

28 12 - 19 3

1
11-372

Biblioteca Universitaria	
GRANADA	
Sala	A
Sección	18
Vol. n.º	
Número	372

Composto d. S. P. de Montenegro
R. 8427

IL TESORO DELLA SANITA' DI CASTOR DVLANTE DA GVALDO,

Medico, & Cittadino Romano.

NEL QVAL SINSEGNA IL MODO
di conseruar la sanita, & prolengar la vita,
ET SI TRATTA DELLA NATVRA
de' cibi, & de' remedij de' nocumenti loro.

Con vna Tauola copiosa delle cose notabili.

Pola
alho

Comp
estran.



IN TORINO, MDCXII.

R. 845 f.

Com
C...

Com
C...



AL SERENISSIMO

CARLO EMANVEL

DVCA DI SAVOIA,

Prencipe di Piemonte, &c.



TR A' le cose, che alla
vita humana appar-
tengono, niuna è più
desiderabile, che la sanità: per-
che con questa tu godi con gu-

†

2

sto

sto ogni altro bene, e sopporti
facilmente il male, e i sinistri
incontri: senza questa, il bene
non ti gioua, ne ti diletta; e'l
mal ti par noieuole, e doloro-
so, più di quel, ch'egli è. Hor,
se mai fù tempo di attendere à
star sano, si è il presente, nel
quale e le constellationi, e gli
Ecclissi del Sole, e della Luna,
e l'anno bisesto, e le piogge
souerchie, e l'instabilità della
stagione, e l'incertezza de i
raccolti poco contentamento
ci promettono. Per la qual ca-
gione vengono più del solito
ri-

ricercati i rimedij da mante-
nerfi sano, e in particolare i li-
bri, che di ciò trattano. Ilche
hà mosso me à risoluermi di far
ristampare il Tesoro della sani-
tà di Castor Durante: Libro à
cui l'esperienza di non pochi
anni hà non picciolo credito
acquistato. E se bene V. A. Se-
renissima haue attorno Medici
eminenti, quanto altro Pren-
cipe, che sia al mondo: nondi-
meno non credo, che questa
Opera, che il giuditio vniuer-
sale hà notabilissimamente ap-
prouato, e personaggi lette-

ratissimi altamente commen-
dato, sia per recarle altro, che
piacere, e diletto, e trattēni-
mento. Onde io con la solita
sommessione verso la sua Sere-
nissima Altezza, e confidenza
verso la sua benignità incom-
parabile, glie le offero, e dedi-
co, e confacro, e la supplico à
restar feruita di magnificar la
picciolezza dell'offerta con la
sua marauigliosa humanità, e
di inalzarla con la gentilezza,
che venne con lei al mondo.
E qui pregando il Signore DIO
per la piena contentezza di V.

Alt.

Alt. Serenissima, le m'inchino
profondissimamente. Di casa
li 3. Luglio 1612.

Di V. A. Ser.^{ma}

Humilis. & deuotiss. seruitore

Gio. Domenico Tarino.



SANCTISSIMO,

AC BEATISSIMO

PATRI SIXTO V.

P. O. M.

Castor Durantes.

*Hoc tibi viuendi præscripta est forma libello
SANCTE PATER, possis quò superesse diu:
Per lege viuacis sumes documenta Senectæ,
Hac poteris veteres exuere Arte dies:
Hoc pia Roma rogat Pastori, hoc spondet Olym-
pus,
Si tibi non curas viuere, uiue Gregi:*

*Vinat, & Excubitor pellat genus omne luporum
Hic Leo, vt illa sum seruet ouile DEI.*

Sunt

*Sunt alti Montes, altus Leo, Sydus, & altum,
Corde tamen SIXTI Mons, Leo, Stella minor.*

*Sicarios SIXTVS Cælo auspice perdidit, inde.
Vbertas Campis reddita, Paxque Gregi.*



PROE-



PROEMIO.



A Sanità, & la vita lunga non folo fi promette à noi dal Cielo nel principio del nafcer nostro, mà la noſtra diligenza ancora ce la procura; & neſſuna coſa è à gli huomini più vtile à queſto propoſito quãto è, che ciaſcun ſappia quali Regole nel vitto ſeruar ſi debbano. La Sanità dunque altro non è, che vn naturale affetto, per il quale ſi fanno le noſtre attioni, ouero è la cagione delle operation noſtre. Fù da Dio benedetto, per conſeruatione della Sanità,

nità, data la medicina, la quale in due parti diuidesi: La prima conserua la Sanità presente: Et l'altra la perduta ricupera. Qui si farà solamente mentione di quella parte della Medicina, che ci conserua sani, & ci fa viuere lungo tempo. Dall'altra parte habbiamo trattato à pieno nella nostra Pratica Medicinale, nella quale si fa mentione di tutte l'infermità del corpo humano, dalla cima della testa, fin'alle piante de' piedi, & in versi, & discorsi latini si tratterà distintamente dell'essentia (per effempio) della Podagra, delle sue differenze, della parte offesa, de i segni, delle cause, del pronostico, della curatione co'l vitto, cō li siropi, con le medicine, con le diuersioni, co i medicamenti, che mitigano il dolore, corroborano le parti offese, & finalmente risoluono le reliquie del male. Poi si annotaranno tutti i medicamenti semplici, & composti, & il

SCO-

scopriranno molti secreti empirici
peffinenti à quel male . Hora perche
questa prima parte è fondata in quel-
le cose , che possono alterare i corpi
nostri, ò in bene, ò in male, come sono
l'aere, il moto, & la quiete, la repletio-
ne, & inanitione , & gli accidenti del-
l'animo, il cibo, & il bere; Comincia-
remo dall'aere , poi che egli frà tutte
le cose non naturali tiene il primo
luogo .



LECTORI
CANDIDO.

Jacobus Antonius Cortusius.

*Maximus in minimo Thesauro conditur aureæ
Thesaurus vitæ, nascitur vnde Salus.*

*Tu tibi, si qua tuæ est Lector bone cura salutis,
Accipe, detexit quas tibi Castor, opes.*



TA;

TAVOLA
DELLE COSE
PIV NOTABILL.



A



<i>Ccidenti dell'animo.</i>	<i>à car. 64</i>
<i>Aceto.</i>	<i>429</i>
<i>Acetosa.</i>	<i>126</i>
<i>Acqua.</i>	<i>449</i>
<i>Acqua calda.</i>	<i>25</i>
<i>Acqua da denti.</i>	<i>10</i>
<i>Acqua odorata.</i>	<i>14</i>
<i>Acquati.</i>	<i>472</i>
<i>Aere.</i>	<i>1</i>
<i>Aere notturno.</i>	<i>8</i>
<i>Aglio.</i>	<i>188</i>
<i>Agnello.</i>	

TAVOLA.

