

eul_wid: umi-av

Ἀνώνυμοι Ἱατρικοί · Medical Writers Anonymous

On Foods

Περὶ Τροφῶν

Period: Ὀψιμαρχαία Late Antique
Dialect: Κοινή τεχνική Technical Koine
Domain: Ἱατρική Medicine
Format: Πραγματεία Treatise

*** ΑΝΩΝΥΜΟΥ ΠΕΡΙ ΧΥΜΩΝ, ΒΡΩΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΟΜΑΤΩΝ [τῶν τε χερσαίων, ἐναερίων καὶ θαλαττίων, ὅσα τε ἐκ τούτων εἰσὶ τρόφιμα καὶ εὐχυμα, καὶ ὅσα δύσπεπτα καὶ κακόχυμα.]**
Περὶ εὐχύμων.

¹ (τ) Εὐχυμότατόν ἐστι τὸ ἄριστον γάλα σχεδὸν πάντων. ἄριστον δὲ ἐστὶ τὸ τῶν εὐεκτούντων ζώων, ὅταν ἀμελχθῇ πινόμενον εὐθέως, προσλαμβάνειν δὲ χρὴ τοῦτο πρὸ παντὸς μὲν σιτίου τε καὶ ποτοῦ καὶ μηδὲν ἕτερον μετ' αὐτοῦ συνεσθίειν, ἕως ἄν πεφθῇ καὶ διαχωρίσῃ κάτω. Καὶ γὰρ εἰ καὶ μικρὸν οὕτινος προσμιγῇ, τοῦτο αὐτὸ τε διαφθείρεται καὶ τὸ ἐπ' αὐτῷ προσληφθέν. Καλὸν οὖν πρῶτας πίνειν τοῦτο, εὐθύμελκτον καὶ ἀσιτεῖν ἐπ' αὐτῷ ἡσυχῇ περιπατοῦντα. Κατ' ἀρχὰς μὲν οὖν κινεῖ τὴν κοιλίαν, καὶ μετὰ τοῦτο τρέφει κάλλιστα καὶ οὐκέτι διαχωρεῖ, ἀλλὰ καὶ ἴστησι τὴν γαστέρα. Μετὰ δὲ τὸ γάλα εὐχυμὰ εἰσὶ τὰ ὡὰ τὰ τρομητὰ καὶ ῥοφητὰ τὰ τῶν ὀρνίθων, χεῖρονα δὲ τὰ τῶν χηνῶν. Κρέατος δὲ πρὸ πάντων, ὄρνιθος καὶ φασιανῶν καὶ οἱ ὄρχεις τῶν ἀλεκτρονίων. Καὶ ἀπὸ τῶν λοιπῶν πετωμάτων, πέρδικος, ταγηνარიῶν· περιστερὰς δὲ φεῦγε, κίχλας δὲ, κοσσόφους, καὶ τῶν μικρῶν στρουθίων, ἐν οἷς εἰσὶ καὶ οἱ τρωγλήται. σκληρότερα δὲ τούτων καὶ δυσπεπτότερα καὶ εὐρωδέστερα τὰ τοῦ ταύνου. Ἔτι δὲ τούτων σκληρότερα τὰ τῆς τρύγονος καὶ τῆς φάσσης καὶ τῆς νήσσης καὶ τοῦ γεράνου. Περιττωματικώτερα δὲ τούτων τὰ τῶν χηνῶν καὶ τῶν κύκνων καὶ ὠτίδων. Τούτων δὲ αὐτῶν εὐχυμότερά εἰσὶ τὰ τῶν ἔτι αὐξανομένων ἡγουν τὰ τρυφερά· βλαβερὰ δὲ τὰ παλαιὰ καὶ τὰ νεογενῆ. Τούτων δὲ αὐτῶν κάλλιστα ὄρνιθες καὶ περιστεραὶ αἱ κατ' ἀγρὸν διαιτώμεναι, καθόλου δὲ τὰ γεγυμνασμένα καὶ τὰ ξηροτέραις τροφαῖς χρώμενα καὶ τὰ καθαρὸν καὶ λεπτὸν εἰσπνέοντα τὸν ἀέρα, βελτίω τῶν ἐναντίων εἰσὶ, τουτέστι τῶν ὑγροτέραις τροφαῖς χρωμένων καὶ τῶν ἀγυμνάστων. Τῶν μέντοι τοιούτων αἱ μάλιστα μαλακὴν ἔχουσαι τὴν σάρκα καὶ εὐθρυπτον καὶ εἰς κόρον ἐσθίειν, τῶν δὲ ἄλλων φειδομένως. Τῶν δὲ πεζῶν αἱ ἔριφοι, τῶν ἀρνίων κρεῖττονες, βλαβερώτερα δὲ τὰ μετὰ τὸ δέρμα ἐψόμενα. Ἰχθύων δὲ οἱ πελάγιοι καὶ πετραῖοι, ἐν οἷς ἐστὶ καὶ ὁ ἐκεῖθεν κρατούμενος κέφαλος καὶ ὁ λαύραξ, ἔτι δὲ καὶ τὰ σελάχια καὶ κωβίδια καὶ γαλεοί. Ἐφεξῆς δὲ τούτων, πλὴν ὅτι σπληνότεραι, αἱ μεγάλαι τρίγλαι, μὴ ἔχουσαι τι βρωμῶδες κατὰ τὴν γεῦσιν, μηδὲ εἰς τὰ ἐντόσθια τούτων ἔχουσαι βοτάνην. Μέσον δὲ εὐχύμων καὶ κακοχύμων εἰσὶ κιθαργοί, καὶ βούγλωσσοι, καὶ ψισίον, καὶ καθόλου τῶν ἰχθύων κάλλιστοι, ὅσοι μὴτε γλισχρότητα μὴτε ἀηδίαν ἔχουσι κατὰ τὴν γεῦσιν. Τῶν δὲ πεζῶν ζώων αἱ σάρκες τῶν τρυφερῶν χοιριδίων, οἷον τὰ ἐνιαύσια καὶ μήπω τὴν δίαιταν

πληρώσαντα καὶ τὰ μαστάρια καὶ οἱ πόδες [καὶ τὰ ὦτ'ια]. Τούτων δὲ χείρονα αἱ ῥῖνες καὶ τὰ ὦτα. Τῶν ἀγρίων ζώων ἡ σὰρξ εὐχυμοτέρα τῆς τῶν ἡμέρων. Ἄρτος καθαρὸς καὶ καλῶς ἐσκευασμένος, χονδρός, ἤγουν σίτινος ἀδρομερῶς ἀληλεσμένοις, κριθαὶ ἀπολεπισθεῖσαι καὶ καλῶς ἐψηθεῖσαι. Τῶν δὲ ὀσπρίων κύαμοι. Τῶν δὲ ὀπωρῶν σύκα ὥριμα καὶ σταφυλαὶ ὥριμοι, κρεμασθεῖσαι ἐπ' ὀλίγον, ἰσχάδες ταχὺ μὲν πεφθεῖσαι εὐχυμοί, χρονίσασαι δὲ ἐν τῇ γαστρὶ κακόχυμοι γίνονται. ^[45]

- 1 (50) Μετὰ δὲ καρύων ἐσθιόμεναι, κάλλιστα. Ὅσοι δὲ μετὰ τινος ἄλλου τῶν ἐδεσμάτων ἐσθίουσι τὰ σύκα καὶ τὰς ἰσχάδας ἰσχυρῶς βλάπτονται. κάστανα οὐ κακόχυμα· ἐκ διαλειμμάτων δὲ λαμβάνειν πιστάκια καὶ ἀμύγδαλα. Τῶν δὲ λαχάνων μαϊούλιον, καὶ μετ' αὐτὸ ἐντύβια, μαλάχη, κολόκυνθα ἐκζεστή, ὅταν μὴ ἀπεπτηθῇ. Τῶν δὲ οἴνων οἱ εὐώδεις καὶ εὐποτοί. Ἐμφράξεως δὲ συμβαινούσης, λαμβάνειν δεῖ τοῦ ὑδρογάρου τὸν ζωμὸν καὶ τῶν οἴνων τοὺς λευκοὺς καὶ λεπτοὺς καὶ σκόρδα καὶ κρόμμυα ἐκζεστά, καὶ εἰσαρτύματα μάλιστα κατὰ χειμῶνα, πέπερι καὶ ὀρίγανον καὶ θρύμβον καὶ βλίσκουνην καὶ σίνηπι εὐζωμον, σέλινα, πετροσέλινα, ῥεφάνια, ἡδύοσμον, πεντάρτυμα, ἄνηθον, κύμινον, ἄνισσον, δαυκία, πῆγανον· ταῦτα πάντα ἀρτύματα ἔχει τῶν εἰρημένων τροφῶν. Ὅσα εὐπεπτα. ^[65]

- 2 (τ) Ἄρτοι καλῶςσκευασθέντες τουτέστιν οἱ καλῶς μαλαχθέντες ἐν τῇ ζυμώσει καὶ ὁμαλῶς ὀπτηθέντες καὶ ἁλῶν συμμετρῶν δηλονότι αὐτοῖς ἐμβληθέντων. Τῶν ἰχθύων οἱ πετράιοι πάντες, κωβίος, νάρκη, τρύγων· ἅπαν τὸ γένος τῶν πτηνῶν. Ὀρνίθων ἡ σὰρξ, οἷον πέρδικος, ταγηναρίου, οὐ καλὴ· περιστερᾶς, ἀλεκτορίδων, καὶ ἀλεκτρούων μηκέτι φασιανῶν, τὰ πτερύγια τῶν χηνῶν, εὐπεπτα καὶ μᾶλλον τῶν ἀλεκτορίδων ἤγουν τῶν ὀρνίθων. Καὶ καθόλου κάλλιστα τὰ τῶν λιπαρῶν καὶ νέων πτερύγια, χεῖριστα δὲ τὰ τῶν ἰσχνῶν καὶ γεγηρακότων, τῶν σιτευθέντων διὰ τυρογάλακτος, χηναρίων τὸ ἥπαρ καὶ τῶν ὁμοίως τραφέντων τῶν πετεινῶν οἱ ὄρχεις. Κάλλιον δὲ τῶν βοῶν εἰσι τὰ μοσχάρια καὶ τῶν αἰγῶν τὰ ἐρίφια καὶ τούτων αὐτῶν ὅσα βόσκεται ἐν ξηροῖς τόποις, ὥα τρομητὰ καὶ ῥοφητὰ. Μαρούλλιον, ἴντυβα, μαλάχη, κολοκύνθα ἐκζεστή, ὅταν μὴ ἀπεπτηθῇ· τὸ κάρυον τοῦ λεπτοκαρίου εὐπεπτότερον καὶ οἱ γλυκύτεροι οἶνοι ἔμπροσθεν πινόμενοι παρὰ τοὺς αὐστηροὺς κάλλιον, ἥκιστα δὲ τὸ ἡδέως ἐσθιόμενον, εὐπεπτότερον τοῦ ἀνηδύντου. Ὅσα δύσπεπτα. ^[15]

