







庶物類纂造釀屬總目

卷之一

造釀總

飯

青精乾石飣飯

麥飯

卷之二

粥

卷之三

庶物類纂

卷首

造釀屬總目

餠 糕 麪 饅 糰 饗 麩 糝 殮

卷之四

糞 寒具 饒饌 巧果 圓子 冷丸 油堆 餛飩

卷之五

餅

河漏

饅頭

煎餅

畢羅

牢丸

卷之六

陳廩米

米粃

糠

糜米

飴糖

卷之七

大豆豉

豆黃

豆炙

粉

豆粉

豆麵

粉皮

卷之八

豆腐

雪花菜

麻腐

麩

黃蒸

女麵

卷之九

麩筋

麥粉

麩

麥蠶

切麩

餽飩

肺膜

血

麵

卷之十

紅麵

神麵

豆油

醬油

榆仁醬

燕荑醬

醢

卷之十一

醬

漿

羹

飲

煎

卷之十二

湯

熱湯

生熟湯

蒸露法

卷之十三

炊湯

甌氣水

糊

米泔

銅器蓋食器上汗

糞

卷之十四

耳蔗

苦蔗

糖霜

卷之十五

冰糖

黑糖

梅蘓



蜜漬梅花

青鹽陳皮

鹹杭子

卷之十六

酒

卷之十七

酒

卷之十八

酒

卷之十九

酒

卷之二十

燒酒

白酒

醴

葡萄酒

糟

醋

總計九十二種

庶物類纂造釀屬卷之一目次

造釀

總

飯

青精乾石飴飯

麥飯

造釀 總

造釀

吾觀人之一身，眼耳鼻舌手足軀骸，件件都不可少。其儘可不設而必欲賦之，遂為萬古生人之累者，獨是口腹二物。口腹具而生，計繁矣；生計繁而詐偽奸險之事出矣。詐偽奸險之事出而五刑不得不設，君不能施其愛，昏親不能遂其恩，私造物好生而亦不逆行其志者，皆當日賦形不善多此二物之累也。草木無口腹，未嘗不生。山石土壤無飲食，未聞不長。養何事獨異其形而賦以口腹，即生口腹亦當使如魚。

魚外類編卷一  
蝦之飲水，蠅蟻之吸露，儘可滋生氣力，而為潛躍飛鳴。若是則可與世無求而生，人之患熄矣。乃既生以口腹，又復多其嗜，欲使如谿壑之不可厭，多其嗜，欲又復洞其底，裹使如江海之不可填，以致人之一生竭。五官百骸之力，供一物之所耗而不足哉。吾反覆推詳，不能不于造物是咎。亦知造物于此未嘗不自悔其非，但以制定難移，只得終遂其過甚矣。作法填初不可草，草定制，吾輯是編而謬及飲饌，亦是可已不已之事。其止崇儉，尚不導奢靡者，因不得已而為。

造物飾非，亦當慮始計終，而為廢物弭患。如逞一己之聰明，導千萬人之嗜，欲則匪特禽獸昆蟲無噍類，吾慮風氣所開，日甚一日焉。知不有易牙復出烹子求榮，殺要見以媚權奸，卡階故事者哉。一悞豈堪再悞，吾不敢不以賦形造物視作覆車。清李笠翁開情偶奇

飯

倍名壺イ虛ヒ又名覓ノ十ヒ

飯

禮曰飯飯月諸黍稷稻粱白黍黃粱稻樵太平御覽

爾雅曰饋餽稔也食饋謂之餽博者謂之欄米者謂之粲春秋運斗樞曰粟五變而以陽化生為苗秀為禾三變而祭謂之粟四變入日米出甲五變而蒸飯可食同上

機謹按潛確類書祭作發日作白當為準

說文曰饋餐飯也餽飯氣蒸也饋以羹澆飯也饋飯傷熟也臆飯傷溼也同上

釋名曰飯分也使其粒各自分也乾飯而暴乾之也

上同

魏書曰卞太后左右食菜粟飯徵祭酒上同

吳書曰袁術在壽春百姓飢窮以桑椹蝗為乾飯上同

皇侃曰蔬食菜食明曰經典言蔬食者皆謂麤飯非

菜食也音嗣謂飯麤飯者喫麤飯也上飯音扶晚反

宋丘光庭  
兼明書

皇侃曰食麤則誤人生疾故調和不厭精潔也明曰

食音嗣謂飯也言舂米作飯不厭精鑿也鑿子各反  
同上

皇侃曰謂經久味惡如乾魚肉久而味惡也明曰食

音嗣謂飯也饑餒也敗餒飯也爾雅云食饑謂之餒

郭璞云飯饑臭也則非得其義焉上同

皇侃曰食謂他饌明曰音嗣謂飯也言孔子喫肉常

令少干飯也上同

王母飯偏鏤卵蓋飯面裝雜味鄭望騰  
夫錄

王井飯○章藝齊鑑宰德清時雖槐古馬高尤喜延

客然飯食多不取諸市恐旁徠而擾人一日往訪之

邊有蝗不入境之處留以晚酌數杯命左右造玉井

無功類纂

卷一

造釀屬飯

三



飯甚香美法削藕截作塊米新蓮子去皮候飯少沸  
投之如盒飯法蓋取太華峯頭玉井蓮開花十丈藕  
如船之句昔有籍詩云一彎西子臂七竅比于心今  
抗都范堰經進斗星藕大孔七小孔二有九竅因筆  
及之宋林洪山家清供

蟠桃飯○采山桃用米汨煮熟漉置水中去核候飯  
湧同煮項之如合飯法東坡用石曼卿海州事詩云  
戲將桃核裹紅泥石間散擲如風雨坐令空山作錦  
綉倚天照海光無數此種桃法也桃三李四能依此