<i>Agnello.</i>	305
<i>Agresta.</i>	431
<i>Agucchia.</i>	391
<i>Ale.</i>	337
<i>Alice.</i>	415
<i>Amandole.</i>	239
<i>Amaraco.</i>	129
<i>Amarene.</i>	267
<i>Aneto.</i>	130
<i>Anguilla.</i>	389
<i>Anima.</i>	30
<i>Animo.</i>	64
<i>Aniso.</i>	132
<i>Anitra.</i>	351
<i>Appetito.</i>	29
<i>Appiemele.</i>	225
<i>Aranci.</i>	242
<i>Arbuto.</i>	222
<i>Aria delle Vigne di Roma.</i>	8
<i>Asparagi.</i>	134
<i>Astinentia.</i>	57.78
<i>Atriplice.</i>	135
<i>Auellane.</i>	254
<i>Azimi.</i>	

Azimi.

103

E

B Agni.	57
Barba.	24.
Beccafico.	353.
Becco.	307.
Bere.	75.
Bettonica.	138.
Bianco mangiare.	124.
Bieta.	140.
Biricocoli.	268.
Boragine.	142.
Bottarghe.	396.
Basilicò.	137.
Bue.	308.
Bufalo.	310.
Butiro.	319.

C

C Ascio.	341.
Calamaro.	392.
	Ca-

T A V O L A.

Calandra.	365
Calor naturale.	40
Canella.	434
Capi di latte.	345
Capo.	332
Capo luare.	26
Cappari.	143
Cappone.	355
Cappone pesce.	393
Capretto.	311
Caprio.	312
Carciofi.	145
Carni.	298
Carobole.	270
Carote.	190
Carne salata.	202
Carpione.	394
Castagne.	245
Castrato.	314
Cauoli.	147
Ceci.	106
Cedri.	214
Cedronella.	165



††

Ce-

TAVOLA

Cedruoli.	288
Cefalo.	396
Celsi .	217
Cena.	93
Cerace marine.	272
Cervello.	303
Cibi buoni.	76
Ceruo.	316
Cibo.	75.91
Citerchia.	108
Cicoria.	154
Cignale.	328
Cimino.	148
Cinnamomo.	434
Cipolla.	192
Ciregie.	272
Cocomero.	290
Coito.	63
Collo.	334
Colombi.	357
Coniglio .	318
Convalescenti.	380
Coibezolo.	221

Cuore.

TAVOLA.

Cuore.	335
Corgnali.	274
Coriandri.	150
Cotognato.	219
Cotogni.	218
Crapula.	462
Cuginetto per lo stomaco.	47

D

D Amma.	313
Dattili.	275
Dentale.	397
Denti.	26
Dentifritio.	9
Dormire.	44.45
Dormir il giorno.	44
Dragoncello.	152

E

E Lettuario Durantino.	287.477
Emicrania.	382
Endiuvia.	156

††

2

Es-

TAVOLA

Effercitio.	18, 22, 28
Evacuazione.	53

F

F Agioli.	113
F Fagioli.	359
Farina.	96
Farinata.	96
Farro.	96
Farro di grano.	97
Fava.	110
Fauata.	113
Fegato caldo.	50
Fegato.	334
Fichi.	223
Finocchio.	157
Finocchio marino.	160
Fiorita.	349
Foco.	7
Folcerache.	277
Fonghi.	193
Fonghi di pietra.	124

For-

TAVOLA

Forma del dormire.	46
Fraghe.	292
Fragolina.	398
Frittioni.	2160
Fruenti.	95
Frutti.	210

G

G Allerita.	365
G Gallina.	361
Galline salvatiche.	362
Gallo.	363
Gallo d' India.	364
Garofani.	436
Gammari.	402
Gengeno.	446
Ghiande.	247
Ghiri.	320
Giorni canicolari.	42
Giugiuole.	277
Gioncata.	346
Gorzolestro.	184

TAVOLA.

Granate.	251
Granci.	400
Grano.	98
Guainelle.	270

H

H Ebrei.	369
Herbaggi.	75
Herba di san Piero.	160

I

I Mbriachezza.	465
Inanitione.	55
Incarcerati.	35
Ingrassare.	266

L

L Accia.	403
Lampreda.	405
Latte.	343

TAVOLA.

Lattuga.	161
Lauande per le mani.	24
Lauande per i piedi.	22
Lauande diuerse.	24
Lauar le mani.	25
Lauar il viso.	25
Lani.	185
Legumi.	105
Lenticchia.	115
Lepore.	322
Limone.	249
Lodola.	365
Lubricar il corpo.	54.476
Luccio.	486
Lumache.	408
Lupino.	163
Lupulo.	163

M

M Aggiorana.	129
Magri ingrassare.	96.260
Mal caduco.	306.378

†† 4

Ma,

TAVOLA.

Malenconici.	41
Mal francese.	376
Mali frigidi.	386
Mandorle.	240
Marasche.	267
Mele.	438
Melissa.	165
Meloni.	294
Memoria.	30
Menta.	166
Mercorella.	168
Mercurio.	179
Merli.	367
Miglio.	419
Milza.	336
Mine.	318
Mirabolani.	279
Montone.	324
Morano.	172
Morbiglioni.	172
Moro.	217
Morte.	75
Mosto cotto.	433

Ne-

TAVOLA.

N

N Espole.	227
Noci.	256
Noci d'India.	260
Noce moscata.	440
Noci persiche.	283
Nocchie.	254
O	
O Cha.	368
Occhi.	25.303
Oglio.	441
Oglio di noce moscata.	230
Oliva.	280
Ombrina.	409
Orata.	411
Orbacche.	261
Orzata.	101
Orzo.	100
Ostrica.	412
	Otio.

TAVOLA.

Otio.	31. 32. 34
Oua.	370

P

P <i>Ane.</i>	102
<i>Paperi.</i>	368
Panico.	120
Panni.	16
Passeri.	373
Parti de gli animali.	331
Passioni dell'animo.	64
Pasticci.	314
Pastinaca.	197
Pauone.	374
Pecora.	325
Pepe.	231
Pepone.	294
Pere.	234
Perdice.	375
Persa.	129
Persiche.	282
Pesai.	385

Pe-

TAVOLA.

Pesche.	282
Petrosello.	169
Pettine.	23
Piccioni.	358
Piedi.	338
Pignoli.	44. 263
Pimpinella.	171
Piselli.	121
Pistacchi.	265
Podagre.	356. 360
Portulaca.	173
Polmone.	335
Pomi.	225
Pomo d'ambra.	16
Pomo odorifero.	8
Porco domestico.	325
Porco seluaggio.	328
Porro.	198
Pranzo.	93
Procacchia.	174
Profumi.	6. 7
Prugne.	286

TAVOLA.