- 3 (τ) Αἰγεία, βόεια, ἐλάφεια κρέη, χεῖρον δὲ τούτων τὰ τράγεια, ἐφεξῆς δὲ τῶν κριῶν, εἴτα τῶν ταύρων. Καὶ τὰ παλαιὰ δὲ ζῶα δύσπεπτα πάντα, κοιλία δύσπεπτος, ἔντερα, μήτρα, καρδία, ἥπαρ, ὦτα, οὐραί, νεφροί, σπλάγχχνα πάντα, ἐγκέφαλος, μυελοὶ καὶ τῶν τελείων ζώων οἱ ὄρχεις, χῆνες πλὴν τῶν πτερυγίων, φάσσαι, κίσσαι, κίχλαι, κόσσιφοι, καὶ ἡ τῶν μικρῶν στρουθίων σὰρξ σκληροτέρα, καὶ ἔτι μᾶλλον τρυγόνος καὶ νήσσης, καὶ πλεον ἢ τοῦ ταῶνος καὶ ἡ τῶν ὠτίδων. Αἱ κοιλίαι πᾶσαι τῶν πτηνῶν δύσπεπτοι, κοχλιοί, ὀξύγαλα, τυρὸς παλαιός, κογχύλια, ἀστακοί, πάγουροι, καρκῖνοι, караβίδες, καρίδες, ὀκταπόδια, σηπία, μοσχίται, καλαμάρια, βάτοι, λειόβατοι, ῥῖναι, δράκοντες, κοκύλια, σκορπίδια, τρίγλαι, ὄρφοι, φαγρία, ὥα ἐκζεστά καὶ ὀπτὰ καὶ τηγανιστά, σιτάριον ἐκζεστόν, φάβα, αὖχος, λωβοὶ τῶν φασουλίων καὶ αὐτὰ τὰ φασούλια, λάθυροι, ἐρέβινθος, ὀρίζιν, λουπηνάρια, κεγχρίς, φακή, σισάμιον, κάστανα, μῆλα καὶ ἄπια καὶ σύκα, σούρουβα, ἄγουρα, σταφυλὴ ὄξυνος, φοίνικες, ξυλοκέρατα, κίτρον πλὴν τοῦ φλοιοῦ, γόγγυλον ὠμότερον, βολβοὶ οἱ ὠμότεροι, δαυκίς καὶ πᾶσαι αἱ ῥίζαι τῶν λαχάνων, καὶ αὐτὰ τὰ λάχανα, πλὴν μαρουλλίου καὶ ἰντιβίου. Τῶν οἴνων οἱ παχεῖς καὶ νέοι δύσπεπτοι, καὶ ὕδωρ πάνυ. Ὅσα εὐστόμαχα καὶ ῥωστικά. ^[20]

- 4 (τ) Φοίνικες οἱ στυφότεροι, μῆλα, κυδώνια, ἐλαῖαι ἄσπραι, κολυμβάδες, καὶ πλεον τούτων αἱ μετὰ ὄξους συντιθέμεναι, σταφίδες αἱ στύφουσαι, σταφυλαὶ αἱ ἐν σταφύλοις ἀποτιθεμέναι, κάρυα μετὰ ἰσχάδων, κινάρα, σίνηπι, ῥεφάνια, γογγύλια ἐκζεστά ἰσχυρῶς ἐψημένα, κάρδαμα ἐλαιοδάφνια, βολβοί, οὗτοι δὲ καὶ ὄρεξιν ἐμποιοῦσιν, κάπαρις, τοῦ κίτρον τὸ δέρμα, ὥς

βοήθημα λαμβανόμενον, οἶνος ὀστυφής, εἰς βοηθήματος δὲ λόγον παραλαμβάνεται, ὡς εὐστόμαχα, ἀψίνθιον καὶ ἀλόη. Ὅσα κακοστόμαχα. ^[5]

- 5 (τ) Σεῦτλον ὡς καὶ δρασμὸν ἐμποιεῖν, ὅταν πλεῖον βρωθῇ, γογγύλιον ὠμότερον κακοστόμαχον, ὥσπερ τὸ καλῶς ἐψημένον εὐστόμαχον, βλήτα, χρυσολάχανον, ἐὰν μὴ μετὰ ὄξους καὶ γάρου καὶ ἐλαίου φαγωθῇ, τήλῃ, σήσαμον, γάλα ψυχρόν. τοῖς μὲν ψυχρὸν ἔχουσι τὴν κοιλίαν ὀξύδα ποιεῖ. τοῖς δὲ θερμὴν κνισοῦται. βλαβερὸν δὲ καὶ τοῖς πυρέσσουσιν. πεπώνια μὴ καλῶς πεφθέντα χολερικοὺς ἀποτελεῖ. καὶ γὰρ καὶ πρὶν διαφθαρῆναι εἰς ἕμετον ἐπιτήδειά εἰσι καὶ πλείω βρωθέντα, ἐὰν μὴ τις αὐτοῖς τι τῶν εὐχύμων ἐδεσμάτων ἐπιφάγῃ. ἐγκέφαλος πᾶς κακοστόμαχος καὶ εἰς ἕμετον παρορμῶν, ὥσπερ καὶ ὁ τῶν ὀστῶν μυελός. οἶνος ὁ μέλας καὶ στυφής, εὐκόλως ὀξίζει καὶ εἰς ἕμετον ὀρμᾷ, καὶ ὁ παλαιὸς καὶ ὁ νέος. Ὅσα ῥύπτει, τέμνει καὶ ἐκφράττει. ^[10]
- 6 (τ) Κριθὴ, τήλῃς μηλοπέπων, σταφίδες γλυκεῖαι, φάβα, ἐρέβινθοι, καὶ μᾶλλον οἱ μέλανες, κάπαρις, καὶ μάλιστα δι' ὀξύμέλιτος ἢ ὀξελαίου ἔμπροσθεν ἐσθιομένη, σεύτλου ὁ χυλός, καὶ αὐτὸ τὸ σεῦτλον, ὅταν μετὰ σινάπεως ἢ ὄξους ἐσθίεται, λάπαθον, βολβοί, κρόμμυα καὶ σκόροδα καὶ πράσα καὶ ἀμπελόπρασα· ἐψηθέντα δὲ δις ἢ τρίς ἀποτίθεται τὴν δριμύτητα, λεπτύνει δὲ ὁμοίως τυρόγαλα, σῦκα ῥύπτει διὸ καὶ ψαμμῶδη οὖρα πολλάκις τοῖς νεφριτικοῖς ἐσθίουσι ταῦτα ἐκκρίνεται, ἰσχάδαί, ἀμύγδαλα, πιστάκια, κράμβη, μέλι, ὀξύμελι, οἱ λεπτοὶ τῶν οἴνων, ἐὰν δὲ ψυχροὶ τυγχάνωσιν οἱ χυμοί, ἔστωσαν καὶ παλαιοὶ ὕδατῶδεις οἶνοι. Ὅσα ἐμφράττει. ^[10]
- 7 (τ) Γάλα τὸ ἔχον ὀλίγον τυρόγαλα οὐκ ἀσφαλές ἐστὶ τοῖς ἐν αὐτῷ πλεονάζουσιν ὡς βλάπτειν καὶ νεφροὺς καὶ λίθους ποιεῖν, ἐμφράττει δὲ καὶ τὸ ἥπαρ, ἰσχάδες καὶ σῦκα μετὰ τὴν τροφήν λαμβανόμενα τῷ λόγῳ τῶν γλυκέων ἐπὶ τῇ τροφῇ λαμβανόμενα ἐμφράττει, μὴ γινύμενα δὲ ὑσώπῳ ἢ ὀριγάνῳ ἢ πέπερι. καὶ ἔμπροσθεν ἐσθιόμενα οὐ μικρὸν ὄφελος ἔχουσιν. τὸ δὲ εὐκρατόμελι ἀνεπιτήδειον τοῖς κακοσπλάγχχνοις, φοίνικες οἱ χλωροὶ καὶ ὅσα διὰ ἱτρίων καὶ σεμιδάλεως σκευάζεται, ἐμφραντικά καὶ σπληνὸς αὐξητικά καὶ λίθων ποιητικά. ὁμοίως καὶ ἀλευραῖαι μετὰ γάλακτος καὶ οἶνος ὁ γλυκὺς ἐμφράττει καὶ τοὺς ὄγκους τῶν σπλάγχχνων αὐξάνει. Ὅσα ὑπάγει γαστέρα. ^[10]
- 8 (τ) Φακῆς τὸ πρῶτον ἀπόζεμα ἐν τῇ ἐψήσει, καὶ κράμβης ὁμοίως, καὶ μάλιστα ἀρτυόμενα δι' ἐλαίου καὶ γάρου. τῶν ὀστρακοδέρμων ὁ ζωμὸς οἶον ἀστακῶν, καὶ παγούρων καὶ τῶν ὁμοίων. εἰ τὸ ἀφέψημα δι' ἐλαίου καὶ πεπέρεως καὶ γάρου ὡς εἴρηται πίοι, εὐλυτον ἔξει τὴν κοιλίαν. ἀλλὰ καὶ τῶν θαλασσίων ἐχίνων, καὶ τῶν κογχυλίων οἱ ζωμοί, καὶ τῶν παλαιῶν ἀλεκτρούνων ὑπάγουσι τὴν κοιλίαν. ἄρτοι μῆβαροὶ διὰ τὸ πλεῖστον μετέχειν πιτύρων. τήλεως ὁ ζωμὸς ἐψηθεὶς μετὰ μέλιτος, καὶ λαμβανόμενος, ἐπιτήδειός ἐστιν εἰς τὸ ὑπάγειν ἅπαντας τοὺς ἐν τοῖς ἐντέροις μοχθηροὺς χυμούς, ὀλίγον δὲ εἶναι χρὴ τὸ μὴ γινύμενον μέλι, ἵνα μὴ δακνῶδες γένηται· ἐλαῖαι κολυμβάδες μετὰ γάρου πρὸ τῶν σιτίων ἐσθιόμεναι, τυρόγαλα μετὰ μέλιτος καλλίστου ὀλίγου, εἰ δὲ ἥπατικούς βούλῃ ποιῆσαι τοὺς χολικούς, οὓς εἵπομεν, ἄλλας περισσότερον ἔμβαλλε. τὰ νέα τῶν ζώων κρέα τῶν παλαιῶν μᾶλλον ὑπάγει καὶ τὰ ἄκρη τῶν μελῶν. ἀπὸ δὲ τῶν ἰχθύων νάρκη καὶ τρυγῶν μετρίως ὑπάγει, σεῦτλον, λάπαθον, νεαρός τυρὸς μετὰ μέλιτος, χρυσολάχανον, βλήτον, κολόκυνθα, πέπωνες, σῦκα, ἰσχάδαί, σταφυλαὶ γλυκεῖαι, ὅταν ὦσιν ὑγραί, συκάμιναι, καθαρὰ μὲν ἐμπεσόντα τῇ γαστρὶ καὶ πρῶτα ἐσθιόμενα, ὑπάγει τὴν γαστέρα. ἐσθιόμενα δὲ ὕστερον ἢ καὶ κακοχυμίαν εὐρόντα ἐν τῇ γαστρὶ διαφθείρεται. ὡσαύτως καὶ ἡ κολόκυνθα τοῦτο ποιεῖ, τὰ κάρυα τὰ χλωρὰ καὶ τῶν ξηρῶν τὰ ἀποβεβρεγμένα ἐν ὕδατι καὶ ἀπολεπισθέντα, δαμάσκηνα τὰ ὑγρὰ καὶ τῶν ξηρῶν τὰ εἰς εὐκρατόμελι ἀποβεβρεγμένα, πλέον ἔχουσι τοῦ μέλιτος, κἂν μόναι τις καταφάγῃ, κἂν δὲ ἐπιρροφήσῃ καὶ ἀπὸ τοῦ εὐκρατομέλιτος πλέον ὑπάγῃ, ἢ γλυκὺν οἶνον ἐπιπίῃ, καὶ μὴ εὐθέως ἀριστήσῃ [ἀλλὰ διαλιπεῖν τινα χρόνον]. κεράσια ἀπαλά, βερίκοκκα, ροδάκινα ἀπαλά καὶ πάντα τὰ ὑγρὰ καὶ ὕδατῶδη πρὸς τὸν