法越三年皆可飯矣同上

胡麻飯六月清涼却是仙本草名巨勝云桃源所有  
胡麻卽此物也恐虛誕者自異其說云同上

機謹按却是疑却暑之誤也仙下疑有脫字

飯食諸穀皆可爲之各隨米性詳見本條然有入藥  
諸飯不可類從者應當別出大抵皆取粳秈粟米者  
爾李果曰易水張潔古枳朮丸用荷葉裹燒飯爲丸  
蓋荷之爲物色青中空象乎震卦風木在人爲足少  
陽膽同少陽三焦爲生化萬物之根蒂用此物以

成其化胃氣何由不上升乎更以燒飯和藥與白朮  
協力滋養穀氣令胃厚不致再傷其利廣矣大矣按  
韓愈醫通云東南人不識北方炊飯無甑類乎為燒  
如燒菜之意遂訛以荷葉包飯入灰火燒煨雖丹溪  
亦未之辨但以新荷葉煮湯入粳米造飯氣味亦全  
也凡粳米造飯用荷葉湯者寬中芥葉湯者豁痰紫  
蕪湯者行氣解肌薄荷湯者去熱淡竹葉湯者辟暑  
皆可類推也明李東璧本草綱目  
飯不饅用生苧菜薄鋪在上蓋之過夜不致饅壞農桑

撮要○明盧翰月令通攷

機謹按饅疑餛之誤也考字書餛餪之俗字音搜

飯壞也又宋丘光庭兼明書云饅餪也敗餛飯也

仇池記南人用鮓脯膾炙埋飯中曰盤游飯明慎懋官華夷

花木鳥獸珍玩考

春秋說題辭粟五變以陽化生為苗秀為禾三變而

發謂之粟四變入臼米出甲五變而蒸飯可食之稟

五行而成故五變乃成可食○明陳仁錫潛確類書

周書黃帝如蒸穀為飯烹穀為粥同上

唐有清風飯

唐有清風飯，用水晶飯、龍睛粉、龍腦末、牛酪漿調事，畢下水池冷透進之。上同

風土記曰：精折米十取七八，取浙使青蒸而飯，色乃紫紺，干東流水飯，食與洗而除不祥。

列子曰：楚王好細腰，宮中皆以三飯為節，期年而有黎黑之色。

宋躬孝子傳曰：吳人陳遺為郡吏，母好食鍋底焦飯，遺在役恒帶一囊，每煮食取焦以貽母。

魏書曰：石崇家稻米飯在地，經宿皆化為螺。

時鏡新書曰：歲暮家家具肴，謂為宿歲之儲，以入新年，名為送歲留宿飯。至新年十二則棄于街衢，以為去故取新，除貧取富。又留此飯，驚蟄雷鳴，擲之屋上，令雷聲遠。以上淵鑑類函

雲子飯，言其白也。○漢武內傳：煉丹以赤者為風實，白者為雲子。杜詩：飯抄雲子白。宋許顛彥用詩話曰：雲子雨也，言如雨點耳。出荀子雲篇。智按：荀子賦篇託地而遊，宇友風而子雨，可以餽飭解雲子平葛洪丹經，用雲子碎雲母也。今蜀中有碎礫狀如米粒圓。

無功類集 卷一 造礬屬 飯 六

白雲子石也

可證稱雲子者方言耳杜偶用之以清智

雅通

飯○入朴硝在內則自各粒而不相粘陳飯再蒸不

揭蓋過夜暑亦不餒馮應京曰生苜菜鋪餅上經宿

不餒清皖桐方氏  
食物理小識

食之養人全賴五穀使天止生五穀而不產他物則

人身之肥而壽也較此必有過焉保無疾病相煎壽

歿不齊之患矣試觀鳥之啄粟魚之飲水皆止靠一

物生未聞干一物之外又有鳥之儲饌酒漿諸飲雜

食者也乃禽魚之死皆死于人未聞有疾病而死及

天年自盡而死者是止食一物乃長生久視之道也

人則不幸而為精腴所誤多食一物多受一物之損

傷少辭一時少安一時之澹泊其疾病之生死亡之

速皆飲食太繁嗜欲過度之所致也此非人之自誤

天誤之耳天地生物之初亦不料其如是原欲利人

口腹孰意利之反以害之哉然則人欲自愛其生者

即不能止食一切亦當稍存其意而以一物為君使

酒肉雖多不勝食氣即使為害當亦不甚烈耳間情  
偶寄

造釀屬 飯 七

粥飯二物爲家常日用之需其中機數無人不曉焉  
用越俎者強爲致詞然有喫緊二語巧婦知之而不能  
言者不妨代爲喝破使姑傳之媳母傳之女以兩  
言代千百言亦簡便利人之事也先就麤者言之飯  
之大病在內生外熟非爛卽焦粥之大病在上清下  
淀如糊如膏此火候不均之故惟最拙最笨者有之  
稍能炊爨者必無是事然亦剛柔合道燥溼得宜而  
令人咀之嚼之有粥飯之美形無飲食之至味者其  
病何在曰搥水無度增減不常之爲害也其喫緊二

語則曰粥水忌增飯水忌減米用幾何則水用幾何  
宜有一定之度數如醫人用藥水一鍾或鍾半煎至  
七分或八分皆有定數若以意爲增減則非藥味不  
出卽藥性不存而服之無效矣不善執爨者用水不  
均煮粥常患其少煮飯常苦其多多則逼而去之少  
則增而入之不知米之精液全在于水逼去飯湯者  
非去飯之精液也精液去則飯爲渣滓食之尚有味  
乎粥之既熟水米成交猶米之釀而爲酒矣其太  
原而入之以水非入干粥猶入水于酒也水入而酒

成糟粕其味尚可咀乎故善主中饋者挹水時必限以數使其勻不能增滴無可減再加以火候調勻則其為粥為飯不求異而平人矣清李笠翁閑情偶寄 饌客者有時用飯必較家常所食者為稍精精用何法曰使之有香而已矣予嘗授意小婦預設花露一盞候飯之初熟而澆之澆過稍閒拌勻而後入碗食者歸功于穀米訖為異種而訊之不知其為尋常在穀也此法秘之已久今始告人行此法者不必滿釜一隅足供佳客所需而止露以薔薇香檜桂花三種