Q

Q *Vaglia.*
Quiete.

378

17.31

R

R *Adici dell'herbe.*
Radice.

187

201

203

Ramoraccia.

413

Ranocchie.

204

Rape.

471

Raspanti.

336

Reni.

52.55

Repletione.

1

*Respiratione.**Riccio.*

330

Ricotta.

347

Tiposo.

33

Rijo.

123

Rivolte nel dormire.

45

Rosmarino.

175

Rucchetta.

176

Sale

TAVOLA

S

S Ale.	443
S Salsa.	307
Salvia.	177
Sanià.	31
Sapa.	433
Saponetti.	27
Sarda.	415
Sealogne.	206
Senape.	180
Serpollo.	181
Silique.	270
Sio.	184
Smagrire.	250
Sonno.	37.46.47.48
Sonno diurno.	41.43
Sorbe.	236
Spigola.	417
Sdinaci.	183
Spinoso.	330
Sputare.	223
Stagioni.	8

STAT.

TAVOLA.

Starnuti .	24
Starne .	377
Stomaco .	14.47
Storno .	380
Sturione .	419

T

T Arantello .	425
Tartaruche .	423
Tartufi .	145.208
Telline .	420
Tenca .	428
Testiculi .	337
Testudine .	423
Tonno .	425
Tonnina .	425
Topi .	262
Tordi .	381
Toro .	308
Torture .	383
Tribulo .	185
Triglia .	426
Trippa .	336

Tro-

TAVOLA.

Trotta.	428
Turba.	6

V

Vacca.	310
Vccelli.	349
Vccelletti montani.	384
Vecchiezza.	11
Venere.	62
Ventre lubricar.	476
Vermi.	25
Vesti.	14
Vino.	453
Vini acquosi.	461
Vino nuouo.	465
Vino vecchio.	466
Vino bianco.	470
Vino brusco.	468
Vino dolce.	465
Vino buono.	462
Vini potenti.	462
Vini cattiuu.	461
Vino artificiale.	473

Vino

TAVOLA.

Vino contra peste .	473
Vino rosso .	470
Vino e suoi giouamenti .	454
Vino e suoi nocumenti .	465
Vino, & rimedio de' suoi nocumenti .	465
Vino a borire .	427
Vigilia .	37.40.51
Villa .	12
Visia .	358
Visciole .	273
Vita .	EL.3L
Vitella .	388
Vomito .	56
Vrina ritenuta .	55
Vua .	232

Z

Z Afferano .	445
Z Zenzero .	446
Zinne .	303
Zucca .	297
Zuccaro .	448

Il fine della Tauola.

IL TESORO
DI SANITÀ
DI CASTOR
DVRANTE.

S O M M A R I O.

*Si cupis incolumen vitam producere, Cælum
Effuge corruptum nebulis nidore, lacunis,
Quodq; mouet malidus morbosus Africus auris
Purum ama, & ad solem nascentem, & lumine
apricum;
Purgatumq; Euro, & Boreali frigore tersum.*

DELL'AERE. CAP. I.



AERE è sopra tutte le Aere, &
cose necessario alla cō-^{suor effes-}
seruatione della sanità, ^{ti.}
& alla longhezza della
vita; impercioc he viuo-
no gl'Animali con bisogno d'vn cō-
A tinuo

tinuo refrigerio del cuore, il quale si consegue con l' assidua inspirazione dell' Aere, & per questo vogliamo, ò non vogliamo, è à tutti i viuenti l' Aere necessario, che senza esso non si può conseruare la sanità, ne meno racquistare; che tutte l'altre cose si possono schiuare, eccetto l' Aere, che ne circonda, e muta i corpi nostri più che alcun' altra cosa: perche dimoriamo continuamente in esso, & senza respirarlo nessuno può viuere; & si come la respiratione si separa dalla vita, così ne anche la vita dalla respiratione. Et per questo meritamente si dice, che l' Aere è più nociuo del mangiare, & del bere: perche velocemente se ne vola al polmone, & al cuore; & senza cibi possiamo qualche poco viuere, mà senza l' aere niente. Hauendo dunque eglitanta possanza à conseruare la sanità, si deue fare l' elettione di buono Aere, sereno,

*La necessi-
tà dell' ae-
re.*

*Rispiratio
ne.
Vita.*

no, chiaro, volto ad Oriente, non *Aere buono.*
 corrotto da nebbie, nè da vapori di
 laghi, stagni, paludi, cauerne, fanghi,
 & poluere: Che per l'Aere poluero-
 so appresso i Garamanti gl'huomini
 appena possono arriuare à quaranta
 anni. Et douè è l'aere cattiuo, è ne- *Aere cattiuo.*
 cessario, che l'acque non fian buone,
 le quali aiutano poi l'Aere à corrom-
 pere i corpi nostri insieme con i cibi,
 i quali nell'Aere grosso deuono esser
 sottili, come nel sottile grossi. Quel-
 l'Aere adunque è conseruatiuo della
 sanità, che fa i giorni lieti, & sereni,
 puro, & temperato: Sì come il gros-
 so, il denso, il turbido, & l'infetto la
 distruggono. L'aere cattiuo è il fri-
 gido, & Boreale, & l'Australe ancora
 & parimente il noturno, massime
 sotto i raggi della Luna, & allo sco-
 perto, & così anco il ventoso, il tur-
 bido, il grosso, infetto da cattiuu va-
 pori, & dalla putredine de gli ani-
 mali,

4 DELL'AERE.

mali, & dell'altre cose, pche tal'aere graua la testa, & offende gli spiriti animali, & con la sua troppo humidità rilassa le giointure, e le fa paratissime à riceuere ogni sorte di superfluità, come fa anche l'aere, che da fumo ò poluere è infetto, dal quale bisogna guardarsi, perche entrato nel corpo, opilando i meati, proibisce, il transito de gli spiriti animali. E leggasì dunque l'aere temperato, che è quello, che è chiaro, lucido, & puro, che egli non solamente fa la sanità, ma la conserua ancora, chiarificãdo tutti li spiriti, & il sangue rallegra il cuore, e la mente, corrobora tutte l'attioni, sollecita la digestione in tutti i membri, conserua il temperamento, prolunga la vita, ritardando la vecchiezza. Et all'incontro l'aere tenebroso, e grosso, offusca il cuore, conturba la mente, aggraua il corpo, ritarda la cõcottione, & accelera

Aere temperato e suoi effetti.