ἐπιτηδεῖως ἔχοντα τὴν γαστέρα εἰς τὴν κάτω διαχώρησιν. καὶ διὰ τοῦτο μέση πῶς ἐστὶν τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων ἢ ὕλη, διὰ τὸ μηδεμίαν αὐτοῖς ὑπάρχειν δριμεῖαν ἢ νιτρώδη ποιότητα. μουστάριν, ἀλλὰ καὶ οἶνος γλυκὺς ἐπιτηδεῖως ἔχει πρὸς αὐτὰς ὅσα ἐπέχει γαστρός. Ὅσα ἐπέχει γαστέρα. ^[35]

- 9 (τ) Φοίνικες οἱ στυφότεροι, σταφίδες αἱ στύφουσαι, συκάμινα τὰ ὥριμα, βάτζινα, ὁ δὲ τῆς λαγινίδος καρπὸς πλεόν, μυρσινόκοκκα τὰ ἄγρια, προῦμινα, μήλα τὰ στύφοντα, τὰ δὲ γλυκύτερα μετὰ δριμύτητος κινεῖ τὴν γαστέρα. ταῦτα καὶ ἐπὶ ροϊδίων, καὶ ἀπιδίων νόμιζε λέγεσθαι. τὸ γάλα ἂν τις αὐτὸ ἐψήσῃ ὡς δαπανηθῆναι τὸ τυρόγαλα, ἀστακοί, πάγουροι, καρίδαι, караβίδες ἂν ἐψήσῃ, αὐτὰ καὶ κενώσῃ τὸ ὑγρὸν αὐτῶν, κρατεῖται τὴν κοιλίαν, ὥσπερ καὶ τῶν ὀστριδίων καὶ μυδίων καὶ τῶν ὁμοίων αὐτοῖς ἢ σάρξ. φοκὴ δὲ καὶ κράμβη δις ἐψηθεῖσαι ἐπέχουσι τὴν κοιλίαν, ἵνα μετρίως μὲν ἐψηθῇ, εἴτα τὸ ὕδωρ ἀποχυθῇ, καὶ ἐμβάλῃς αὐτὰ ἐν ἐτέρῳ θερμῷ, καὶ ἰσχυρῶς ἐψήσας, ἕως ἀπαλὰ γένωνται, ἔλυμιν, ὀρίζιν, ἐλίμην, κέγχρος, τὰ τηγάνου, λαγωῦ κρέατα, οἶνος στυφῆς καὶ ξανθός. Ὅσα κακόχυμα. ^[10]
- 10 (τ) Τῆς κακοχυμίας οὐχ ἓν εἶδός ἐστιν. τὰ μὲν γὰρ φλεγματικώτερα τυγχάνει, τὰ δὲ χωλοδέστερα, καὶ ἄλλα μελαγχολικώτερα. ἀπέχεσθαι δὲ χρὴ πάντων τῶν κακοχύμων ἐδεσμάτων, κἂν εὐπεπτά τις ἢ ἐν τῷ χρόνῳ γὰρ κακοχυμία θησαυριζομένη ἐν ταῖς φλεψίν, ἐπειδὰν ἀφορμῆς ὀλίγης εἰς σῆψιν ἐπιλάβηται, πυρετοὺς χαλεποὺς ἀπεργάζεται. ἔστι δὲ κακόχυμα τὰ δὲ τῶν προβάτων ἢ σὰρξ καὶ τῶν αἰγῶν ὁμοίως μετὰ δριμύτητος, ἢ δὲ τῶν τράγων χειρίστη, ἐφεξῆς δὲ ἢ τῶν κριῶν, ἔπειτα τῶν ταύρων, ἐν πάσῃ δὲ παλαιὰ χεῖριστα. τῶν λαγῶν ἢ σὰρξ αἵματος μὲν ἐστὶν παχυτέρου γεννητική. βελτίονος δὲ εἰς εὐχυμίαν, βοὸς καὶ πρόβατον· κακόχυμος δὲ καὶ ὁ τῶν ἐλάφων νεφρὸς καὶ οἱ ὄρχεις τῶν ἐπὶ πλεόν ηὔξημένων ζώων πλὴν τῶν ἀλεκτρυόνων ἐγκέφαλος, ὁ τῆς ῥάχης μυελός, σπλήν, τὸ δὲ ἥπαρ ὀλίγον κακοχυμότερον τοῦ χοιρείου. πάντα τὰ σπλάγχνα τῶν ζώων κακόχυμα, ὥα τὰ τηγανιστά, τυροὶ παλαιοὶ βολῖται, ἀμανῖται, τῆλις, φακὴ, τύφη, βρώμος· ἢ δὲ ὄλυρα μέσον ἐστὶ σίτου καὶ τύφης καὶ βρώμου, ἐλίμην, κέγχρον καὶ ὅσα τοιαῦτα, οὐκ εὐχυμα. τῶν δὲ ἰχθύων δρακόντιον κοκύλιον, γαλαιώννυμοι, σκορπίοι, ὄρφοι, τρίγλαι αἱ τὰς καρίδας ἐσθίουσαι, καὶ οἱ μεγάλοι τῶν ἰχθύων καὶ τὰ ὀπωρινὰ πάντα. σῦκα δὲ ὀλίγον τῶν ἄλλων κακόχυμα, καὶ αἱ σταφυλαὶ ὁμοίως. κακόχυμοι δὲ καὶ ἰσχάδαι τοῖς ἐν αὐταῖς πλεονάζουσιν, ἀππίδια, ἄγουρα, κινάραι καὶ μᾶλλον ὅταν σκληρότεροι γένωνται, πεπώνια· ἢ δὲ κολόκυνθος τούτων μὲν ἐστὶ κάλλιον, ἂν καλῶς πεφθῇ· ἂν δὲ ἀποπεφθῇ, κακόχυμος γίνεται. τῶν δὲ λαχάνων οὐδὲν ἐστὶν εὐχυμον, μέσων δὲ τῶν εὐχύμων καὶ κακοχύμων ἐστὶν τὸ μαρούλιον καὶ τὰ ἴντιβα καὶ μετὰ ταῦτα μαλάχη, εἴτα χρυσολάχανον, καὶ χοιροβότανον, καὶ βλῆτον καὶ λάπαθον. αἱ δὲ ῥίζαι τῶν λαχανωδῶν φυτῶν κακόχυμοι εἰσιν. ὅσαι δριμεῖαι οἶον κρόμμυα καὶ πράσα καὶ σκόροδα, καὶ κραμβίου ὁ καυλός, καὶ δαυκία, γογγύλιον τὸ μὴ ἐψηθὲν καλῶς, κράμβη, βολβοὶ καὶ μὴ καλῶς ἐψηθέντες. τὰ κρόμμυα δὲ καὶ τὰ σκόροδα καὶ τὰ πράσα καὶ ἀμπελόπρασα, δις ἐκξεσθέντα ἀποτίθεται τὴν κακοχυμίαν· κακόχυμα δὲ εἰσιν ἐσχάτως τὰ ἄγρια λάχανα ἡγουν ἀγριομαρούλλια, καὶ ζοχία, καὶ πικρίδες, καὶ τὰ ὅμοια τούτων τῶν οἴνων οἱ παχεῖς καὶ δυσώδεις καὶ αὐστηροί. Ὅσα φλέγμα γεννᾷ. ^[35]
- 11 (τ) Τῶν ζώων τὰ νευρώδη μόρια ἡγουν τὰ ποδάρια, τὰ δέρματα, ἐγκέφαλος, πνεύμων, τῆς ῥάχης ὁ μυελός καὶ τῶν ἀρνίων ἢ σὰρξ, ἀμανιτάρης καὶ ἢ σὰρξ τῶν ὀστρακοδέρμων καὶ τῶν ἀπαλοσάρκων καὶ μήλα ἄγουρα. Ὅσα μελαγχολικὸν χυμὸν γεννᾷ. ^[1]
- 12 (τ) Κρέατα βόεια, αἴγεια, καὶ μᾶλλον τῶν ταύρων τε καὶ τράγων, λαγωῦ σὰρξ, ἀγριοχοίρεια, τὰ παστὰ κρέη τὰ τῶν τετραπόδων ζώων καὶ οἱ σπλῆνες τῶν ζώων. τῶν δὲ θαλασσίων ἰχθύων κοχλῖαι, τῶν δὲ λαχάνων κράμβαι καὶ τῶν δένδρων οἱ βλαστοὶ δι' ἄλλης ἢ καὶ ὀξάλῃς συντιθέμενοι. τῶν δὲ ὀσπρίων ἢ φακὴ ἐστὶν μελαγχολικώτερον ἔδεσμα καὶ μετὰ αὐτὴν οἱ

πυρίται τῶν ἄρτων καὶ οἱ ἐκ τῆς τύφης καὶ κέγχρου καὶ ἐλιμίου καὶ βύκου. τῶν δὲ οἴνων οἱ παχεῖς καὶ μέλανες. Ὅσα χολὴν γεννᾷ. ^[5]

13 (τ) Ξυλοκέρατα, καὶ κινάρια, καὶ τὸ μέλι ἐκχολοῦται εὐκόλως κατὰ τὰ θερμὰ σώματα, καὶ οἱ γλυκεῖς οἶνοι. Ὅσα γλίσχρους χυμοὺς γεννᾷ. ^[1]

14 (τ) Οἱ σεμιδαλίται ἄρτοι καὶ αὐτὴ ἡ σεμιδαλὶς καὶ τὰ τραγανὰ μόρια τῶν ζώων, ὅστ᾽, ὠτία, καὶ τὰ μυτία καὶ περὶ τὰ χεῖλη, καὶ τὸ χοίρειον κρέας τὸ χλωρόν, καὶ τὸ τῶν ἀρνίων, τὸ σησάμιν καὶ οἱ βολβοὶ τὰ τετράγγουρα καὶ οἱ λιπαροὶ φοίνικες. Ὅσα ὠμοὺς χυμοὺς γεννᾷ. ^[5]

15 (τ) Οἱ χλωροὶ φοίνικες, ῥίζα τοῦ γογγυλίου, ὅταν πλεονάσῃ τις ἐν αὐτῇ, ἡ σὰρξ τῶν ὀστρακοδέρμων τῶν σκληροσάρκων, ἀποβαλοῦσα τὸν ζωμὸν ἐκ τῆς πολλῆς ἐψήσεως, καὶ τὰ μαλάκια καλούμενα, οἷον ὀκταπόδια, σηπίαι, καλαμάρια, μοσχίται, καὶ τὰ μεγάλα ὀψάρια, ὡς θύναι, σαυροὶ, ξιφίαι. τῶν δὲ ζώων τὰ μέρη, κοιλία, ἔντερα, μήτρα, ὀξύγαλα, τυροὶ ἀπαλοί, λουπηνάρια, σταφυλαί, ὅταν κρατήσῃ τὴν κοιλίαν, τὰ δὲ αὐτὰ καὶ τοὺς ψυχροὺς τίκει χυμούς. Ὅσα ἄφυσα. ^[5]