為上勿用玫瑰以玫瑰之香食者易辨知非穀性所有薔薇香檜桂花三種與穀性之香者相若使久難辨故用之上同

粗忍九切柔上聲說文雜飯也又宿韻紐去聲義同粿粿通舊註引正偽以別作粿錄為非泥清廖文英正字通

宋蕭曰志土人於上已節採楓樹花漬米為青飯方正字翥詩年年此日嘗青飯路傍山楓却憶家闕書

飯編竹篾為甌米用禾午餐則早間漬米以蒺實於甌蒸之粒璀璨如珠半團而食外則裹飯腰間或

漬米于青竹筒，刻木取火，燒薪為炭，置竹筒炭中，頃刻而熟，亦可餐。  
諸羅縣志

青精乾石餛飯

一名烏飯。  
本州拾遺

燕勿類纂 卷一

造釀屬

青精乾石餛飯

本草綱目卷之九

青精乾石餹飯

青精飯者以比重穀也。按本草南燭木今黑飯草即青精也。米枝葉搗汁浸米蒸飯曝乾堅而碧也。久服益顏延算。仙方又有青石飯。世未知石為何也。按本草用青石脂三斤青梁米一斗水浸越三日搗為丸。如李大日服三九可不饑。是知石脂也。二法皆有據。以山居供客則當用前法。如欲則效此方。辟穀當用後法。每讀杜詩曰豈無青精飯令我顏色好。又曰李侯金閨彥脫身事幽并。當時才名如李杜可謂切于

燕勿類纂卷一

造醱屬

青精飯

二



愛君憂國矣。天乃不使之壯，年以行其志，而使之但  
有青精瑤草之思。惜哉。東林洪山家清供

南燭枝葉味苦平無毒止泄除睡強筋益氣力久服

輕身長年令人不飢變白去老取莖葉搗碎清汁浸

粳米九浸九蒸九暴米粒緊小正黑如鑿珠袋盛之

可適遠方日進一合不飢益顏色堅筋骨能行取汁

炊飯名烏飯亦名烏草亦名牛筋言食之健如牛筋

也色赤名文燭生高山經冬不凋嘉祐補註本草

謹按陶隱居登真隱訣載太極真人青精乾石飢飯

法飢音迅飢之為言飡也謂以酒蜜藥草輩食搜而

暴之也亦作飢凡內外諸書並無此字惟施於今飯

之名耳云其種是木而似草故號南燭草木一名猴

藥一名男續一名後阜一名惟那木一名草木之王

作飯法以生白粳米一斛五斗更春治浙取一斛二

斗木葉五斤燥者用三斤亦可雜莖皮益嘉煮取汁

極令青冷以瀟米米釋坎之瀟即澗字也今課其時

月從四月生新葉至八月末色皆深九月至三月用

宿葉色皆淺可隨時進退其行而寧小多合採軟枝

無功類纂 卷一 造醱屬 青精飯 三

莖皮於石臼中搗碎，假令四五月中作，可用十許斤。熟舂以斛一斗，湯漬，滌得一斛，以九斗淹，斛二斗米。北來正爾，用水漬一二宿，不必隨湯煮，漬米令上可走，蝦周時乃漉而炊之。初米正作紅色，既得蒸便如紺，若一過汁漬，不得好色，亦可淘去，更以新汁漬之。酒、瀨皆用此汁，當令飯作正青色，乃上向所餘汁一斗，以共三過。酒飯預作高格，暴令乾，當三過蒸，暴每一燥，輒以清汁搜令浥，浥耳日可服二升，勿復血食，亦以填胃，補髓消滅三蟲。上元寶經曰：子服草木之

王氣與神通，子食青燭之津，命不復殞，此之謂也。今茅山道士亦作此飯，或以寄遠，重蒸過食之，甚香甘也。圖經本草

此飯乃仙家服食之法，而今之釋家多於四月八日造之，以供佛耳。造者入入柳葉白楊葉數十枚，以助色，或又加生鐵一塊者，止知取其上色，不知乃服食家所忌也。明李東璧本草細目

用楊桐葉并細葉冬青葉，遇寒食採其葉，滌飯色青，而有光食之，資陽杰道家謂之青精乾食飯，今俗以

麥青草搗汁和糯米作青粉團烏桐葉染烏飯作糕  
是遺意明高濂遵生八牋

青餈飯烏飯也○今釋家四月八作或以烏相或以  
楓一曰青精飯細目作餈飯乃餈訛也智謂因青精  
而造耳吳會曰神仙王褒傳大極真人以大極青精  
飯方授之褒鍊服五季色如少女杜詩惜無青精飯  
使我顏色好是也青精用南天燭葉染之所謂烏飯  
樹也林洪以南燭即旱蓮草誤矣沈括云今人家所  
種之天竹有紅子者智按不然登真隱設訛飯方始

創餈字清方智通雅

青精飯○陶隱居登真訣載太極真人青精乾石餈  
飯註云以南燭草木煮汁清米為之真誥云有道士  
鄧伯元者青精石飯之法上元寶經云子服草木生  
氣與神通子食青燭之津命不復殞天台山志  
南祝木冬夏常青染飯成紺青之色日進一合可以  
延年益壽云吳越多有之今上巳青飯本此舊記任  
敦仙公取祝葉染飯闔俗効之三山志  
餈思晉切音迅烏飯也一曰青精飯蘇頌曰陶隱居

燕勿頌

卷一

造醖屬 青精飯 五

登真隱，設青精飯，飯法謂以藥草蜜泲曝之也。陳藏器曰：烏飯法取南天燭莖葉，搗汁浸粳米，九蒸九曝，米粒緊小如珠，囊之可適遠方。李時珍曰：此道家服食法。今釋氏四月八日造以供佛，入柿葉楊桐葉助色。詳本草綱目通雅曰：沉存中云：本草南燭草乃木也，名南天燭。今人植庭側，葉似棟，秋實赤如丹。智按此俗所謂天竹也，卽烏飯樹。今夏有烏飯草，又作青精者，或以楓葉烏桕染之。嶺南又以榕枝南燭一名維那木，一名猴菽。據諸說舊註，餐也。汎引登真設飯。

