

り花わらび又秋わらびと稱するは陰地蕨也紫塵嫩蕨人拳手といふ嫩はわかきとよむべし芽出しをいふ也撰集抄にもものよきとよめるは草書をもて誤りたる也郭璞も紫蕨拳曲繁盛すといへり

〔本朝食鑑三柔滑〕蕨訓和

釋名蕨二字古併訓和良比中略必大平野按薇別一種也蕨初生無葉類繁脚故齋魯曰藍今見蕨之初生皆青紫色既長彌青竟無白者食經所言白者未詳源順不分蕨從崔氏食經而不辨以謬傳誤者乎

集解處處山中岡野有之二三月生芽拳曲狀如小兒拳山野之人冬日燒山野其火連日不消其跡至春生蕨最多春初先生者號早蕨自古歌人賞詠之若欲食生蕨者先用灰湯煮去滑涎取出投水洗淨數次作蔬不然則必被中毒今世采其嫩芽醃藏而貢獻之野人多采收之作淹作乾以貨于四方信州野州三越之諸山常之秋田羽之莊内奥之仙臺南部等處最佳津輕之產圓肥味殊美駿遠參尾濃勢及幾内西州處處多有或晒乾作蔬煮食稍佳其芽既長則展開如鳳尾焦高三四尺其根去紫色皮内有白粉擣爛數次洗澄取粉水飛晒乾煉湯作餅狀如葛餅而色紫黑味不減葛餅世以爲珍此亦貢獻餽贈之品也采其粉後采根之筋條擣碎作繩呼稱蕨繩勁強不減鐵鎖而千年不朽世以爲土木之具此亦民間之最貨物也

〔重修本草綱目啓蒙十九柔滑〕蕨

ヤマ子グサ古歌 ホドロ同上 ワラビ シドケ土州 ヨメノサ

不勢州中略〇

春宿根ヨリ葉ヲ生ズ初ハ卷曲シテ拳ノ如シコレヲサワラビト云ビカキワラビト云フ採リ煮テ食用トス或ハ醃シ或ハ乾ス乾ス者ハ奥州三越信濃東北國ノ産ヲ良トス形肥大ニシテ柔軟ナリ葉長ズレハ莖ノ長サ三四尺老莖ヲ用テ箸トス凡ニ根數莖ヲ生ズ冬ニ至テ苗枯ル山人根ヲ掘リ製シテ粉トスコレ蕨粉授時通考ナリ一名山粉温州府志烏稷通雅俗名ワラビノコ古歌ニムラサ