16 (τ) Κύμινον, λιβυστικοῦ ῥίζα καὶ τὸ σπέρμα, λινόχοκκα, καναβόσπερμα, φάβα φρυκτόν, βολβοὶ δις ἐψηθέντες ἐν ἐλαίῳ καὶ γάρῳ καὶ μετ' ὅξους ἐσθιόμενα, μέλι τὸ ἀπαφρισθὲν, ὀξύμελι, ὥστε καὶ πνεύματα καταρρήγνυσιν, ἄρτοι κρίθινοι. Ὅσα φουσῶδη. ^[5]

17 (τ) Ἑρεβίνθια, λουπηνάρια, φασούλια, αὔχος, κέγχρος, κύαμοι, οἱ χλωροὶ φοίνικες, γάλα, καὶ μάλιστα τὸ ψυχρόν, βολβοὶ οἱ ὠμότεροι, μέλι τὸ ἐψηθὲν. τῶν οἴνων οἱ γλυκεῖς ἅμα καὶ αὐστηροί. σύκων δὲ καὶ μάλιστα τῶν ὠρίμων καὶ ἰσχάδες. ὀλιγοχρόνιος ἡ ἐμπνευμάτωσις. Ὅσα παχύχυμα. ^[5]

18 (τ) Ὅσα ὀξώδη χυμὸν γεννᾷ. Οἱ λειψανάβατοι ἄρτοι, αἰμουστόπιται, ἱτρίν, τὰ πλακούντια, οἱ λοβοὶ τῶν φαουσουλίων, τὰ λουπηνάρια, φακὴ, φάβα φρυκτόν, σισάμην, οἱ κτηνώδεις τῶν ἰχθύων, σηπίαι, ὀκτάποδες, ὀστρεύδια, μίδια, κτένια, πίννες, κηρύκια, χηβάδες, σωλῆνες, ἐγγέλια, κοχλίδια, ἐλάφεια κρέη, αἴγεια, βόεια, λάγεια, χοίρεια, ἥπαρ, νεφροὶ, ὄρχεις, ἐγκέφαλος τουτέστι μυελὸς ὁ τῆς κεφαλῆς, μυελὸς τῆς ράχης, μαστάρια, γλῶσσαι, γάλα τὸ ἐπὶ πλέον ἐψηθὲν, τυροὶ πάντες, ὀξύγαλα, ὧὰ ἐκζεστά, μᾶλλον δὲ τὰ ὀπτὰ σκληρὰ γενόμενα, καὶ ἔτι μᾶλλον τὰ τυγανιστά, κάστανα, βαλάνια, βολβοί, γογγύλια, ὕδνα, κώνειον, σύκα τὰ ἀγουρότερα, κίτρου σὰρξ, ἀγγούρια καὶ τετράγγουρα, μήλα τὰ μὴ ὠριμα. τῶν οἴνων οἱ γλυκεῖς καὶ μᾶλλον τὸ ἔψημα καὶ τὸ μουστάριον. Ὅσα πολύτροφα. ^[10]

19 (τ) Χοίρεια κρέη, βοῶν ὁ ἐγκέφαλος, ὄρχεις, καρδία, τῆς ράχης ὁ μυελός, καὶ πᾶς μυελός. τὰ πετεργία τῶν χηνῶν καὶ μᾶλλον τῶν ὀρνίθων καὶ παντοίων τῶν πετεινῶν αἱ κοιλία. τῶν ὀστρακοδέρμων τὸ σκληρόσαρκα, οἷον κηρύκια, κογχύλια, ἀστακοί, πάγουροι, καρίδαι, караβίδες, ὀκτάποδες, σηπίαι, καλαμάρια καὶ τὰ τοιαῦτα, νάρκη, τρυγῶν, βάτοι καὶ λειοβάτοι, καὶ ρίνοι, καὶ τρίγλαι, ὁ σεμιδαλίτης ἄρτος, εἴτα ὁ καθαρὸς ἀλευρίτης, σιτάρην ἐψητόν, σεμιδαλὶς, κύαμοι, ἐρεβίνθοι, φάσουλοι, αὔχος, τήλη, λωβοί, λουπηνάρια, κάστανα, φακὴ, οἱ γλυκεῖς φοίνικες, σταφίδες γλυκεῖαι καὶ λιπαραί, βαλάγιον, γογγύλιον, βολβοὶ δις ἐψηθέντες, μέλι τὸ ἀπαφρισθὲν, καὶ εὐκρατόμελι τὸ καλῶς ἐψηθὲν, οἱ παχεῖς τῶν οἴνων καὶ ρούσιοι, πλέον δὲ οἱ μέλανες καὶ γλυκεῖς καὶ παχεῖς καὶ στύφοντες. Ὅσα ὀλιγότροφα. ^[10]

20 (τ) Τὰ ἄκρα τῶν ζώων, μήτρα, κοιλία, ἔντερα, οὐρά, ὠτία, ἀξούγγιν, καθόλου πᾶν τὸ γένος τῶν ὀρνίθων ὀλιγοτροφότερά ἐστι τῶν τετραπόδων καὶ τῶν γεγηρακότων ζώων τῶν ἔτι αὐξανομένων. τῶν ἰχθύων ἡ τροφὴ αἵματός ἐστι λεπτοτέρου γεννητικῆς, τῶν ὀστρακοδέρμων τὰ μαλακόσαρκα, οἷον τὰ ὄστρεα, ἄρτοι κρίθινοι, ἄρτοι πιτυρίται καὶ ῥυπαροί, ἀλλὰ καὶ οἱ πλυτοί, ἄμυλον, βρώμος, κέγχρος καὶ μᾶλλον ἐλίμην, ὀρίζιν, φάβα χλωρόν, συκάμινα, ἀμύγδαλα, πιστάκια, δαμάσκηνα, ῥοδάκινα, μαζιζάνια, βερίκοκκα, ἐλαῖα μαῦραι, λεπτυκάρυα

καὶ μάλιστα τὰ μεγάλα, κάρυα, ζίνζιφα, κρίνια, προῦμνα, κάπαρι, σεῦτλον, λάπαθον, ὀξυλάπαθον χοιροβότανον τὸ καὶ τραῦλον λεγόμενον, ῥάφανον, γογγύλιον, σινάπι, κάρδαμον καὶ οἱ ἀσπάραγοι πάντες, δαυκίν· κρόμμυα δὲ καὶ σκόροδα καὶ πράσα καὶ ἀμπελόπρασα ὡμὰ μὲν οὐδὲ ὅλως τροφήν δίδουσι τῷ σώματι, ἐψηθέντα δὲ δις ἢ τρίς, ὀλιγίστην ροῖδια, ἄπια κολόκυνθος, σταφίδες αἱ στύφουσαι καὶ μὴ λιπαραί· τὰ σῦκα ἔχει τι πολυτροφώτερον, χαύνην δὲ ποιεῖ τὴν σάρκα, ὁμοίως ταῖς σταφυλαῖς· ἔλαττον δὲ αἱ σταφυλαὶ τῶν σύκων τρέφουσιν. Ὅσα περιττωματικά. ^[20]

- 21 (τ) Φάσσαι, χῆναι πλὴν τῶν πτερυγίων σπλάγχνα πάντα, ἡ ἥπαρ, σπλήν, νεφρός, ἔντερα, μήτρα, τῆς ῥάχης ὁ μυελός, τὰ ἐν ταῖς λίμναις καὶ τοῖς ἔλεσι βοσκόμενα ὄρνεα, ἐρέβινθοι, καὶ κύαμοι χλωροί, τὰ λακτέντα, τῶν προβάτων ἡ σὰρξ καὶ πάντων τῶν νέων ζώων καὶ τῶν ἀργῶς βιούντων, καὶ τῶν ἰχθύων οἱ ποτάμιοι καὶ λιμναῖοι καὶ οἱ ἐν πόλει διαιτώμενοι, καὶ πάντα τὰ κητώδη τῶν ἐν θαλάσῃ ζώων. Ὅσα περιττά. ^[5]
- 22 (τ) Τράχηλοι τῶν ζώων, οὐραί, πτερύγια, ἡ τῶν ἀγρίων ζώων σὰρξ καὶ τῶν ἐν ξηροῖς τόποις διαιτωμένων. Ὅσα λεπτύνει. ^[1]
- 23 (τ) Σκόροδα, κρόμμυα, κάρδαμα, πράσα, σινάπι, πέπερι, ὀρίγανον, ἡδύοσμον, ὕσσωπον, βλυσκούνιν, θύμος, θρύμβαι χλωραὶ προσφερόμεναι, εὐζωμα, σέλινα, πετροσέλινα, ῥεφάνια, κράμβη, σεῦτλα, σκώλιμον, μάλαθρον, πήγανον, ἄνηθον, κύμινον, κάπαρι, ἄνισον, δαυκίου σπέρμα, κριθαί, οἱ πετραῖοι τῶν ἰχθύων καὶ τῶν ὀρεῖων ὀρνέων τῶν μικρῶν, καὶ τὰ ἐν τοῖς ὄρεσι διαιτώμενα τετράποδα, ὄψαροι, καὶ κίχλαι, καὶ κόσσυφοι, καὶ πέρδικες καὶ οἱ τρωγίται, καὶ τὰ ἐν ἀμπέλοις εὐρίσκόμενα πτηνὰ καὶ αἱ περιστερὰ αἱ διαιτώμεναι εἰς τοὺς πύργους. ἐκ δὲ τῶν σελαχίων ἡ νάρκη καὶ ἡ τρυγὼν τῆς αὐτῆς ἐστὶ δυνάμεως. τὰ βούγλωσσα καὶ τὰ ψισία, τὰ δὲ μεγάλα τῶν ζώων καὶ τὰ ὄρνεα, σφάζαντα μετὰ μίαν ἡμέραν ἐσθίειν, καὶ τὰ παστὰ ὅσα εἰσὶ μαλακά, καὶ τῶν ὀπώρων τὰς ὑγροτέρας καὶ εὐκοιλίους, ἰσχάδες μετὰ καρύων καὶ πιστακίων καὶ τῶν ἀμυγδάλων αἱ ὑπόπικροι, μέσα δὲ πῶς εἰσιν αἱ ἐλαίαι· τῶν οἴνων οἱ λευκοὶ καὶ λεπτοί, καὶ τὸ τυρόγαλα. χρησιμώτερον δὲ ἐστὶν εἰς λεπτύνουσαν δίαιταν τὸ ὀξύμελι μάλιστα. Ὅσα θερμαίνει. ^[15]
- 24 (τ) Σιτάριν ἐκζεστόν, καὶ οἱ ὑπ' αὐτῶν ἄρτοι, τῆλιν, οἱ γλυκεῖς φοίνικες, μῆλα τὰ γλυκέα, σισάμην, κανάβεως σπέρμα, αἱ γλυκεῖαι τῶν σταφυλῶν, σέλινον, εὐζωμον, ῥάφανον, γογγύλιον, σίννηπι, κάρδαμον, δαυκίν, σκόροδα, κρόμμυον, πράσον, ἀμπελόπρασον, τυρὸς παλαιός, οἶνος γλυκύς, θερμότερος δὲ ὁ ξανθὸς οἶνος καὶ παλαιός. Ὅσα ψύχει. ^[5]
- 25 (τ) Κριθαὶ κατὰ πάντας τοὺς τρόπους τῆς ἐψήσεως, κίγχρος, ὕδνα, κολόκυνθος ἐκζεστή, πέπωνες, μηλοπέπωνες, ἀγγούρια, τετράγγουρα, κοκκίμηλα, συγκόμορα, καὶ ὄξυνα σταφυλαί, καὶ αἱ στύφουσαι τῶν σταφίδων, τὰ στύφοντα μῆλα, ροῖδια ὄξυνα, μαρούλιον, ἰντύβια, χοιροβότανον, μυρσινόκοκκα, ὕδωρ, ὕδατῶδης οἶνος, οἶνος ὁ λευκὸς καὶ αὐστηρὸς καὶ παχύς καὶ νέος αἰσθητῶς ψύχει καὶ τὸ ὄξος. μέσα δὲ τῶν θερμαίνοντων καὶ ψυχόντων εἰσὶν ἄρτοι πλυτοί, ἄμυλον, αἱ οἰνώδεις τῶν σταφυλῶν. Ὅσα ξηραίνει. ^[5]
- 26 (τ) Φακή, καὶ κράμβη, διὰ τοῦτο καὶ τὴν ὄψιν ἀμβλύνουσιν, πλὴν εἰ τύχει ὑγροτέρων ὁ σύμπαρς ὀφθαλμός, ὀλιγώτερον δὲ τῆς κράμβης ὁ καυλὸς αὐτὴν ξηραίνει. τῶν δὲ ἄλλων λαχάνων ξηρότερος ὁ καυλός ἐστίν, ῥαφάνια, γογγύλια, σίννηπι, λιγόκοκκον, ὄροβοι δις ἐψηθέντες καὶ ἀπογλυκανθέντες πολλάκις δι' ὕδατος ἔδεσμα ξηραντικὸν γίνεται, καλλίω δὲ εἰσιν οἱ λευκοὶ καὶ ὅσα ὀπτᾶται καὶ τηγανίζεται ξηροτέραν δίδωσι τροφήν καὶ ὅσα ἀρτύεται διὰ οἴνου καὶ γάρου, ξηρότερα τῶν οὐκ ἐχόντων εἰσὶ καὶ ὅσα διὰ σπερμάτων σκευάζεται ἤγουν ἐν οἷς εἰσέρχεται πεντάρτυμα, καρναβάδιν, βλίσκουνιν, καὶ ὅσα τοιαῦτα. Ὅσα ὑγραίνει. ^[10]
- 27 (τ)

