、其甘如蜜、其實甚繁、每枝三二十顆、作穗如蒲桃、

龍眼味甘平、無毒、主五臟邪氣、安志厭食、除蟲毒、去

三蟲、久服強魂聰明、輕身不老、通神明、開胃益脾、

補虛長智、生者沸湯瀹過食、不動脾、李時珍曰、食

品以荔枝爲貴、而資益則龍眼爲良、蓋荔枝性熱、

而龍眼和平也、治思慮勞傷心脾、有歸脾湯用之、

取甘味歸脾能益人智之義、**核**治胡臭、用六枚同



胡椒二七枚研遇汗出即擦之

龍荔

龍荔出嶺南狀如小荔枝而肉味如龍眼其木之身葉亦似二果故名曰龍荔二月

開小白花與荔枝同時熟不可生啖惟堪蒸食

龍荔味甘熱有小毒生食令人發癰或見冠物

橄欖

一名忠果一名諫果初食其味苦澀久之方同甘味王元之作詩比之忠言逆耳世

亂乃思之故人名為諫果○橄欖生嶺南樹似木樨子樹而高端正可愛結子形如生詞子無稜瓣八月九月采之又有一種波斯橄欖生邕州色類相似但核作兩瓣蜜漬食之按南州異物志云閩廣諸郡及緣海浦嶼間皆有之樹高丈餘葉似檉柳二月開花八月成實狀如長棗兩頭尖青色核亦兩頭尖而有稜核內有三竅竅中有仁可食今人戲

少核於燈上燒之，結焰宛似蘭花，而奇巧更勝。又按嶺表錄異云：橄欖樹枝皆高聳，其子深秋方熟，南人重之。一咀嚼之，味雖苦澀，而芬香勝於含難舌。野生者，子繁而樹峻，不可梯緣，但刻根下許，納鹽入內，一夕子皆自落，木亦無損。甘節間有脂液如桃膠。採取和皮葉煎汁，熬餚謂之欖糖。船隙牢如膠漆，着水益乾也。李時珍：欖樹高，將熟時以木釘釘之，或納鹽小皮內，其實一夕自落，亦物之妙也。其土食甚佳，蜜漬鹽藏，皆可致遠，其木枝狀如黑膠者，土米取，藝之清烈，謂之欖香。又有綠欖，色綠，鳥欖色青黑，肉爛而甘，取肉槌碎，乾放，自有霜如白鹽，謂之欖醬。青欖核內仁乾小，惟鳥欖仁最肥大，有文層疊，如海螵蛸狀，而味甘，謂之欖仁。又有一種方欖，出廣西、江峒中，似橄欖而有三角，或四角，卽是波斯橄欖之類也。



酸澀甘溫。無毒。生食煮飲。並消酒毒。解鯨鮐
魚毒。嚼汁嚙之。治魚骨鯁。又主生津液。止渴。治
咽喉痛。咀嚼嚙汁。能解一切魚鱉毒。丹溪曰。味澀
而甘。醉飽宜之。然性熱。多致上二發悶。李時珍曰。
橄欖鹽過。則不苦澀。同栗子食甚香。按延壽書云。
凡食橄欖。必去兩頭。其性熱也。過白露摘食。庶不
病疔。○候鮐魚。卽河豚也。人誤食其肝及子。必迷
悶至死。惟橄欖及木煮汁能解之。其木作舟。橄欖
着魚。皆浮出。故知物有相畏如此者。○按名醫錄



云吳江一富人食鰕魚被鯁橫在胸中不上不下
痛聲動鄰里半月餘幾死忽遇漁人張九令取
攪與食時無此果以核研末急流水調服骨遂下
而愈張云我父老相傳橄欖木作

魚

觸着即浮出所以知魚畏橄欖也今煮河豚團

魚皆用橄欖乃知橄欖能治切魚鼈之毒也攪

仁味甘平無毒主唇吻燥痛研爛傳核味甘澀

溫無毒磨汁服治諸魚骨及食鱸積又治小

兒痘瘡倒壓燒研傳之