Aere distemperato.

lera la vecchiezza. Conoscesi l'aere *Aere tem-*
 temperato, se subito tramontato il *perato.*
 Sole si rinfresca, & nascendo il So-
 le subito si riscalda, & conferisce
 quest'aere ad ogn'età, ad ogni com-
 plessione, ad ogni sesso, & ad ogni
 tempo. E cattiuo ancora non solo
 l'aere agitato da venti, ma quello
 ancora che stà sempre quieto. Quan-
 do poi l'aere eccede in qualche qua- *Aere co-*
 lità, si deue correggere co'l suo con- *me si cor-*
 trario, & se non s'hauerà naturalmē- *regge.*
 te, artificialmente preparisi: Onde se
 farà troppo caldo, & di state, si asper-
 ga la casa di acqua fresca, & aceto,
 perche l'aceto con la sua frigidità,
 & siccità, corregge i cattiuu vapori
 dell'aere, & proibisce la putredine,
 & per la casa si aspergano fiori, rami,
 & herbe odorifere, c'habbiano fa-
 coltà humida, come sono le viole, le
 rose, cime di roui, & di vite, foglie di
 canne, di lattuga, di salcio, di quer-
 cia,

Turba.

cia, e di pruni, fior di nenufari, & rami di lentisco, & altre frigide piante: si deue ancora prohibire che poche persone entrino nelle stanze, per che la turba de gli huomini le riscaldano sia ornata oltre à ciò la stāza de pomi odoriferi, come sono mele, pere, cotoigni, cedri, & limoni. Mà se l'aere sarà troppo frigido, si fugga il vento, massime il Boreale, & non si esca di casa auanti al leuar del Sole, & si spargan per la stanza herbe calide, come menta, poglio, saluia, hissopo, lauro, rosmarino, & maiorana, ouero

Profumi. si faccia la decottion di queste herbe con garofani, cinnamomo, maci, & simili, & si sparga per la stanza, & facciā si profumi ancora di cose aromatiche, come incenso, mastice, cinnamomo, laudano, noce moscata, scorze di cedro, mirra, ambra, legno aloe, mosco, & storace, mettendo queste cose sopra carboni accesi,

ouero

ouero si faccia mistura delle cose cō
 storace liquida, ponendone vn poco
 sopra carboni. Aprono questi odori
 con le facultà loro gli orificij chiusi,
 assottigliano i grossi humori, & con-
 feriscono à frigidi, & humidi affetti
 del corpo. Si può fare ancor questo
 pre f mo: Si prenda di tutti i sandali
 egualmente meza oncia, di rose drā- *Profumo.*
 me sei, d'ambra dramma vna, di mo-
 sco mezzo scropolo, di been bianco,
 & rosso ana duo scropoli, di fiori di
 neufari dramme tre, di laudano drā-
 ma vna, di mastice, d'incenso, ana
 dramme due, pestinsi grossamente, &
 mettanti sopra carboni. Oltre à ciò
 per correggere la mala qualità del-
 l'Aria, & per assottigliare, & dissolue-
 re i grossi, & viscosi humori del cor- *Foco cor-*
 po, sia sēpre acceso nella stanza fuo- *rege l'ae-*
 co di legne odorifere, come sono lau *re.*
 ro, rosmarino, cipresso, ginebro, quer-
 cia, pino, abete, larice, terebinto è
 A 4 tama-

Pomo odorifero. tamarice. Oltre à ciò odorifi notte, e giorno questo pomo: Prendasi di zafferano drāma vna, e meza, di ambra orientale scropolo mezo, di mosco dramma meza, di storace, calamita, & di lauro ana scropolo vno, si dissoluanò con maluagia, si facci vn pomo. Sempre è da tenere memoria, che l'Aere notturno massime in Roma, e inimico alla sanità, & l'Aria delle vigne è parimente poco sana, eccetto quando soffia Aquilone, & Fauonio. L'Aere di Roma nei monti è più freddo, & più secco: nelle valli è più caldo, & più humido, è più graue, più denso, più grosso, & più nociuo. Delle stagioni quelle sono ottime, che seruando la propria temperatura loro sono vguale, ò fredde, ò calde, ch'elie si siano, ma quelle che variano, son pessime. Nō è da lasciar di dire, che la state quando soffian venti Australi, son più sani i luoghi esposti

Aere notturno.

Aria delle vigne.

Aere di Roma.

Stagioni.

espoſti à Settentrione, come l'inuer-
 no tirando Tramontana, quei che
 ſon volti à mezo giorno. Volendo ſi
 ſapere che qualità ſia dell'Aere, met-
 taſi la notte al ſereno, vna ſpogna
 bene aſciutta, e ſe la mattina ſi troua
 ſecca, l'Aere è ſecco; ſe molle l'Aere
 è humido. Se parimente vi ſi metterà
 vn pan fresco, & ſi muſſa, farà l'Aer
 corrotto; ſe ſecco, ò humido il pane
 ſi mātenerà nel eſſer ſuo. Correggeſi
 ancora la malignità dell'Aere co'l
 buon fiato, tenēdo in bocca la teria-
 ca, il mitridato, e la cōfettion alcher-
 mes, ſtropicciādo cō queſti antidoti
 i denti: Alche vagliano ancora la ze-
 doaria, e l'angelica maſticata, & que-
 ſto dentifritio, prendendo di roſima-
 rino dramme vna di mirra, maſtice,
 bolarmeno, ſanguē di drago, alume
 aduſto ana dramma meza, cinnamo-
 mo dramma vna, e meza, aceto roſa-
 to, acqua di lentifco ana oncie due,
 acqua

*L'Aere co-
 me ſi co-
 noſce buo-
 no ò cattū.*

1609

*Aere co-
 me ſi cor-
 rega.*

*Dentifri-
 tio.*

acqua piovana lib. meza, mele oncie tre, cuocasi à fuoco lēto fin che sian beneschiumati, poi si aggiunge de belzoino scrop. vno, & come vnguento si ferbi in vasi di vetro; di questo la mattina auanti al cibo se ne tenga vn poco in bocca, & si stropiccia per le gengiue, lequali si lauino, e nettino poi con l'acqua stillata à bagno caldo di sal bianco, & alume di rocca ana onze tre, e vi si aggiunga acqua di lentisco, & si lauino i denti. Queste cose purgano la bocca, fan buon fiato, fermano i denti smossi, incarnano le gengiue, emendando la carne putrida, & fanno i denti biāchi. Bisogna oltre à ciò, che habbiamo le notitie de' luoghi, per sapere quali sian buoni, e quali cattini p habitare. La casa dunq; doue s'hà da habitare, nō sia sotterranea, nè humidane vicina alla terra, ma nell'appartamento di mezo, & che sia nel più alto