Κριθάριν ἐψημένον, κολόκυνθα, πέπωνες, μηλοπέπωνες, ἀγγούρια, καὶ τετράγγουρα, καρύδια χλωρά, δαμάσκηνα, συκόμορα, συκάμινα, μαρούλλια, ἰντύβια, χοιροβότανον, μαλάχη, βλήτα, χρυσολάχανον ὑγραίνει δὲ καὶ τὸ τοῦ μαρουλλίου καὶ τὸ τῆς κωδίας βλῦτα σπέρμα, φάβα, καὶ ἐρέβινθα χλωρά, ὕδωρ. Ὅσα εὐφθαρτα. ^[5]

- 28 (τ) Ῥοδάκινα, μαζιζάνια, βερίκοκκα καὶ πᾶσαι αἱ ὀπῶραι, ὅταν μὴ ταχέως διαχωρηθῶσιν, διόπερ προεσθίειν αὐτὰ χρή τῶν ἄλλων, οὕτως γὰρ αὐτὰ τε ταχέως ὑπέρχεται καὶ τοῖς ἄλλοις ὀδηγεῖ. ὕστερον δὲ βρωθέντα αὐτὰ τε διαφθείρεται, συνδιαφθείρει δὲ καὶ τὰ ἄλλα διαφθείρει. Ὅσα δύσφθαρτα. ^[5]
- 29 (τ) Κογχύλια, κηρύκια, ἀστακοί, караβίδες, πάγουροι, καρίδες, πίνναι, ταῦτα τοῖς διαφθεύουσι τὴν τροφήν ὑπὸ κακοχυμίας γινόμενα. ἐψῶντες δις καὶ τρίς ἐν ὕδατι καλλίστῳ, μετατιθέντες καθαρὸν, ὅταν ἤδη τὸ πρότερον ἀλμυρὸν φαίνεται. Ὅσα βραδύπορα. ^[5]
- 30 (τ) Πάντα ὅσα δι' ἰτρίων καὶ σεμιδάλεως σκευάζεται βραδύπορα, φάβα φρασόμενον, οἱ καθαροὶ τῶν ἄρτων, φακὴ τοῦ λέπους ἀφηρημένη, ἐγκέφαλος, τῆς ῥάχεως ὁ μυελός, ἥπαρ, συκότην, καρδία, ὅπτα ῥά, ἐκξεστὰ καὶ ἔτι μᾶλλον τηγανιστά, λουπινάρια, φασούλια, σισάμην, βαλάνια, μῆλα, καὶ ἀπίδια τὰ ἀγουρότερα, ξυλοκέρατα, οἶνος γλυκύς, καὶ μᾶλλον ὁ στρυφνὸς καὶ τὸ ὕδωρ. Ὅσα κεφαλὴν βλάπτει. ^[5]
- 31 (τ) Συκάμινα, βάτζινα, κεδρόκοκκα, κανναβάκοκκα, φοινίκια, εὐζωμα, τῆλιν, λιγόκοκκον, ὁ ξανθὸς καὶ αὐστηρὸς οἶνος καὶ οἱ εὐώδεις δὲ ἅπαντες οἶνοι τῆς κεφαλῆς καὶ τῶν νεύρων ἄπτονται, ὁ δὲ ὑδατώδης οὔτε κεφαλὴν οὔτε νεῦρον ἀδικεῖ, γάλα, δαμάσκηνα, κρόκος, κάρυα, ὁ νέος οἶνος, κάστανα, πράσα, κρόμμυα, σκόροδα, ταρχὸς φουκάς. Περὶ πίστου. ^[5]
- 32 (τ) Πίστος, ἡ κέγχρος ὀλιγότροφος καὶ ψυχρόν, ὑγραينوμένην δὲ γαστέραν ζηραίνει. ἔχει δέ τι καὶ δύσπεπτον. Περὶ ὀρύζης. ^[1]
- 33 (τ) Ὅριζιν ἐπέχει δὲ τὴν γαστέρα, δυσπεπτότερον δὲ ἐστὶν τοῦ χόνδρου. Περὶ χόνδρου. ^[1]
- 34 (τ) Ὁ λέγουσιν οἱ ἄγροικοι κουρκούτιν καὶ ἀτροφώτερον χόνδρος, τὸ κουρκούτην τροφιμὸν ἐστίν, φλέγμα δὲ γεννᾷ, ἐὰν εἰς κόρον αὐτὸ φάγη τις, ἢ καὶ ἀπεπτῆσι. Περὶ φακῆς. ^[1]
- 35 (τ) Στύφει τὸ λέπος αὐτῆς. ἡ δὲ σὰρξ αὐτῆς μελαγχολικὸν γεννᾷ χυμὸν, βλάπτει δὲ καὶ τὸ φῶς εἰς τοὺς ξηροτέρους ἔχοντας ὀφθαλμούς. Περὶ κυάμου. ^[1]
- 36 (τ) Κύαμος τὸ λεγόμενον φάβα αἵματος λεπτοτέρου γεννητικόν. φυσῶδες δὲ ἐστὶν ἔδεσμα, χλωροὶ δὲ ἐσθιόμενοι ὑγραίνουσι τὰ σώματα. Περὶ ἐρεβίνθων. ^[1]
- 37 (τ) Οἱ ἐρεβίνθοι φυσῶδεις εἰσὶ καὶ αὐτοὶ καὶ τρόφιμοι, ὥσπερ οἱ κύαμοι, ἐπεγείρουσι δὲ καὶ τὰς εἰς τὰς μίξεις κινήσεις, καὶ σπέρματός εἰσι γεννητικοί. θρύπτει δὲ τὸ ἀπόζεμα αὐτῶν τοὺς ἐν τοῖς νεφροῖς λίθους καὶ μάλιστα οἱ μαῦροι καὶ μικροί. ἐὰν δὲ φρυγῶσιν οἱ ἐρεβίνθοι, ὥσπερ καὶ οἱ κύαμοι, καὶ τὴν κοιλίαν ἐπέχουσι καὶ τροφιμότεροι γίνονται. χλωροὶ δὲ καὶ αὐτοὶ ἐσθιόμενοι, ὑγρασίαν τοῖς σώμασι παρέχουσιν. Περὶ λουπιναρίων. ^[5]
- 38 (τ) Δύσπεπτόν ἐστι καὶ παχὺν γεννᾷ χυμὸν, μέσον δὲ ἐστὶν λουπιναρίου εὐκοιλίου καὶ δυσκοιλίου. Περὶ τήλεως. ^[1]
- 39 (τ) Ἀποβραχεῖσα καὶ ἀπογλυκανθεῖσα καὶ φυτρωθεῖσα ἡ τῆλιν ὑπάγει γαστέρα, διὰ γάρου προεσθιομένος ὁ καρπὸς δηλονότι ἢ δι' ὄζους, καὶ γάρου ἢ δι' οἶνου καὶ γάρου καὶ ἐλαίου· κεφαλαλγὴς δὲ ἐστὶν ἡ διὰ γάρου μόνου ἐσθιομένη· ἐὰν δὲ μετὰ οἶνου καὶ γάρου καὶ ἐλαίου λάβῃ τις αὐτήν, οὐ γίνεται κεφαλαλγὴς. ὁ χυλὸς δὲ αὐτῆς ἐψηθεὶς καὶ μετὰ μέλιτος λαμβανόμενος ὑπάγει τοὺς ἐν τοῖς ἐντέροις μοχθηροὺς χυμούς. ἔστι δὲ καὶ εὐκοίλιος. Περὶ φασουλίου. ^[5]

40 (τ)

Καὶ αὔχους καὶ ταῦτά τινες ἀποβρέχουσι μέχρι τοῦ φυῆσαι ρίζαν καὶ ἐσθίουσιν πρὸ τῆς ἄλλης τροφῆς, ὑπαγωγῆς ἕνεκα γαστρός, καὶ ἐναποβάπτοντες γάροις. τρόφιμον γεννῶσι δὲ χυμὸν ὅταν καλῶς πεφθῶσι. καὶ πλέον τῆς τήλεως· εἰσὶ δὲ ταῦτα μέσα πως τῶν εὐχύμων καὶ κακοχύμων, εὐπέπτων τε καὶ δυσπέπτων, βραδυπόρων τε καὶ ταχυπόρων, ἀφύσων τε καὶ φυσσωδῶν, ὀλιγοτρόφων τε καὶ πολυτρόφων. Περὶ λαθύρων. ^[5]

