

# 食品集

明末吴禄辑的《食品集》是食疗食品专著。成书于明嘉靖十六年（1537）。收载食物三百五十种，分为谷、果、菜、兽、禽、虫鱼、水七部。每种食物分别介绍其性味、有毒无毒、服食利弊、功能主治、单验方等内容，还记载烹制方法、名医论述，食品别名等。

上集记有谷部三十七种、果部五十八种、菜部九十五种、兽部三十三种；下集记有禽部三十三种、虫鱼部六十一一种、水部，以及附录五味所补、五味所伤、五味所走、五脏所禁、五脏所忌、五脏所宜，五谷以养五脏，五果以助五脏，五畜以益五脏，五菜以充五脏，食物相反，服食忌食、妊娠忌食，诸禽毒、诸兽毒、诸鸟毒、诸鱼毒、诸果毒，解诸毒等。

书中正文部分计收动植物原料三百五十种。每种原料都介绍其性味及疗效。如“白豆”：“味甘平无毒。主调中，暖胃，助经脉。肾病宜食。”再如“松子”：“味甘温无毒。治诸风头眩，散水气，润五脏，延年不饥。香美。多食发热毒。”附录部分主要谈饮食宜忌及解毒法。如“食物相反”中说“小豆不可与鲤鱼同食”、“大豆不可与猪肉同食”等。“解诸毒”中说“河豚毒以芦苇、扁豆汁解之”，“鳖毒以黄蓍、吴盐煎汤服解之”等。

--

书名：食品集.2卷附录1卷.明吴禄辑.嘉靖16年序刊

文件格式□PDF高清

文件大小□77.9M