luo-

*Acqua da
denti.*

*Habitatio
ne.*

luogo della Città, & che sia lucida,
 che habbia il vëto la state, & l'inuer-
 no il Sole, & che habbia le finestre
 che si rispōdin da tutte le bāde, cioè
 da Louante à Ponēte, & da Tramon-
 tana à mezo giorno, accioche nessu-
 no Aere vi faccia lungo tempo di-
 mora, ch'altrimente vi si corrompe-
 rebbe, & si putrefarebbe, ne bisogna
 frequentar molto le stanze da basso,
 ma le più alte, che così si viene à re-
 spirare l'Aere più sottile, & più puro.
 Adunque habitare in luogo alto, e
 aperto della casa ripara che l'humi-
 do radicale non si consumi, & ritar-
 da la vecchiezza; Ma habitare luo-
 chi vicini à terra, o sotterranei, &
 oscuri, non è bene, perche la vita si
 mātiene à Cielo aperto, & al lume; &
 all'ombra l'huomo amuffasi, & con-
 sumasi. Bisogna ancora auertire che
 gl'animali, l'herbe, i frutti, le biade,
 & i vini si eleggano quelli che son-
 nati

Vecchiezza.
Vita.

nati in luoghi alti, & odorati, & depu-
 rati dai venti, & temperati dal Sole,
 & doue non vi siano stagni, ne stabij,
 & doue le cose che vi nascono, si cō-
 seruano lungo tempo incorrotte, &
 quiui solamente è d'habitare. E vti-
 le parimente soggiornar tal hora in
 villa, percioche si come la villa pro-
 uede gl'alimenti alla Città, & la Cit-
 tà li consuma; così la vita humana
 co'l frequentar la villa si prolunga,
 ma con l'otio, & co'l negotio della
 Città s'accorta. Gioua ancora tal'ho-
 ra mutare Aere, ma la mutatione nõ
 bisogna farla repentinamente. Et
 perche alla rettification dell'Aere
 conferiscono le vesti, difendendo il
 corpo da quello, à questo si elegghi-
 no le vesti che inclinino al caldo. &
 al secco, e l'inuerno fian le vesti di
 pelle d'agnello, di volpe, e di martore,
 e le calze si faccino di pelle di le-
 pore che conferiscono molto alle in-
 fermità

Villa.

fermità delle giōture, ouero di volpe,
 che confortano tuttii mēbri. Fannosi
 ancora le vesti di lana, di bābagia,
 di seta, & quelle che si fanno di lino
 sono manco calide. Coprasi dunque
 bene il corpo la notte, & il giorno,
 massime la testa, che è domicilio del-
 l'anima rationale, & dalla quale del-
 le infirmità gran parte dipende. Per-
 ilche s'hà d'auertire, che la testa non
 patisca caldo, nè freddo, & molti vo-
 gliono, che la notte si radopino i pā-
 ni alla testa, perioche la notte per il
 sonno il calor naturale fugge alle
 parti interne, e le parti esterne son pri-
 uate del lor calore, onde facilmente
 dal freddo esterno restano offese: &
 similmente mentre si veglia, si man-
 dano alla testa molto calore, & mol-
 ti spiriti, per l'operationi delle virtù
 interiori, & esteriori, & per questo è
 più calda; mà la notte auiene in con-
 trario. Bisogna ancora auertire di nō
 fare

fare molta dimora al Sole, ò al foco, e di non lauarsi troppo spesso la testa, imperoche queste cose calde aprono, dilatano, & rēdono rare le parti della testa, onde si fanno più pronte poi à riceuere le superflue humidità. Sopra le vesti s'asperga l'inuerno questa acqua: Prendesi de iride Fiorentina, zedoaria, spico nardo ana onze vna, storace, mastice, cinnamomo, noce moscata, garofani ana once meza, bache di ginepro, dramme tre, been, ambra, mosco ana scropolo vno; Tutte queste cose si stillino con vino. La state prendi d'acqua rosa libre quattro, di aceto ottimo libra vna, rose rosse manipulo vno e mezzo di tutti i sandali dramma vna, canfora dramma meza, mosco grani sette, spetie di diambra, di iride ana oncia vna, si pesti il tutto, eccetto le spetie, il mosco, & la canfora, e dissolto ogni cosa in acqua rosa, posti in

lam-

*Vesti.**Acqua odorifera.*

lambicco per noue giorni, in fimo
 equino, stillisi. S'asperga ancora so-
 pra le vesti con questa poluere, ag-
 giuntaui acqua rosa; Prendi rose ros-
 se, viole ana once vna, scorze di ce-
 dro, mortella, legno aloe, sandali ci-
 trini ana oncia vna, canfora, ambra
 ana scropolo mezo, mosco, been ana
 grani cinque, facciasi poluere sotti-
 lissima. Si portino in mano cose odo-
 rate, la state vna spogna bagnata in
 acqua rosa, e aceto rosato, e s'odori
 spesso, ouero si porti in mano questa
 palla odorata: Prendi carabe dram- *Palle odo-*
 me due, rose dramme vna, coralli *rosa.*
 rossi scropoli quattro, fior di neufari
 dramme vna e mezza, bolarmeno
 dramma vna, storace calamita dram-
 me vna e meza, legno aloe scropoli
 duo, mastice dramme vna, laudano
 dramme due, ambra, mosco ana gra-
 ni duo, si pestino con pistello caldo,
 si formino le palle. L'inuerno si por-
 ti vna

ti vna spogna infusa in aceto nel qual fian macerati garofani, & zedoaria, ouero si porti in mano questo

Pomo di ambra. Pomo d'ambra: Prendasi, laudano oncia meza, storace calamita dramme due, belzoi, mastice ana dramma

vna, garofani, noce moscata, croco, grana di tintori, cera bianca, legno

aloe ana scropolo vno, ambra scropolo mezo, mosco dissoluto in mal-

uagia grani cinque, con pistello caldo si formi vn pomo. Bisogna oltre à

ciò difendere il petto: & lo stomaco con pelli d'agnello, o di lepore, o cō

Stomaco come si difende.

cuginetto di piuma, o con pezze di rosaro, essendo che lo stomaco male

affetto sia la madre dell'infermità.

Panni.

Oltre à ciò i panni che s'vfano per lo stomaco, & per la testa, habbiano

odore di zafferano, di legno aloe, & di ambra, che queste cose dan vigo-

re al ceruello, ma il mosco si lasci, per la molta sua euaporatione. Le ma-

ni

ni ancora si cuoprino con guanti
l'inverno di pelli di volpe, & la state
di pelli di lepore, di capretto, e di
agnello. Finalmente oltre alle altre
cose, si fuggan cō tutte le forze la frì-
gidità de i piedi, & delle mani, essen-
do che molte indispositioni sogliono
da queste cose procedere.

DEL MOTO, ET DELLA

Q V I E T E.