飯非  
清廖文英  
正字通

無勿類纂  
卷一

造醱屬  
青精飯  
六

本草綱目卷之六十一

麥飯

倍名母結覓十

無勿類纂卷一

造釀屬麥飯一



庶物類纂卷之二

庶物類纂造釀屬卷之二目次

粥

庶物類纂卷之二

造釀屬目次

一

本草綱目卷之二十一



粥

一名糜本目 一名饘同上 一名醪同上

倍名憂存

無勿類纂卷二

造藥屬

粥

二



燕物類彙編卷二

粥

粥濯於糜粥粥然也漢劉熙逸雅○五雅

寒粥末稻米投寒水中看膏然也上同

蘭先生坐琴莊食蘭香粥有鳩至塔上先生以匙擲

飼之漸進至肩遂盡此粥後日鳩以千百至先生飼

之琴莊美事○唐馮贊聖仙雜記

周書曰黃帝始烹穀為粥太平御覽

爾雅曰鬻靡也餼饘也上同

釋名曰糜煮使糜爛也粥濁於糜粥也寒粥投米寒

燕物類彙編卷二

造醖屬粥三

水中也。同上

護聖楊老說被當令正。方則或坐或睡。更不須覓被頭。此言大是。又云。平旦粥後就枕。則粥在腹中。煖而宜睡。天下第一樂也。予雖未之試。然覺其言之有味。後讀李端叔詩云。粥後復就枕。夢中還在家。則固有知之者矣。宋陸務觀老學菴筆記

漢光武在蕪。萋亭時得馮異奉豆粥。至久且不忘報。況山居可無此乎。用瓦餅爛煮豆。候粥少沸投之。同煮既熟而食。東坡詩云。豈如江頭午項雪。茅簷出沒

晨烟孤地。確春糝光似玉沙。餅煮豆軟如酥。老我此

身無著處。賣書來問東家住。臥聽鷄鳴粥熟時。蓬頭

曳杖君家去。此豆粥法也。君夫金谷之會。徒咄嗟以

誇客。孰若山舍清談。徜徉以候其熟也。宋林洪山家清供

梅落英。淨洗用雪水煮。候白粥熟。同煮楊誠齋詩云。

纔看臘後得春饒。愁見風前作雪飄。脫收將熬粥

吃。落英仍好當香燒。同上

真君粥。杏實去核。候粥熟。同烹。可謂真君粥。向游廬

山間。董真君未仙時。多種杏。歲稔則以杏易穀。歲歉

則以穀賤糴時得活者甚衆後白日升仙有詩云是以蓮花峯下客種成紅杏亦升仙豈必專于煉丹服氣苟有切德于人雖未死而名亦仙矣因名之上同  
茶藤粥舊辱趙東岩雲子瓊夫寄詩中有一詩云好春虛度三之一滿架茶藤取次開有客相看無可設數枝帶雨摘將來始疑茶藤非可食者一日過靈鷲訪僧嶺州午留粥甚香美詢之乃茶藤花也其花發采花片用甘艸湯焯候粥熟同煮又采木香嫩葉就元湯焯以藤油塩醃爲菜茹僧若嗜吟宜乎知此味

之清且知岩雲之詩不誣也同上

煮飯何如煮粥強好同兒女熟商量一升可作二升用兩日堪爲六日糧有客只須添水火無錢不必問羹湯莫言淡薄少滋味淡薄之中滋味長右煮粥詩楊王孫西京雜記云楊貴字王孫文翁張崇文歷代小誌云文翁姓名黨字仲翁壺關三老翁悅漢紀云令狐茂此三人名足以補班史之闕江陰李詡戒菴漫筆  
粥字象米在釜中相屬之形釋名云煮米爲粥使糜爛也粥濁於糜音看然也厚曰饘薄曰醑明李東璧本草綱目

按羅天益寶鑑云粳粟米粥氣薄味淡陽中之陰也所以淡滲下行能利小便韓愈醫通云一人病淋素不服藥予令專啖粟米粥絕去他味旬餘減月餘痊此五穀治病之理也又張來粥記云每日起食粥一大椀空腹胃虛穀氣便作所補不細又極柔臍與腸胃相得最爲飲食之妙訣齊和尚說山中僧每將旦一粥甚繫利害如不食則終日覺臍臍燥涸蓋粥能暢胃氣生津液也大抵養生求安樂亦無深遠難知之事不過寢食之間爾故作此勸人每日食粥勿大

笑也又蕪軾帖云夜饑甚吳子野勸食白粥云能推陳致新利膈益胃粥既快美粥後一覺妙不可言也此皆著粥之有益如此諸穀作粥詳見本條古方有用藥物粳粟梁米作粥治病甚多今畧取其可常食者集於下方以備考云  
上同  
笋粥法吳興掌故云嘗見山僧作笋粥幽尚可愛又云山僧煮笋用大塊云薄則味脫大塊久煮令軟其味自全贊寧寄問天目舊友山中所出伊僧報詩云山中人車違天眼中修定我本無根株只將笋爲命

本草綱目卷之二十一

但亦有毒須用薑或菜羹醬制之一說滑利大腸而益於肺謂之刮腸筴一曰竹實少陽之氣而尅脾土

明俞汝為  
荒政要

荒年煮粥全在官司處置有法就村落散設粥廠若盡聚之城郭少壯棄家就食老弱道路難堪一不便也竟日伺候二殮遇夜投宿無地二不便也穢雜易染疾疫給散難免擠踏三不便也非上人親嘗嚴察人衆虞粥缺少僧入生水食之往々致疾且有挿和雜物於米麥糜中甚至有挿入白土石灰者立見斃