- 41 (τ) Οὗτοι τροφιμώτεροι τῶν φασουλίων καὶ αὔχους. τὰ δὲ ἄλλα ὅμοιοι· χορτάζει γὰρ τοὺς ἐσθιόντας ταχέως. Περὶ σησάμου. ^[1]
- 42 (τ) Σήσαμον ταχέως τοὺς ἐσθιόντας χορτάζει· ἔστι δὲ βραδύπορον, δύσπεπτον καὶ κακοστόμαχον καὶ παχύχυμον καὶ δυσῶδες. Περὶ καναβοκόκκου. ^[1]
- 43 (τ) Δύσπεπτον καὶ κακοστόμαχόν ἐστι, καὶ κεφαλαλγές τε καὶ κακόχυμον. θερμαίνει δὲ ἱκανῶς. Περὶ κολοκύνθης. ^[1]
- 44 (τ) Ὑγρὰν δίδωσι καὶ ψυχρὰν τροφήν τῷ σώματι καὶ ὀλίγην καὶ εὐκοίλιον. ἐὰν δὲ ψυγῇ ὥσπερ κόπτουσι καὶ ξηραίνουσι αὐτήν καὶ ξηρὰν ἐσθίουσιν ἐν χειμῶνι ὥμων χυμῶν ἐστι γεννητική. Περὶ πεπώνων. ^[1]
- 45 (τ) Ψυχροὶ εἰσι καὶ ὑγροὶ· ἔχουσι δέ τι καὶ καθαρτικόν· διὸ καὶ κινουῦσιν οὖρα καὶ ὑγραίνουσι τὴν κοιλίαν, πλέον τῆς κολοκύνθης, καὶ τῶν μηλοπεπόνων, πλέον δὲ τῆς σαρκὸς αὐτῶν οὐροῦσι, κινεῖ τὸ σπέρμα. κακοχυμίαν δὲ ποιοῦσι ἐν τῷ σώματι, καὶ μάλιστα ὅταν μὴ πεφθῶσι καλῶς. τηνικαῦτα δὲ καὶ χολερικοὺς ἀποτελοῦσι, καὶ πρὶν ἀπεπτηθῶσι, πρὸς ἔμετον ἐπιτήδειοί εἰσι, καὶ μάλιστα, εἰ πλέον βρωθῶσι. Περὶ μηλοπεπόνων. ^[5]
- 46 (τ) Οἱ μηλοπέπονες οὐ τοσοῦτόν εἰσιν ὑγροὶ ἢ κακόχυμοι ὅσον οἱ πέπονες, οὐκ εἰσι δὲ οὕτως οὐρητικοί, οὐδὲ εὐκοίλιοι, οὐδὲ εἰς ἔμετον ὁμοίως ἐκείνοις ἐξορμῶσιν· ἀπολειπόμενοι δὲ τῶν εὐστομάχων ὀπωρῶν τῶν ἄλλων οὐκ ἔχουσι τῶν πεπόνων τὸ κακοστόμαχον. Περὶ ἀγγούρων καὶ τετραγγούρων. ^[5]
- 47 (τ) Ἔχουσιν οὐρητικόν τι καὶ αὐτοί, περισσῶς δὲ ἐσθιόμενοι ἐν τῷ χρόνῳ παχὺν χυμὸν γεννῶσι, μὴ δυνάμενον εἰς αἷμα μεταβληθῆναι. Περὶ σύκων. ^[1]
- 48 (τ) Κακόχυμα μὲν εἰσιν, ὥς αἱ λοιπαὶ ὀπῶραι, πλὴν ὀλιγώτερον ἐκείνων, ἔχουσι δὲ καὶ ἀγαθὰ ταῦτα. εὐκόιλα γὰρ εἰσι καὶ ῥυπτικά ἤγουν καθαρτικόν τι ἔχουσι, τροφήν δὲ πλείονα τῶν ἄλλων ὀπωρῶν δίδωσι τῷ σώματι. τὴν δὲ σάρκα τῶν ἐσθιόντων, οὐκ ἐσφιγμένην καὶ ἰσχυρὰν ἐργάζεται, ἀλλ' ὑπόσομφον, τουτέστιν ὑπόζογχον. ποιεῖ δὲ ἐμπνευμάτων, ἀλλ' ὅμως ὀλιγοχρόνιον, ἐσθίειν δὲ δεῖ τὰ πάνυ ὥριμα. Περὶ ἰσχαδίων. ^[5]
- 49 (τ) Τὰ ἰσχάδια κακόχυμά εἰσιν, ὅθεν καὶ φθειρῶν πλῆθος γεννῶσι. δύναμιν δὲ ἔχουσι λεπτυντικήν τε καὶ τμητικήν, δι' ἣν εἰσι καὶ εὐκοίλια καὶ καθαρτικά τῶν νεφρῶν· ἥπατι δὲ καὶ σπληνὶ φλεγμαίνουσι βλαβερὰ καθάπερ καὶ τὰ σῦκα καθὼς πάντα τὰ γλυκέα· ἐμπεφραγμένοις δὲ καὶ σκληρουμένοις ἤγουν σκληροῖς τοῖς σπλάγχχνοις μετὰ ὑσώπου ἢ βλισκουνίου ἐσθιόμενα μεγάλως ὠφελοῦσι. ὅσοι δὲ αὐτὰ ἐσθίουσιν μετὰ ἄλλων βρωμάτων, μεγάλως βλάπτονται, ἀλλὰ καὶ τρέφουσιν ἱκανῶς, καθὼς τὸ παλαιὸν τοῖς ἀθληταῖς ἐδίδοντο. Περὶ σύκου καὶ σταφυλῆς. ^[10]
- 50 (τ) Κεφαλαὶ εἰσιν αὗται τῶν ὀπωρῶν. εἰσὶ δὲ καὶ πασῶν τροφιμώτερα καὶ μάλιστα τὰ σῦκα καὶ ὀλίγον εἰσὶ κακόχυμα, ὅταν εἰσὶν ἀκριβῶς ὥριμα. ὀλιγώτερον δὲ τῶν σύκων αἱ σταφυλαὶ τρέφουσιν. ἀγαθὸν δὲ αὐταῖς ὑπάρχει τὸ ταχέως διαχωρεῖσθαι. διὸ καὶ ἐπισχεθῶσί ποτε, βλάπτουσιν ἱκανῶς, οὐκ ἐχόντων τοῦτο τῶν σύκων· ἐκεῖνα γὰρ καὶ μὴ διαχωρισθῇ, ἀβλαβῇ τροφήν δίδωσι τῷ σώματι. αἱ δὲ σταφυλαὶ μὴ τὴν κοιλίαν κινουῦσαι οὐδὲ χονεύονται καλῶς καὶ ὥμὸν χυμὸν γεννῶσι μὴ δυνάμενον εὐκόλως εἰς αἷμα μεταβληθῆναι. ἐσθίειν δὲ αὐτὰς χρή χωρὶς τῶν γιγάρτων καὶ τῶν σταφυλῶν. ἅπερτα γὰρ ὑπάρχουσι ταῦτα. τὰ δὲ γίγαρτα καὶ

στύφει, καὶ ἀχόνευτα μένει· αἱ μὲν οὖν γλυκεῖαι τῶν σταφυλῶν, θερμότερον ἔχουσι τὸν χυλόν, αἱ δὲ αὐστηραὶ ψυχρότερον. Περὶ ἀσταφίδων. ^[10]

- 51 (τ) Αἱ μὲν οὖν αὐστηραὶ τῶν ἀσταφίδων ψυχρότεραι, ῥωννύουσαι δὲ τὸν στόμαχον καὶ τὴν κοιλίαν ξηραίνουσιν. αἱ δὲ γλυκεῖαι θερμότεραι. καὶ μέσαι πῶς εἰσιν εὐστόμαχοι καὶ δυσκοίλιοι. ἔχουσι δὲ τι καὶ ῥυπτικόν, καὶ τὰς μικρὰς τοῦ στομάχου θεραπεύουσι δῆξις. τροφή δὲ ἐκ τῶν ἀσταφίδων ἀναδίδεται, οἷα καὶ ἀπὸ τῶν σταφυλῶν. Περὶ μήλων. ^[5]
- 52 (τ) Ὅσα μὲν στύφη τῶν μήλων, ψυχρὸν ἔχει καὶ γεώδη χυμὸν, τουτέστι παχύν. ὅσα δὲ ὄξυνα, ψυχρὸν καὶ λεπτομερῆ. μέσης δὲ ὑπάρχει κράσεως, τὰ γλυκέα πρὸς τὸ θερμότερον ἀποκρίνονται. τὰ δὲ ἄπια ψυχρὰ καὶ ὑδατώδη καὶ διὰ τοῦτο τὰ μὲν στυφέα ἐπέχει τὴν γαστέρα. τὰ δὲ ὄξυνα χυμὸν εὐρόντα καὶ τοῦτον τέμνοντα ὑπάγει τὴν κοιλίαν. καθαρὰ δὲ εὐρόντα ἐπέχει. τὰ δὲ ἄπια, τουτέστιν τὰ μήτε γλυκέα μήτε ὄξυνα, μήτε στυφέα χεῖριστα πάντων. Περὶ κυδωνίων καὶ στρουθομήλων. ^[5]
- 53 (τ) Τὰ κυδώνια στύψιν ἔχει πολλὴν καὶ εἴ τις ἐψήσας αὐτῶν τὸν χυλὸν μετὰ μέλιτος ἀποτίθῃσιν, φυλάττονται. τῶν δὲ ἄλλων μήλων ὁ χυλὸς ὀξύζει. τῶν δὲ στρουθομήλων καὶ αὐτὸς ὁμοίως τοῖς κυδωνίοις σώζεται. Περὶ ἀπίων καὶ ροϊδίων. ^[1]
- 54 (τ) Ἀμφοτέρω στύφουσι, ὀλιγοτροφώτερα δὲ τὰ ροϊδία. Περὶ μεσπίλων καὶ σουρούβων. ^[1]
- 55 (τ) Ἀμφοτέρω στύφουσι καὶ τὴν γαστέρα ῥέουσιν ἰσχύειν. εἰσὶ δὲ τὰ σούρουβα στυπτικώτερα καὶ ἡδονὴν ἔχοντα πλείονα. Περὶ φοινίκων. ^[1]
- 56 (τ) Τῶν φοινίκων οἱ μὲν γλυκεῖς εἰσιν, οἱ δὲ στύφοντες, εὐστόμαχοι καὶ γαστρὸς ἐφεκτικοί. ἅπαντες δὲ οἱ φοινίκες δύσπεπτοί τε εἰσὶ καὶ τὴν κοιλίαν κρατοῦντες, πλείονες βρωθέντες. Περὶ ἐλαιῶν. ^[1]
- 57 (τ) Ὀλιγότροφοί εἰσι καὶ μάλιστα αἱ μαῦραι. αἱ δὲ ἄσπραι αἵτινες γίνονται κολυμβάδα, διὰ τὴν στύψιν εὐστόμαχοί εἰσιν, ἐπεγείρουσαι καὶ τὴν ὄρεξιν. ἐπιτηδειόταται δὲ εἰσιν αἱ δι' ὄξους συντιθέμεναι. Περὶ καρύων. ^[1]
- 58 (τ) Ὀλιγότροφά εἰσι τὰ τε κάρυα καὶ τὰ λεπτοκάρυα. τὰ δὲ χλωρὰ ὑδατώδη δύναμιν ἔχει, εὐπεπτότερον δὲ ἐστὶ καὶ εὐστομαχώτερον τὸ κάρυον τοῦ λεπτοκαρύου καὶ μάλιστα μετὰ ἰσχάδων ἐσθιόμενα. τὸ δὲ ξηρὸν κάρυον βρεχόμενον καὶ ἐκλεπιζόμενον ἴσον δύναται τοῦ χλωροῦ. Περὶ ἀμυγδάλων. ^[5]
- 59 (τ) Ὀλιγότροφα [δέ] ἐστὶ. ἐπικρατεῖ δὲ ἐν αὐτοῖς ἡ λεπτυντικὴ τε καὶ ῥυπτικὴ δύναμις. τὰ δὲ πικρὰ πολλὴν ἔχει τὴν τμητικὴν τῶν παχέων καὶ γλίσχρων χυμῶν δύναμιν. Περὶ ζινζίφων. ^[1]
- 60 (τ) Ὀλιγότροφα καὶ ταῦτα ἥπατι δὲ ὠφέλιμα. Περὶ πιστακίων. ^[1]
- 61 (τ) Ὀλιγότροφα καὶ ταῦτα, ἥπατι δὲ ὠφέλιμα, ὀλιγότροφα καὶ δύσπεπτά ἐστὶ καὶ κακοστόμαχα. Περὶ ξυλοκεράτων. ^[1]
- 62 (τ) Κακόχυμά ἐστὶ καὶ χολώδη καὶ δύσπεπτα καὶ κρατυντικὰ τῆς κοιλίας. Περὶ καπάρεως. ^[1]
- 63 (τ) Ἀπορρίπτει τὸ ἐν τῇ γαστρὶ φλέγμα καὶ ἐμφράττει τὰ σπλάγχνα πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων, δι' ὀξυμέλιτος ἢ ἐξ ἐλαίου. Περὶ κίτρου. ^[1]
- 64 (τ) Τὸ μὲν ὀξῶδες αὐτοῦ ἄχρηστον, ἡ δὲ σὰρξ αὐτοῦ δύσπεπτος. ἀλφουὺς συνεργεῖ εἰς πέψιν καὶ εἰς ῥύσιν στομάχου, ὥσπερ φάρμακον ὀλίγον ληφθέν. Περὶ ἀγριολαχάνων. ^[1]
- 65 (τ) Τὰ ἀγριολάχανα ἐσχάτως εἰσὶ κακόχυμα. Περὶ μαρουλλίων. ^[1]
- 66 (τ) Πάντων τῶν λαχάνων ὀλίγιστον καὶ κακόχυμον αἶμα γεννώντων, τὸ μαρούλλιον ἥττον ἐστὶ κακόχυμον, καὶ ὀλιγότροφον. Περὶ ἰντίβων. ^[1]
- 67 (τ)