*Ne sensim ignauo languescant corpora somno,
Internusq; animos haberet sopor excute letū
Torporē, & varias exerce mēbra per artes:
Nunc ferro vitē attonde nūc vomere verte
Tellurem, aut equitans, dorsoq; innixus
equino
Cōpita carpe fuga fluuiosq; euince rapaces,
Corporis hinc totis exudat inutilis humor
Artibus, & vitū calor excutit auctus, ab itq;
Quicquid inest morbi, sensusq; famesq; vi-
gescunt.*

C A P: II.

*Essercitio
e suoi ef-
fetti.*

*Essercitio
ottimo.*

P Erche non solo à conseruar la sanità, mà ancora alla buona habitudine del corpo, è necessario il moto, per questo doppo l'Aere è da venire all'essercitio, il quale è potentissimo à conseruaci sani, essendo che per esso si espurgan le superfluità di tutto il corpo, & si dissolouono in modo, che non ci bisognano più medicamenti. Sono molte sorti di moto, & quello è ottimo che da se stesso si fa, essendo cognatissimo à mèbri; mà quello che si fa in carrozza, o in naue, o à cavallo, & simili, è men buono. Sono alcuni essercitij validi, & faticosi, & alcuni moderati, leggieri, & deboli; l'essercitio temperato è quello, che conferisce alla sanità, per che corrobora il calor naturale, consuma le superfluità, viuifica la giouentù, alleggerisce la vecchiez-

za, proibisce la ripienezza, fortifica i sensi, fa agile il corpo, & fortifica i nervi, & tutte le giunture, perche le parti esercitate diuentano più robuste; esso ancora consolida i membri, & tutte le digestioni, mantiene i meati del corpo aperti, accioche esalino i fumosi vapori delli spiriti, i quali sono istrumenti di tutte le virtù; e finalmente la conseruatione della humana vita, essendo sola cagione, che si faccia dei cibi ottima preparatione, concottione, assimilatione, e finalmente l'espurgatione di tutte le superfluità. Gl'essercitij leggieri *Essercitij leggieri.* sono come il pescare, l'uccellaro, & altre cose che rallegrano l'animo; e sì come l'essercitio moderato conferisce mirabilmente alla sanità; così per il contrario l'otio souerchio è di *Otio souerchio e suo nocumēti.* grandissimo nocumēto. Le frittioni ancora sono vtilissime, percioche proibiscono che gl'humori non cor-

rino alle giunture, e facendosi à tempo debito, cioè quando da gli intestini saranno mandate fuori le superfluità, aiuteranno la digestione, alleggeriranno il corpo, & apriranno i pori, acciò che più facilmente per essi suaporino le superfluità, tirano il sangue alle parti esterne velocemente, inspessiscono i corpi rari, & gli spessi fan rari, indurano i molli, & mollificano i duri, & finalmente corroborano il calor naturale. La quantità dell'esercizio poi è fino à tanto, che il corpo si cominci à stancare, e si riscaldi, & acquisti florido colore, & cominci à sudare, il che quando farà, bisogna mutarsi di panni, & asciugati bene i membri, mettersi gli altri panni, & se bisogna, starsene vn poco in letto, & quietarsi fino à tanto, che si faran rihauute le forze. Il tempo poi da fare esercizio è auanti al cibo, espurgati prima gli escrementi

*Quantità
dell'esercizio.*

Tempo dell'esercizio.

menti del ventre, & della vesica, per-
 che grandanno suole auenire à co-
 loro che ripieni di cibi, si essercita-
 no, perche si come il moto fatto auã-
 ti al cibo è conseruatiuo della sani-
 tà; così dopò il cibo è generatiuo di
 infirmità. Adunque ogni essercitio
 sia auanti al cibo, & dopò seguiti la
 quiete; ma da questa regola sono e-
 senti gli Agricoltori, i quali son' auez-
 zi ad essercitarsi subito dopò il cibo,
 & in questi si verifica quel detto, che
 è meglio essercitarsi pieno, che vo-
 to. Nell' essercitio ancora è da guar-
 darsi dal freddo, peioche l' essercitio
 fatto hauẽdo aperti i pori, fà ch'etra
 la frigidità facilmente, inducẽdo poi
 catarri, e altre diuerse infirmità, a-
 dunq; la mattina euacuati gli escre-
 menti del corpo prima si faccino le
 frittioni alle parti estreme, comin-
 ciãdo dalle ginocchia fino a' piedi, &
 dalle coscie fin alle ginocchia, poi

*Freddo do-
 pò l'esser-
 citio.*

Frittioni.

B 3 dalle

22 DELL' ESSERCITIO.

dalle coste superiori all'inferiori, poi dal dorso alle spalle, & dalle braccia fino alle mani, poi dal petto tirando lateralmente verso le braccia, & questo si faccia con vno sugatoio leggermente stropicciando fino à tanto, che la pelle alquanto si arrossi.

Essercitio de' vecchi. Laudasi ne i vecchi il moto de i membri superiori, come delle spalle, & braccia, perche diuerte gl'humori,

Lauande per i piedi. che non vadino alle parti inferiori, & per il contrario l'essercitio à i piedi, ò lauande con acque dolci preparano i vecchi alla podagra: Onde douendosi alcuna volta lauare i piedi, si lauino con liscia debole, in cui sian bollite rose, e vn poco di sale, & si lauino in tempo, che non vi siano dolori; dappoi è bene di mettersi da se stesso i calzetti, & l'altre vesti, senza aiuto di seruitori, che cosi si esercita mediocrementemente il corpo, & il calor, & gli spiriti si risuegliano. Et

non

non è da laudare lo stringersi con ligacci i calcetti, anzi è meglio vfarli intieri senza ligacci, perche stringendoli inducono dolori, & proibiscono che il calore, il fangue, & gli spiriti non corrano alle giunture; onde si indeboliscono, & si preparano à i dolori, & ad altri nocumenti. In oltre è molto vtile toffendo sputare, e *Sputare.* cacciar fuori gli escrementi del corpo, facendo essercitio. Oltre à ciò, auanti l'essercitio, la mattina nel leuarsi, bisogna stropicciarsi la testa, e pettinarsi, con pettine d'auorio, dal *Pettine.* la fronte verso la nuca, dando almeno quaranta pettinate, poi con panno ruuido, ò con l'vgne, ò con spugna stropicciando la testa, se ne leui ogni superfluità, che vi fosse, accioche gli spiriti s'assottiglino, e s'aprano i meati del capo, accioche le fumosità più liberamente suaporino, che così si corroborano tutte le vir-

24 DELL' ESSERCITIO:

tù in terriori, cioè l'imaginatiua, & la cogitatiua, la memoria; e l'vfo del pettine ristora mirabilmēte la vista, ma simile guardádo nel specchio, il quale eccita tutte le virtù animali, & massime la vista, e il pettinarsi spesso, tira i vapori alle parti superiori, e facilmente gli rimoue da gl'occhi; mà nel pettinarsi, non si tenga la testa molto scoperta; poi si pettini con vn'altro pettine la barba, laqual si tagli spesso, perche rallegra, & dà prontezza di animo. Conuien ancora sternutare dopò l'vniuersal euacuatione, mettendo nel naso vn poco di poluere di pepe, e piretro. Poi bisogna lauar la faccia, e le mani, secõdo ql verso

Si fore vis sanus, ablue saepe manus.