以上諸弊一一講防窮民庶可藉延喘息有謂煮粥不若分米蓋目擊其艱苦也若城郭中官司加意經理各處村落屬募義者主之盡地分煮澤易偏而取效速亦荒政之不可廢者同上

金鑿密記白居易在翰林防風粥一甌食之口香

七日明慎懋官華夷花木鳥獸珍玩考

正月十五日作膏粥以祠門戶今州里風俗望日祭門先以楊柳枝挿門隨楊柳枝所指仍以酒脯飲食及豆粥挿着而祭之玉燭寶典○明  
虛翰月令通攷

燕物類彙編卷二 造釀屬 粥 七

張揖廣雅曰粥糜醴也

又曰粥厚曰醴粥薄曰醅米爛曰潘

釋名曰糜煮米使糜爛也粥濯于糜粥粥然也

說文曰周謂之醴宋衛謂之餈

時鏡新書曰齊魏收當寒食餉王元景粥因與收書

曰始知今節須御麥粥加之以糖彌覺香冷

蘓軾帖曰夜飢甚吳子野勸食白粥云能推陳致新

利膈益胃

南方專用臘月八日浴佛宋朝東京十二月初八日

都城諸大寺作浴佛會并送七寶五味粥謂之臘八

粥以上淵鑑類函

甘麩煮麥為甘粥也小顏曰麩之言齶也齶爛也

一曰麩者糗也糗亦作麩今人通以麩音未麥為之

麩甘麩音舉以蜜和糗味甘也孫愐曰麩麥粥汁也麩

亦作麩荀子曰夏日則與之瓜麩清方以智通雅

粥之六切音竹糜粥釋名寒粥未稻米投寒水中育

育狀蘓軾帖云夜饑甚吳子野勸食白粥云能推陳

致新利膈益胃又柔弱貌禮儒行粥粥若無能也又

姓古鬻熊周文王時人省作粥楚有粥權卽熊後又  
餘六切音欲與鬻同賣也曲禮君子雖貧不粥祭器  
又北狄名獯鬻史五帝紀逐熏粥一作葷粥又質韻  
音出蕪轍鍾山詩老僧一身泉上住十年掃盡人間  
迹客到惟燒柏子香晨饑坐視山前粥通雅曰粥一  
曰糜周謂之饘宋衛謂之飭周禮四飲註漿今之載  
漿也配今之粥也載昨再反疏云載之言載米汁相  
載漢時名爲載漿禮內則有黍配以黍爲粥配飲粥  
稀者之清也涼州異物志高昌以粥爲羅關清康文  
英正字

通

十二月八日各寺僧設豆糜雜置榛栗菱棗之屬謂  
之臘八粥開州志

十二月八日作粥雜棗栗於中食之名臘八粥曹州志

十二月八日食臘粥以米豈棗栗雜煮之鄒縣志

小麦粥止消渴煩熱

藏器曰寒食粥用杏仁和諸花作之主治咳嗽下血

氣調中

糯米○秫米○黍米粥氣味甘温無毒益氣治脾胃

本草綱目卷之二十一

虛寒洩痢吐逆小兒痘瘡白色

粳米○秬米○粟米○梁米粥氣味甘温平無毒利

小便止煩渴養腸胃

赤小豆粥利小便消水腫脾氣辟邪癘

綠豆粥解熱毒止煩渴

御米粥治反胃利大腸

蒼苡仁粥除濕熱利腸胃

蓮子粉粥健脾胃止洩痢

芡實粉粥固精氣明目

菱實粉粥益腸胃解內熱

栗子粥補腎氣益腰脚

薯蕷粥補腎精固腸胃

芋粥寬腸胃令人不饑

百合粉粥潤肺調中

蘿蔔粥消食利膈

胡蘿蔔粥寬中下氣

馬齒莧粥治痺消腫

油菜粥調中下氣

燕窩類卷二

造醱屬粥

十



本草綱目卷之二十一

善蓮菜粥健胃益脾

波菘菜粥和中潤燥

薺菜粥明目利肝

芹菜粥去伏熱利大小腸

芥菜粥豁痰辟惡

葵菜粥潤燥寬腸

韭菜粥溫中暖下

葱豉粥發汗解肌

伏苓粉粥清上實下

松子仁粥潤心肺調大腸

酸棗仁粥治煩熱益膽氣

枸杞子粥補精血益腎氣

薤白粥治老人冷利

生薑粥溫中辟惡

花椒粥辟瘴禦寒

茴香粥和胃治疝

胡椒粥 菜萸粥 辣米粥 並治心腹疼痛

麻子粥 胡麻粥 郁李仁粥 並潤腸治痺

燕吻頰纂卷二

造酸屬粥 十一

本草綱目卷之二十一

蘇子粥下氣利膈

竹葉湯粥止渴清心

豬腎粥 羊腎粥 鹿腎粥並補腎虛諸疾

羊肝粥 鷄肝粥並補肝虛明目

羊汁粥 鷄汁粥並治勞損

鴨汁粥 鯉魚汁粥並消水腫

牛乳粥補虛羸

酥壺粥養心肺

鹿角膠入粥食物元陽治諸虛

炒芎入粥食止白痢 燒鹽入粥食止血痢 以上明李東璧

本草綱目

千金月令曰正月宜食粥有三方一曰地黄粥以補虛取地黃搗汁候粥半熟以下汁復用綿包花椒五十粒生薑一片同煮粥熟去綿包再下熟羊腎一具碎切成條如韭菜大少加鹽食之 二曰防風粥以去四肢風取防風一大分煎湯煮粥 三曰紫蘊粥取紫蘊炒微黃香煎取汁作粥