Δεύτερόν ἐστι μετὰ τὸ μαρούλλιον· γλίσχρον γὰρ καὶ διὰ τοῦτο εὐκοίλιον μετ' ἐλαίου καὶ γάρου ἐσθιόμενον καὶ μετρίως ἐστὶν εὐπεπτον. Περὶ σεύτλου. ^[1]

68 (τ) Κακοστόμαχόν ἐστι πλείων βρωθέν, ρυπτικὸν δέ ἐστιν καὶ διὰ τοῦτο εὐκοίλιον. χρήσιμον δέ εἰς τὰς τοῦ ἥπατος καὶ σπληνὸς ἐμφράξεις, καὶ μάλιστα, ὅταν μετ' ὄξους ἢ σινάπεως ἐσθίηται. Περὶ σελίνου. ^[1]

69 (τ) Οὐρητικόν ἐστι καὶ εὐστομαχώτερον τῶν ἄλλων λαχάνων· ἐστὶν ὅτε καὶ ἡδονὴν ἐμποτοῦντα ὠμὰ ἐσθιόμενα. Περὶ εὐζώμου. ^[1]

70 (τ) Θερμαίνει σαφῶς τοῦτο τὸ λάχανον. γεννᾷ δέ καὶ σπέρμα καὶ πρὸς συνουσίας ἐπεγείρει, κεφαλαλγικὸν δέ ἐστι. Περὶ ἀσπαράγων. ^[1]

71 (τ) Πάντες εἰσὶν εὐστόμαχοι καὶ διουρητικοὶ καὶ βραχύ τι τρόφιμον ἔχοντες. Περὶ βολβῶν. ^[1]

72 (τ) Οἱ βολβοὶ εὐστόμαχοί εἰσι καὶ μάλιστα δι' ὄξους ἅμα ἐλαίῳ καὶ γάρῳ ἐσθιόμενοι. Περὶ δαυκίου. ^[1]

73 (τ) Διουρητικόν ἐστὶν πλὴν δύσπεπτον. Περὶ ὕδνων. ^[1]

74 (τ) Ἄποιά εἰσι καὶ ὕδατώδη κατὰ τὴν γεῦσιν. εἰσὶ δὲ παραπλήσια τοῖς ἀμανίταις. φλεγματώδης δέ ἐστὶν ἡ ἐξ αὐτῶν τροφή καὶ ψυχρά, καὶ εἰ πλεονάσει τις ἐν αὐτοῖς κακόχυμος. Περὶ ῥαφάνων. ^[1]

75 (τ) Λεπτυντικὴς ἐστὶ μετὰ τοῦ θερμαίνειν δυνάμεως. ἐπικρατεῖ δὲ ἡ δριμεῖα ποιότης ἐν αὐτοῖς, ὁμοίως καὶ τὰ πράσα καὶ τὰ σκόροδα καὶ τὰ ἀμπελόπρασα. Περὶ τῆς ἐκ τῶν ζώων τροφῆς. Αἱ σάρκες τῶν ζώων αἵματός εἰσιν ἀρίστου γεννητικοῦ καὶ μάλιστα τῶν εὐχύμων, ὁποῖόν ἐστι τὸ ὕειον· τὰ δὲ νευρώδη φλεγματικώτερον εἰσὶν αἵματος γεννητικά. πάντων οὖν τῶν ἐδωδῶν κρεῖττον ἐστὶ τὸ ὕειον κρέας, τὰ δὲ βόεια παχυτέρου καὶ μελαγχολικώτερου καὶ παχυτέρου αἵματος γεννητικά καὶ βλαβερὰ, μάλιστα τοῖς μελαγχολικοῖς. Μόσχια δὲ καὶ ἐρίφεια τῶν βοείων καὶ αἰγείων ἀμείνω· τὰ δὲ ἄρνεια ὑγρότερον αἷμα καὶ φλεγματικώτερον γεννῶσι. Τῶν δὲ προβάτων ἡ σὰρξ κακόχυμος καὶ περιττωματική, καὶ ἡ τῶν αἰγῶν ὡσαύτως μετὰ δριμύτητος· ἡ δὲ τῶν τράγων χειρίστη πρὸς ἀχυμίαν καὶ πρὸς πέψιν. Ἐφεξῆς δὲ ἡ τῶν κριῶν καὶ μετὰ ταῦτα ἡ τῶν ταύρων. Ἐν πᾶσι δὲ τούτοις τὰ τῶν εὐνουχισθέντων κρεῖττονα. Χεῖριστα δὲ τὰ παλαιὰ πρὸς πέψιν καὶ εὐχυμίαν καὶ θρέψιν. Τοῦ δὲ λαγωῦ αἵματός ἐστι παχυτέρου γεννητική. Κρεῖττον δὲ εἰς ἀχυμίαν βοὸς καὶ προβάτου. Κακόχυμος δὲ ἡ τῶν ἐλάφων καὶ σκληρὰ καὶ δύσπεπτος. Περὶ τῶν ἐν τοῖς πετοῖς ζώοις μορίων. Οἱ πόδες τῶν χοίρων ἐπιτήδαιοι, δεύτερον δὲ τὰ ῥέγγη, καὶ τρίτον τὰ ὠτία. τὴν δὲ γλῶσσαν χαύνην τε καὶ ὀλίγαιμον, οἱ δὲ ὄρχεις κακόχυμοι, χονδρώδη καὶ δύσπεπτα τὰ μυτία. Περὶ γλώσσης. Χαύνη καὶ ἄνεμος καὶ ὀλιγότροφος καὶ ὀλίγαιμος. Περὶ νεφρῶν καὶ ὄρχεω. Βρωμώδη καὶ δύσπεπτα, πλὴν τῶν ἀλεκτρυόνων, ὄρχεις καὶ νεφροὶ, κακόχυμα καὶ ἄπεπτα. ἔχουσι δὲ καὶ δυσῶδες. Περὶ μασταρίων. Τὰ δὲ μαστάρια εὐχυμὰ εἰσιν, εἰ καλῶς πεφθῶσιν, αἷμα γεννῶσι καλόν· ἀπεφθηθέντα δὲ ὠμὸν καὶ φλεγματώδη χυμόν. Περὶ ἐγκεφάλων. Τοὺς δ' ἐγκεφάλους κακοχύμους φαμέν, ὡς βραδύπορον ἔδεσμα καὶ δύσπεπτον καὶ κακοστόμαχον καὶ ναυτίας ποιητικὸν καὶ περιττωματικόν. ὁ δ' ἐν τοῖς ὀστοῖς μυελὸς γλυκύτερος καὶ ἡδονικώτερος· ναυτιώδεις δὲ καὶ οὗτοι καὶ εἰς ἔμετον ὀρμῶντες. Εἰ δὲ καλῶς πεφθῶσι, τρόφιμοι καὶ αὐτοί. Περὶ σπλάγχων. Κάλλιον δὲ παρὰ πᾶσι τὸ τοῦ χοίρου, πλὴν δὲ κακόχυμον καὶ μελάγχολον. Ὁ δὲ σπλὴν μελαγχολικοῦ γεννητικός ἐστὶ αἵματος καὶ βλαπτικός. Εὐπεπτότερος δὲ ὁ πνεύμων ὡς χαῦνος, πλὴν ὀλιγότροφος καὶ φλεγματικός. Ἡ δὲ καρδία σκληρὰ μὲν ἐστὶ καὶ δύσπεπτος· εἰ δὲ πεφθῇ, τρόφιμός ἐστι καὶ οὐ κακόχυμος γίνεται. Κοιλία δὲ καὶ μήτρα καὶ ἔντερα σκληρὰ καὶ δύσπεπτα καὶ φλέγματα

γεννητικά. κἄν καλῶς πεφθῶσι, οὐκ ἀκριβὲς αἷμα ἀπογεννῶσι, ἀλλὰ ψυχρότερον καὶ ὠμότερον ἐργάζεται, καὶ χρόνου δεόμενον πρὸς κατάστασιν τοῦ ἀρίστου αἵματος. ^[45]

75 (50)