Et il lauari la faccia viuifica la virtù rilassata, essendo che il calore si riuoca dentro per antiparistasi, & la virtù vnita più gagliarda diuenta. L'Inuerno si laui con decottione di saluia, ò di rosmarino, qualche volta

*Pettinarsi
conferisce
alla vista.*

Barba.

Sternuti.

*Lauarsi le
mani, e'l
viso.*

*Lauanda
per l'in-
verno.*

fatta in vino. La stat e si conuien l'acqua fresca, nella quale sia giunta vn poco d'acqua rosa, con vn poco di sapone ben'odorifero. Bisogna lauar spesso le mani, perche sono instrumenti che tengon netti gl'organi, per i quali escono le superfluità del ceruello, come sono l'orecchie, gli occhi, & le narici, & p questo si dice,

*Lauanda
p le stane.*

*Lotio post mensam tibi confert munera binas
Mundificat palmas, & lumina reddit aëura.*

Ma dopò il cibo non bisogna lauar le mani con acqua calda, perche genera vermi nel ventre, & la ragion è, perche cò l'acqua calda si tira fuori il calor naturale, onde ne vien la digestion imperfetta, laqual è potissima cagion de' vermi. Gli occhi ancora si lauino con acqua fresca, acciò che si leuino da loro l'immoditie, & mettansi gli occhi in acqua fresca, & chiara, & apransi, che così s'affotiglia la vista, & si mondificano gl'occhi.

Acqua calda è cattiva per le mani.

Vermi.

Occhi.

occhi. Poi con vno asciugato oio biā-
 chissimo, & odorifero s'asciughino.
 Si nettino poi bene i denti, che non
 essendo netti fan puzzare il fiato, &
 miste col cibo le superfluità de i den-
 ti, causano corruttion del cibo;
 oltre che i denti sporchi mandano al
 ceruello cattini vapori, & nessuna
 cosa è meglio à conseruare, & tener
 netti i denti, che il lauarli due volte
 il mese con vino, nel qual sia bollita
 la radice di titimallo. E ancora da
 lauar qualche volta la testa, nè biso-
 gna in ciò offeruar quella antica sen-
 tenza, che dice, che si lauino spesso
 le mani, raro i piedi, & non mai il
 capo; perche lauandosi la testa qual-
 che volta, conforta grandemente il
 ceruello, massime lauandosi l'Inuerno
 cō liscia dolce, nella qual sia bollita
 saluia, bettonica, stecade, asaro, ma-
 iorana, camomilla, martella, & vn
 poco di vin bianco odorifero, & si vfi

Denti.

*Denti come
 si conser-
 uano.*

*Capo quā-
 do si laui.*

sapo-

sapone fatto di sapone Venetiano, ò *Saponeti*
 damaschino once due, diagarico elet *per la se-*
 to oncia vna, di landano drãme tre, *sta.*
 di garofani, & spico nardo ana scro-
 poli duo, con olio mirtino, si faccia
 palla. La state si faccino bollir nella
 liscia rose secche, & in vece di sapo-
 ne si vsino rossi d'oua fresche intepi-
 diti. Lauata la testa, bisogna asciu-
 garla subito cõ panni caldi, in modo
 che non vi resti humidità, perche il
 ceruello è humidissimo, & per questo
 la natura gli hà fatti tanti luoghi ad
 espurgarlo dalle superfluità. Quan-
 do oltre à ciò si laua la testa, non si
 deue troppo presto esporre all'aria,
 & per questo è meglio lauarsi la sera
 auanti cena. Fatte tutte queste cose,
 bisogna andar la prima cosa alla
 Chiesa, & far preghiere à Dio, il qual
 è perfettissimo Medico, che confer-
 ui la sanità del corpo, e della mente.
 Poi andar fuori, cominciando à far
 esser-

*Lauarsi
 la testa,
 quando è
 meglio.*

all'ombra, o di muraglie, ò di spallie-
 re odorate, sono più vtili, che quelli
 fatti al coperto; & meglio è il passeg-
 gio dritto, che il torto. Quelli poi che
 per qualche accidente non possono
 camminare, si faccino portare in letti-
 ca, in cocchio, ò in fedia, ò caualchi-
 no vna chinea, tanto che in qualche
 modo si mouano auanti al cibo, se
 vogliono gustar bene, & mangiar
 con qualche appetito; che per l'otio
 s'attrista lo stomaco, & per l'esserci-
 citio s'allegra. Essercitato dunque il
 corpo à bastanza, si riposi alquanto
 fin che cessata la perturbatione, il ca-
 lore, & gli spiriti si ricreino, e poi si
 mangi; che mentre sono in riuolutio-
 ne, tirano i crudi humori alle viscere
 che restano poi grandemente opila-
 te. Non è oltre à ciò da disprezzare
 l'essercitatione della mente: impero-
 che sì come il corpo con l'essercitio
 si rende gagliardo, così l'animo per
 gli

*In vece
 d'esserci-
 tivo, che cō
 uienfi.*

Appetito.

*Essercitio
 della men-
 te.*

Esercitiij dell'animo.

gli studij si nutrisce, & acquista vigore; & molti p̄ gli essercitij dell'animo si sono liberati da infirmità grandissime. Sono gli essercitij dell'animo, le speculationi, & il cantar i Salmi, con instrumenti musicali, & attendere all'Istorie theologiche, che queste cose dilettaudo all'animo, lo pascono in modo, che tutte le virtù diuentino più forti à resistere all'infirmità, & à superarle; & fatti questi essercitij à debito tēpo, cioè perfetta la concottione del cibo, nutriscono, & corroborano l'anima, & fan perfetta memoria; quindi v̄gono gli huomini dotti, & atti al gouerno delle Republiche: mà fatti fuor di tempo, impediscono la digestione, radunano molte superfluità, cagionando varie opilationi, & spesso generano febri putride. Se oltre à ciò i vecchi staranno in continuo otio, senza fare essercitio, essen-

*Anima.
Memoria
Esercizio
fuor di tē*

do

DELLA QUIETE. 31

do la vecchiezza come vna putredine, aggiungēdosi putrido, à putrido, tanto più si putrefanno, & diuerrāno secchi; mà essercitandosi dureranno più lungo tempo, & quindi auuiene, che per tutte le bocche si ode quella graue sentenza, che lo studio della fanità consiste in non satiarsi dei cibi, & in non esser pigro alle fatiche: & che l'essercitio, il cibo, il bere, il sonno, & l'altre cose tutte debbono essere mediocri; & con questi due capi principalmente si insegna tutto quello che si cōuien di fare per cōseruar la fanità, & plungar la vita.