竹葉粥中暑者宜用竹葉一握山柅一枚煎湯去渣

本草綱目卷二

下米煮粥候熟下鹽花點之進一二杯

芡實粥用芡實去殼三合新者研成膏陳者作粉和

粳米三合煮粥食之益精氣強智力聰耳目

蓮子粥用蓮肉一兩去皮煮爛細搗入糯米三合煮

粥食之治同上

竹葉粥用竹葉五十片石膏二兩水三碗煎至二

碗澄清去渣入米三合煮粥入白糖一二匙食之治

膈上風熱頭目赤

蔓菁粥用蔓菁子二合研碎入水二大碗絞出清汁

入米三合煮粥治小便利

牛乳粥用真生牛乳一鐘先用粳米作粥煮半熟去

少湯入牛乳待煮熟盛碗再加酥一匙食之

甘蔗粥用甘蔗榨漿三碗入米四合煮粥空心食之

治咳嗽虛熱口燥涕濃舌乾

山藥粥用羊肉四兩爛搗入山藥末一合加鹽少許

粳米三合煮粥食之治虛勞骨蒸

枸杞粥用甘州枸杞一合入米三合煮粥食之

紫蘆粥用紫蘆研末入水取汁煮粥將熟諒加蘆子

雜物類纂卷二

造酸醬

粥

十三

本草綱目卷之二十一

汁攪勻食之治老人脚氣須用家蘓方妙

地黄粥十月內生新地黃十餘斤搗汁每汁一斤入白蜜四兩熬成膏收貯封好每煮粥二合入地黃膏三二錢酥油少許食之蒸陰潤肺

胡麻粥用胡麻去皮蒸熟更炒令香用米三合淘淨入胡麻二合研汁同煮粥熟加酥食之

山栗粥用栗子煮熟揉作粉入米煮粥食之

菊苗粥用甘菊苗長嫩頭叢生葉摘來洗淨細切入鹽同米煮粥食之清目寧心

杞葉粥用枸杞子新嫩葉如上煮粥亦妙

薏苡粥用薏仁淘淨對配白米煮粥入白糖一二匙食之

沙穀米粥用沙穀米檢淨水畧淘滾水內下一滾即起皮免作糊治下痢甚驗

蕪荳粥用沙確先煮赤豆爛熟候煮米粥少沸傾赤豆同粥再煮食之

梅粥收落梅花辨淨用雪水煮粥候粥熟下梅辨一滾即起食之

本草綱目卷二

茶藤粥 抹茶、藤花片用甘草湯焯過候粥熟同煮又  
抹木香花嫩葉就甘草湯焯過以油鹽薑醃為菜二  
味清芬真仙供也

河祇粥 用海、養煮爛去骨細折候粥熟同煮攪勻食  
之

山藥粥 用淮山藥為末四六分配米煮粥食之甚補  
下元

羊腎粥 枸杞葉半斤米三合羊腎兩個碎切葱頭五  
箇乾者亦可用煮粥加些鹽味食之大治腰脚疼痛

麋角粥 用煮過膠的麋角霜作細末每粥二盞入末  
一錢鹽少許食之治人下元虛弱

鹿腎粥 用鹿腎二個去脂膜切細入少鹽先煮爛入  
米三合煮粥治氣虛耳聾一方加菴菹一兩酒洗去

皮同腎入粥煮亦妙  
猪腎粥 用人參二分葱白些少防風一分俱搗作末

同粳米三合入鍋煮半熟將猪腎一對去膜預切薄  
片淡鹽醃鹽刻放粥鍋中投入再莫攪動慢火更煮

良久食之能治耳聾

本草綱目卷之二十一

羊肉粥用爛牛肉四兩細切加入參末一錢白茯苓末一錢大棗二個切細黃耆五分入粳米三合入好鹽三二分煮粥食之治羸弱壯陽  
匾豆粥白匾豆半斤人參二錢作細片用水煎汁下米作粥食之益精力又治小兒霍亂  
茯苓粥茯苓為末淨一兩粳米二合先煮粥熟下茯苓末同煮起食治欲睡不得睡  
蘘麻粥真紫蘘子大麻子各五錢水洗淨微炒香同水研加泥取汁將二子汁化湯煮粥治老人諸虛結

久風秘不解壅聚膈中腹脹惡心  
竹瀝粥如常煮粥以竹瀝下半甌食之能治痰火  
門冬粥麥門冬生者洗淨絞汁一盞白米二合薏苡仁一合生地黃絞汁二合生薑汁半盞先將苡仁白米煮熟后下三味汁煮成稀粥治翻胃嘔逆  
蘿蔔粥用不辣大蘿蔔入鹽煮熟切碎如豆入粥將起一滾而食  
百合粥生百合一升切碎同蜜一兩甞熟煮粥將起入百合三合同煮食之妙甚

燕勿須集

卷二

造饌屬粥

十六

本草綱目卷之二十一

仙人粥 何首烏赤者為雄白者為雌大者為佳 抹大者不可犯鐵竹刀

刮去皮切成片收起每用五錢砂確煮爛下白米三

合煮粥

山菜羹粥 亦可 抹去皮搗研為泥粉每用一盞入蜜

二匙同炒令凝揉同粥攪食

乳粥用肥人乳候煮粥半熟去湯下人乳汁代湯煮

熟置碗中加酥油一二錢旋攪甘美大補元氣無酥

亦可

枸杞子粥用生者研如泥乾者為末每粥一甌加子

末半盞白蜜一二匙和勻食之大益

肉末粥用白米先煮成軟飯將鷄汁或肉汁蝦汁湯

調和清過用熟肉碎切如豆再加筴笋香薑或松穰

等物細切同飯下湯內一滾即起入供以醃菜為過

味甚佳

菘豆粥用菘豆淘淨下湯鍋多水煮爛次下米以緊

火同熬成粥候冷食之甚宜夏月遠可而止不宜多

吃

口數粥十二月二十五日夜用赤豆煮粥同菘豆法

本草綱目卷之二十一

一家之人大小分食若出外夜回者亦留與吃謂之  
口數粥能除瘟疫辟癘鬼出田家五行以上明高濂  
遵生八牋  
胡麻粥壯顏色潤肌膚潤肺止咳烏油麻不以多少  
去皮蒸一炊曝乾再微炒香熟每用白杭朮一分胡  
麻半斤如常煮粥法臨熟加蜜糖空心食之香甘極  
美明徐春甫  
古今醫統  
山羊粥薯蕷生於山者名  
曰山藥一名山羊山羊取山生者為佳團種  
者無味用時去皮細石磨如糊每碗粥用山羊一合  
酥蜜一合同炒令凝以匙挑粥將熟投攪勻出食之