Περὶ τῆς τῶν ἡμέρων ζώων καὶ τῶν ἀγρίων διαφορᾶς. Τὰ ἡμέρα τῶν ζώων ὑγρότερα ἔστι τῶν ἀγρίων· τὰ δὲ ἄγρια ξηρότερα τῶν ἡμέρων, ὥστε τῶν μὲν ἀγρίων ἀπέριττος ἡ τροφή, τῶν δὲ ἡμέρων περιττωματική. Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν πτηνῶν ζώων τροφῆς. Τὸ γένος ἅπαν τῶν πτηνῶν ὀρνίθων ὀλιγοτροφότερόν ἐστι τῶν τετραπόδων. εὐπεπτότερα δὲ ἔστι τὰ τῶν ὀρνίθων, καὶ μάλιστα περδίκων, ταγηνარიῶν, περιστερᾶς. Ξηρότερα δὲ τούτων κίχλαι, κόσσυφοι, καὶ στρουθία, τούτων δὲ πλέον τρυγῶν καὶ φάσσα καὶ νήσσα. Ὅμοιοι δὲ τῶν ὀρνίθων εἰσὶν οἱ φασιανοὶ εἰς πέσιν καὶ τροφήν, πλὴν ἡδύτερα τὰ τῶν φασιανῶν. Σκληρότερα δὲ καὶ δυσπεπτότερα πάντων τὰ τῶν ταύων. Χῆνες δὲ περιττωματικώτεραί τε καὶ δυσπεπτότεραι πάντων πτηνῶν ζώων, πλὴν τῶν πτερυγίων. Καλλίονα δὲ τὰ αὐξανόμενα τῶν νεογνῶν καὶ γεγηρακότων. Περὶ σπλάγχνων πτηνῶν. Αἱ δὲ κοιλίαι τῶν χήνων τρόφιμα καὶ ἡδύτερα· ἐφεξῆς δὲ τῶν σιτευθέντων ὀρνίθων. Τὰ πτερύγια τῶν πτηνῶν ἐπιτήδεια πεφθῆναι καὶ θρῆψαι καὶ οἱ παχεῖς τῶν ἀλεκτρυόνων ἄριστοι. Περὶ ἰχθύων. Κέφαλος βλαβερὸς ἱκανῶς, ὡς περιττωματικὸς ἐκ πηλοῦ τρεφόμενος. κρεῖττον δὲ ὁ ἐν πελάγει τρεφόμενος. ἔτι δὲ χεῖρονες οἱ ἐν ταῖς λίμναις· οἱ δὲ ἐν τοῖς ποταμοῖς γινόμενοι καλλίονες καὶ μάλιστα οἱ κατὰ τοὺς ὀξυρρέοντας· οἱ δὲ λιπαροὶ χεῖρους πεφθῆναι. εἰσὶ δὲ καὶ κακοστόμαχοι καὶ κακόχυμοι. Περὶ λαυρακίων. Αἷματός ἐστι λεπτοτέρου γεννητικὸς, καθάπερ καὶ οἱ λοιποὶ ἰχθύες οὐδὲν δὲ ἔτερον φαῦλον ἔχει. Περὶ τρίγλης. Ἡ τρίγλη σκληροτέραν καὶ εὐθρυπτον ἔχει τὴν σάρκα καὶ διὰ τοῦτο τρέφει μᾶλλον τῶν ἄλλων ἰχθύων, ὅταν πεφθῇ καλῶς· εἰσὶ γὰρ καὶ καλαὶ τρίγλαι αἱ ἐν καθαρῷ διαιτώμεναί τε χωρίῳ, ἔνθα οὐκ ἐστὶ βοτάνη. Περὶ πετραιῶν ἰχθύων. Οἱ πετράιοι δὲ τῶν ἰχθύων τροφήν ὑγιεινοτάτην καὶ εὐπεπτον παρέχουσι τοῖς μεταλαμβάνουσιν. Τούτων οὐ φαῦλον γὰρ ὡς ἕτερος καὶ λοιποὶ, ἀλλὰ σύμμετρον καὶ καλὸν αἷμα γεννῶντες. Περὶ κωβίων. Ὁ δὲ κωβίος ἀριστότερός ἐστι· ἡδονικὸς γὰρ καὶ πρὸς πέσιν ἐπιτήδειος, ἀνάδοσίν τε καὶ εὐχυμίαν. Ὁ κατὰ τὰς ψαμμώδεις αἰγιαλοὺς ἢ τὰς πετρώδεις ἀκτάς. Βλαβερὸς δὲ ἐστὶν ὁ ἐν ταῖς λίμναις καὶ οὗτος ἐν τοῖς στομίοις τῶν ποταμῶν ἢ λιμνοθαλάσσης, καὶ μάλιστα ἐὰν ἐκείσε βάλλονται κάραβοι. Ὅμοίως καὶ πάντες οἱ ἰχθύες φαῦλοι οἱ ἐν τοιούτοις διαιτώμενοι ὕδασι. Περὶ σκληροσάρκων ἰχθύων. Οἱ δὲ σκληρόσαρκοι τῶν ἰχθύων δύσπεπτοι, οὐ μόνον ἐν τῇ γαστρὶ, ἀλλὰ καὶ κατὰ τὰς φλέβας καὶ καθ' ἕκαστον μόριον δηλονότι. ^[95]

75 (100)

Παχυμώτεροι δὲ μαλακοσάρκων εἰσὶ δράκαινα, κοκκύγια, σκορπίος, ὄρφοι καὶ τρίγλαι μεγάλαι. Περὶ τῶν ὀστρακοδέρμων. Κοινόν ἐστι τούτοις ἀλυκὸν χυμὸν ἔχειν ἐν τῇ σαρκί, ὑπακτικὸν τῆς γαστρός· ἔχουσι δὲ τὰ μὲν πλέον, τὰ δὲ ἔλαττον. Καὶ γὰρ ὀστρύδια μαλακωτέραν ἔχει τὴν σάρκα τῶν ἄλλων, ἐπειδὴ λοιπὸν τὰ μὲν σκληρόσαρκα καὶ δυσπεπτότερα πάντα. Καὶ διὰ τοῦτο μᾶλλον αἰρετέον αὐτὰ πρὸς τοὺς διαφθεύοντας τὴν τροφήν ὑπὸ κακοχύμου ἐν τῇ γαστρὶ ἢ ἐν αὐτῇ τικτομένου ἢ ἐξ ἥπατος καταρρέοντος. Γεννᾶται δὲ ἐξ αὐτῶν ὁ καλούμενος ὠμὸς χυμὸς πάμπολυς. Ἐκ δὲ τῶν μαλακοσάρκων ἐψηθέντων τὸν πολὺν ἀποτίθεται ἀλυκὸν χυμὸν καὶ γίνεται τῶν τοιούτων ἡ σὰρξ δύσφθαρτος καὶ γαστρὸς ἐφεκτική. Τὸν δὲ ζωμὸν ὅς τις ἐκπῆ, τὴν κοιλίαν προτρέπει. Εἰσὶ δὲ ταῦτα ὀστρύδια, μύδια, κογχλίοι, κογχύλαι καὶ κτένια. Περὶ τῶν σκληροσάρκων. Τὰ σκληρόσαρκα δύσπεπτα καὶ αὐτὰ· εἰσὶ δὲ καὶ τρόφιμα· ἐψηθέντα δὲ, καθάπερ τὰ ὄστρεα, ἐπέχει τὴν κοιλίαν, καὶ γίνεται ὅμοια τοῖς σκληροῖς τῶν ὀστρακοδέρμων. Ἔστι δὲ ταῦτα ἀστακοί, πάγουροι ποτάμιοι καὶ θαλάσσιοι, καρκῖνοι, караβίδες, καρίδες, καὶ ὅσα ἄλλα. τὸ περιέχον αὐτοῖς λεπτὸν ὄστρακον. Περὶ τῶν μαλακίων. Τὰ δὲ μαλάκια σκληρόσαρκα τε καὶ δύσπεπτα, πεφθέντα δὲ πολύτροφα γίνεται. Πλεῖστον δὲ καὶ ταῦτα γεννᾷ τὸν ὠμὸν χυμὸν. Ἔστι δὲ ταῦτα ὀκταπόδια, σηπία, καλαμάρια, μοσχῖται, καὶ τὰ τοιαῦτα. Περὶ τῶν σελαγίων. Γλυκείαν ἔχει τὴν σάρκα καὶ μαλακὴν καὶ εὐκοίλιον καὶ εὐπεπτον καὶ τρόφιμον

μέσως, οἷον νάρκαι τε καὶ τρυγόνες. βάτοι δὲ καὶ λειοβάτοι, καὶ ρίνοι δυσπεπτότερα. τροφήν δὲ πλείονα παρέχοντα, νάρκης καὶ τρυγόνος. Περί τῶν καταπόδων. Πλήν τῆς ὕσκας, θύννας οὐχ ἕτερον τῇ χρήσει τῇ καθ' ἡμᾶς· εἰσὶ δὲ πάντα κακόχυμα καὶ περιστωματικά. ταριχεύοντας δὲ ἤγουν πάσσοντας δεῖ ἐσθίειν. — Κοινὰ βοηθήματα πρὸς τὰς τῶν ἰοβόλων πληγὰς. Προφυλάττεσθαι μὲν οὖν χρή διὰ τὸ προειρμένον μοι παραπεσεῖν τινα κακοποιῶ θηρίῳ. εἰ δὲ ἄρα συμβῇ ὑπὸ ἰοβόλων τινῶν θηρίων πληγῇναι, κοινὸν τοιοῦτον χρηστέον· κουφοτέρας μὲν οὔσης τῆς πληγῆς, ἢ τοῦ δήγματος, καταντλεῖν μὲν ὀξύκρατον θερμὸν καὶ ἐκμυζᾶν τὸν τόπον οὕτως, διὰ κλυσσάμενου τὸ στόμα πρότερον, ἐψεώμενον ἐκμυζᾶν πρὸς τὸ μὴ βλάπτεσθαι. οὕτως προβάλλειν τὸ στόμα τῷ πλήγματι ἐκμυζᾶν καὶ ἐν παύσει τὴν ὀδύνην. δεῖ δὲ μὴ ἐλκόμενον ἔχειν τὸ στόμα ἢ τὸ παρίσθμιον ἢ ὅλως ἐμπαθὲς ἔχειν. μετὰ δὲ ταῦτα τέφραν ὅξει φυράσας κατάπλασσε· μάλιστα δὲ συκίνου ξύλου ἢ ἀμπελίνου. ^[145]

75 (150) εἰ δὲ μή, τοῖς παροῦσι χρηστέων σπουδάζων, μάλιστα δὲ ποιοῦσιν ἐπιτιθέμενα τῇ πληγῇ. εὐθέως ἐξ ἀρχῆς μετὰ συκιασμόν· ἀπότεμνε ζῶα μικρὰ ἔνθερμα, οἷον ὄρνις, ἐρίφια, ἀρνοί, δέλφακες, καὶ τὰ ἑμοὶ κατὰ πάντα πλάσματα, οἷον σκόρδα λεῖα μετὰ μέλιτος, κρόμυα μεθ' ἁλῶν, πῆγανον μεθ' ἁλῶν, σύλφιον ἐπιπαττόμενον, χάσαρ, σκόρδα, ἀρνόγλωσσον μεθ' ἁλῶν, μελισσόφυλον, συασκρίμενες μετὰ μέλιτος, γηὸς ἄφοδος ὅξει ἐφθῇ, καλάμινθον καταπρασσόμενον λίαν ὠφελεῖ, σπυράνθιον αἰγὸς μετ' ὄξους. ἄκρως δὲ ποιεῖ πρὸς πᾶσαν ἰοβόλων πληγὴν χωρὶς ἀσπιδίου· ἄσβεστος μετ' ἐλαίου καὶ μέλιτος, ὡς κηρὸν τὸ πάχος ἔχειν ἐπιτιθεμένη. ^[160]