

〔本朝食鑑三水菜〕淺草苔

釋名紫菜本朝式 神仙菜源順 甘苔漢語抄 甘海苔東鑑 葛西苔俗稱 進于京必大 野按此今之淺草苔 鎌倉賴朝

之江都東邊之地名隅田川上之村也 此苔本總州葛西海中多生 土人采之傳送于淺草 村市葛西土人亦多販之 武之品川亦有之 其土俗同以地名而冠其苔上 故諸州呼其名

集解苔如拆紙製帛而投于水中泛浪漂流 浦人立于岸上投竹竿而繫采之 以入簞來兒女掛著以攤

于葦箔而晒乾之生時蒼色 乾後紫蒼色者為上淺草葛西之苔是也 故世以賞美之品川之苔者 生時

乾後淡青黑略龜而不密 故味亦不美甘苔者 相豆海濱多有此亦一物 稍似品川苔紫赤色 亦粗而不

密源賴朝公每獻于京城者是也 古者志摩出雲石見隱岐等州貢之載于本朝式 近代雖儘有之而不

佳故京師及海西海北悉以武之產為珍 予往年使于二荒山中獲乾苔土人曰 此采于大谷川中其狀

略似海苔而青黑色性粗而不粘 味亦淡而微甘與海中之紫苔遙相隔焉 有松苔者狀似紫苔之碎松

葉之細齒青灰色味亦稍佳 久煮則凝滑如昆布之煮熟而不佳與之南部津輕等之海濱有之 有雪苔

者狀如石耳之細剉而輕薄似紙 生青乾紫味淡可愛佐渡越後海濱石上生者也

氣味甘冷無毒 多食發腹痛或令吐白沫 飲熱醋少許即消 主治咽喉痛癭溜脚氣消積痰

發明通俗妄食紫苔則發蟲積嘔吐不止 動到死予昔見一士人娘子年十五傷食嘔味 一晝夜不知幾

回蓬且吐黑物鮮血而竟殞 侍女曰此食生紫苔一碗以發病 予意疑紫苔鹹能軟堅故可追積塊 而無

發蟲積之理後有一仕官食生紫苔食畢忽吐鮮血而卒倒 侍童與藥即甦 招予乞治先見其所吐物

則血中有小蟲細擇之則水蛭之子也 故新製一劑令煎服 經日而痊於是初識 昔日娘子亦悞食苔中

之毒蟲而終命焉嗚呼悼哉 凡水中之藻苔有水蛭河豚之毒物而必留子 人未曉之苦不洗淨而遇毒

最可戒慎哉

鷄冠菜略

品川苔此亦武之品川海濱石上生 狀似鷄冠而柔滑 似海蘿鹿角而清粗 末紅本白 味亦淡甘久煮則凝粘 今晒乾亦貨于四方氣味主治未詳 必大按海蘿澀鹹不可食自古所食者此苔也乎