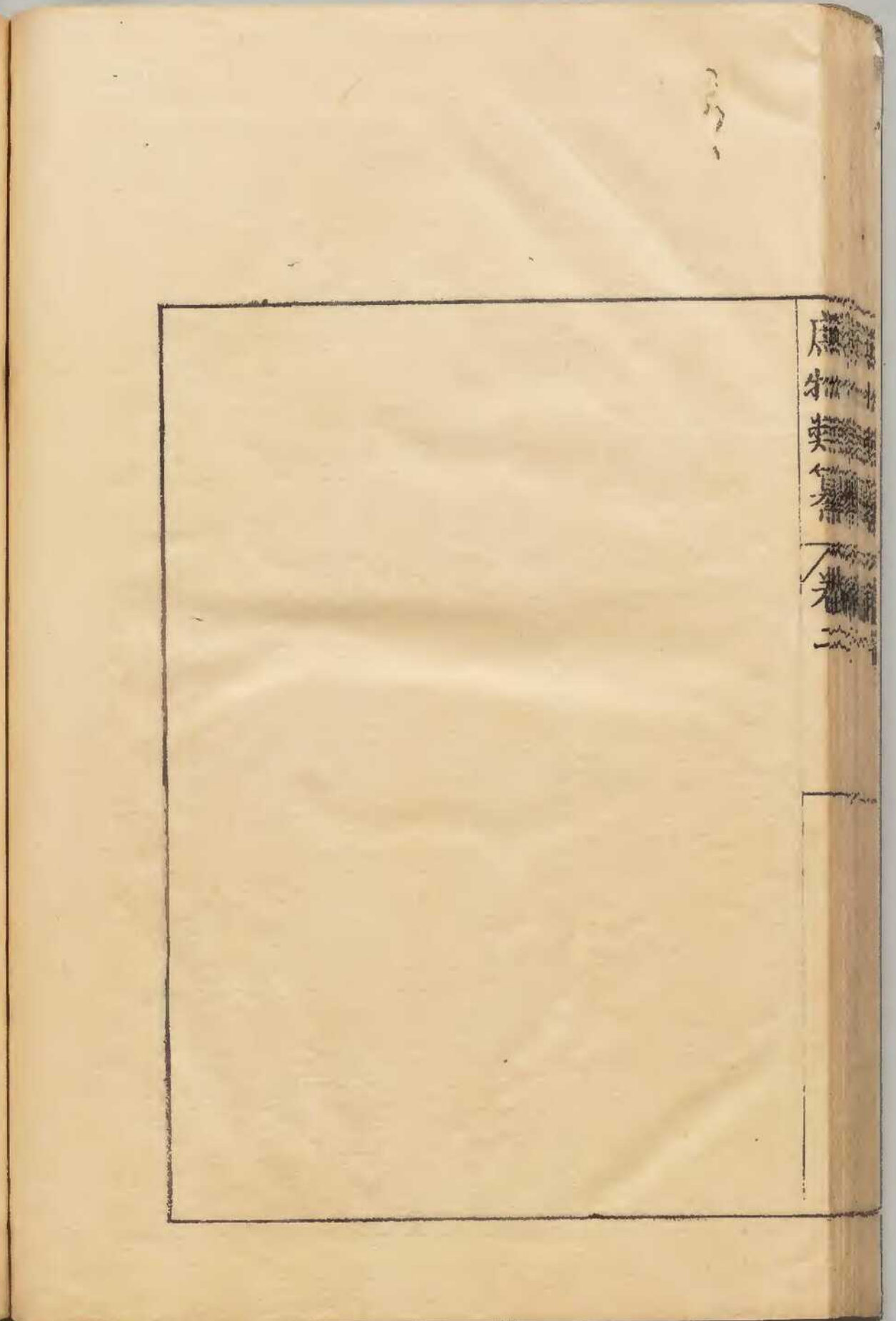
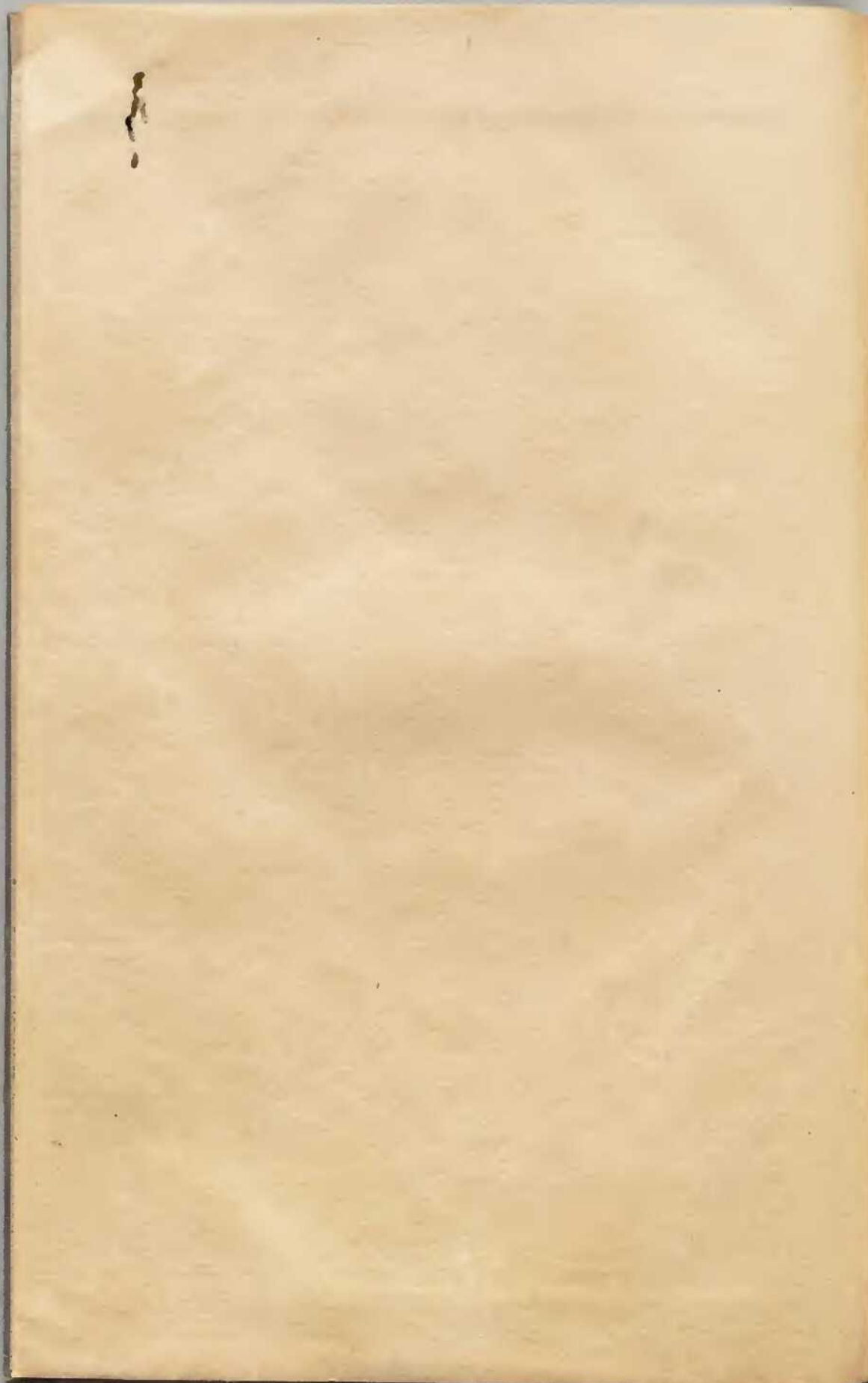
上同

