

牛肉を以て上食とし、其の餘は麥、粟、稗を以てす、人の生命食にあり、吾國の米穀味甘くして淡く、膏油あつて身體を潤す、また酒に造りて美味、他邦米ありとも、日本米の如くならず、酒に造りて夏月腐り、味を變ず、故に燒酒とす、味辛し、糯米亦他になし、支那月餅ユヰと云ふ者あり、八月十五夜に造る餅なり、予江漢馬長崎に遊ぶ時、之を喰するに餅にあらず、今云ふ落鴈の如し、米の粉を熬りてつぐねたる物なり、吾國の如く糯米なき事知るべし、又曰く、天竺赤道に近き諸島、サーゴボームと云ふ樹の皮を製して黍の如し、之をサーゴ米と云ふ、其の餘麥を以て食とす、吾國の禁にして他邦に船を出ださず、故に他國の事を知る者鮮し、吾等蘭學を以て之を知る、

余江漢曰く、略中山中米なき地、病者あれば、米を以て藥とす、効驗あり、都會の人常食とす、

〔傍廂後篇〕無病長壽の靈藥

食料の最第一にて、不死の靈藥の長たる物は米なり、人々一日に三度食ふ故に、たゞ飢渴をし、の爲のみと思ふは、大なる誤なり、第一は、饑を凌ぎ、氣根を強くし、腎精をまし、力量をそへ、手足を健にし、いきほひ盛なるは米のよき故なり、皇朝人の長壽にて武勇勝れたるも、異國人の短命にて非力なるも、米のよしあし、諸の食料なべての藥品などは、このかたはしにも及ばず、酒菓子すべての物、飯の上にいづることあたはず、何れも十日、廿日、一年、二年なしとて、一命にかゝはらず、米食は半日くはざれば、氣力おとろへ、一日くはざれば、大病の如く、三日くはざれば、死人のごとくなり、いと尊き靈藥にてぞありける、

〔黍稷稻粱辨〕蓋中華之地、江北少稻、故貴賤常食黍稷之雜穀、又或雜之以彫菰蕙苡之類、而給食之不及也、江南常食稻米、貴賤共不食麥粟也、古者江南爲中國之外、而其中國之人賤者不得食稻米、唯天子有稻、人稻、田使者之官、掌供於祭祀禮食耳、略論語曰、食夫稻衣夫錦、於汝安乎、以稻對錦、且三年不食者、則佳品珍膳而非常食也、略註朱氏詩集傳曰、稻、卽今南方所食稻米也、可見稻者南