玉函方頁集卷二十一

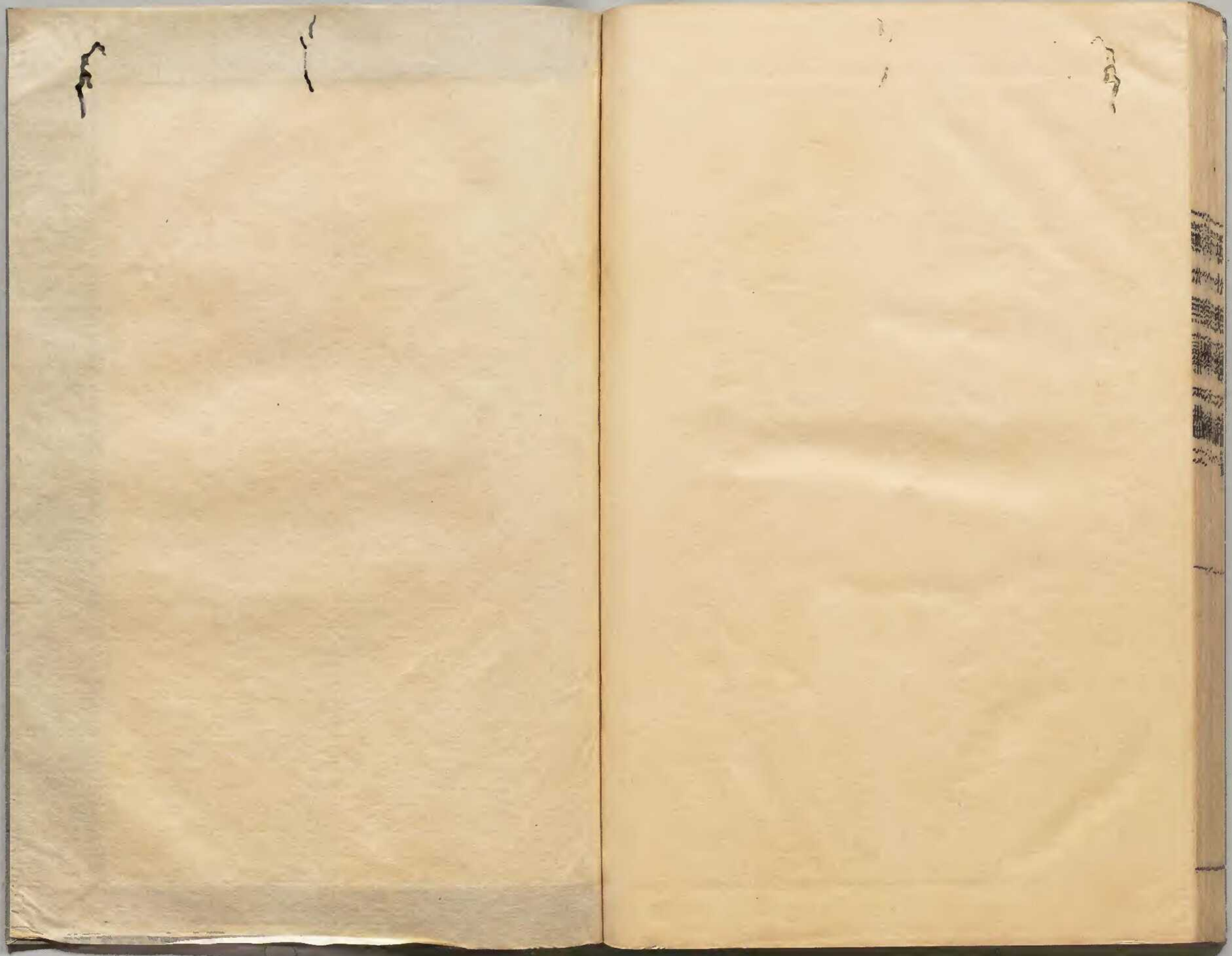
造釀屬粥

十八





天  
地  
人  
物  
事  
理  
一  
二  
三



Vertical text on the right edge of the right page, likely bleed-through from the reverse side. The text is small and difficult to read, appearing to be in Japanese characters.