*Otio, & suoi nocu-
menti.*

Sanità.

Vita.

DELLA QUIETE.

*At cum sub varijs exciuseris artibus artus
Depuleritq; calor concreta alimenta saporis
Interna, nimio ne vis lassata labore
Deficit,*

*Desi. it, Placidæ fessum te cede quieti,
 Prasertim si prælongas conuiuia in horas
 Duxeris, & plenis undarint fercula mensis,
 Tunc quærenda quies, tunc otia dulcia amato,
 Quò sopita fames stomacho rediuiuâ resurgat,
 Ex imiansq; nouas epulas velut ante reposcat.*

*Esercizio
 & suoi ef-
 fetti.*

*Otio, &
 suoi effet-
 ti.*

SI come l'inmoderato esercizio ap-
 porta alla sanità molti incômo-
 di, così fa altresì l'otio, & la souer-
 chia quiete, & non solo offende il cor-
 po, ma indebolisce l'animo; che stan-
 do il corpo in otio si radunano mol-
 te superfluità, dalle quali poi si ca-
 gionano infinite infirmità, perche
 mentre stà il corpo in otio, s'accre-
 scono molte materie crude, & si fanno
 l'opilationi, & l'otio còsuma, & cor-
 rompe le forze, estingue il calor na-
 turale, accresce la flêma nelle vene,
 ingrassa il corpo, e l'indebolisce; &
 così come p l'esercizio, il natural ca-
 lor s'accresce, & si facilita la còcot-
 tion de' cibi; così p l'otio s'impedisce

&

& s'extingue: & per questo l'otio si cōnumera trà le cause de i morbi frigidì: e conoscendo quel Poeta quanto l'otio nocesse alla sanità, disse,

*Cernis ut ignavum corrumpant ocia corpus;
Ut capiant vitium, ni moveantur aquæ?*

Et corrompe l'otio non solo tutto il corpo, ma è causa ancora di cattivi pensieri, come disse il medesimo Poeta,

*Queritur Agestius quare sit factus adulter?
In promptu causa est, desidiosus erat.*

E dunq; la Quietè cōtraria al Moto, & è ristoro delle fatiche, perche, Quietè.
*Quod caret alterna requie durabile non est,
Hæc reparat Vires festaq; membra novat.*

Et è la quiete non solo al corpo, mà ancora all'animo necessaria, quãdo è faticato da pensieri, da facende, & da studij, perche,

Ocia corpus alūt, Animus quoq; pascitur illis. Riposo.

In sōma senza quiete il vigor dell'animo non si può lungamēte cōservare; oltre che il riposo hà gran forza in

C aiuta-

aiutare le speculationi, & le profunde inuentioni delle cose occulte.

*Quieto do
pò'l cibo.*

Conferisce la quiete dopò il cibo, accioche i cibi rifiedono nel fondo dello stomaco bene vniti, che se ne fa poi di loro buona digestione. Et si come à i flemmatici, & alle fredde, & humide nature è vtile il moto: così à i caldi, & a i colerici è la quiete più

*Otio, &
suo effe-
si.*

commoda. Bene è vero che la souerchia quiete, chiamata otio, come s'è detto, è di grandissimo nocumento non solo à i corpi, ma all'animo ancora, percioche fa gli huomini negligenti, pigri, ignoranti, & scordeuoli, & smemorati, brutti senza pensieri, inetti al consiglio, & al gouerno della Republica. L'otio poi del corpo fa gli huomini grossi, pigri, poltroni, mal sani, da poco, scoloriti, rifredda, & estingue il calor naturale, accresce la flemma, & empie il corpo di superfluità, generando infirmità

firmità frigide, come goccia, catarri, *Mali frigid.*
 opilationi delle viscere, epilepsia, *gidi.*
 podagra, chiragra, & dolori artetici.
 quando poi alcuno è necessitato à
 stare in otio, & non è libero à poter
 fare esercizio, bisogna auertire di
 nutrirlo di cibi leggieri, & di brodi,
 i quali facilmente, & senza molestia
 si distribuiscono per tutto il corpo, &
 lubrificano il ventre, & questi tali bi-
 sogna che auertiscano di star poco à
 sedere, ma dritti, che così meglio si
 distribuiscono i cibi, & à questo pro-
 posito si dice.

*Parce mero, cęnato parum, nec sit tibi vanum
 Surgere post epulas: somnum fuge meridianũ.*

Adunque la souerchia quiete non
 poco nocumento dà al corpo, per
 questo è d'auertire, che sia tempera-
 ta, & che non diuenti otio, il quale *Otio?*
 nõ può stare lungo tempo senza dar
 nocumento: Onde veggiamo, che gli *Incarcerati*
 incarcerati che stāno ne' ceppi, & ne i^{ti}.

C 2 ferri

ferri, che non si possono muouere, sempre pigliano qualche infirmità, imperoche si infrigidisce il lor corpo mentre per le fouerchie humidità nõ può liberamente il calore diffonder- si à i membri, essendo impedito il transito non solo al calore, mà à cibi ancora, per essere i meati opilati: Onde poi mancano le forze, & i mē- bri si disseccano, & s'assottigliano. Et all'incontro l'essercitio tempera- to dissolue le superfluità, & apre le vie, accioche si possa il calor natura le liberamente diffondere; & per que- sto Hippocrate afferma essere l'esser- citio moderato vtilissimo à i flemma- tici, & à quei che son frigidi, & humi- di di natura; mà à i calidi, & colerici,

Quiete la quiete è più commoda, perche hu-
moderata. metta i corpi adunque l'essercitio, & la quiete fian moderati per conser- uar la sanità, & prolungar la vita.

*Essercitio
moderato.*

*Quiete
moderata.*

DEL SONNO, ET DELLA VIGILIA.

*Deficiunt vigiles sensus, habetantur ocelli,
 Tertia iam ab sumpto præerit hora cibo!
 Cæcuba, præcipiunt somnos, caput annuit, ite
 Cœniæ, in solitas currite quisque choros.
 Nature hic benè feruet opus, benè cœcoqt hepar
 Venter, & amplexu nobiliore cibum:
 Lethæa est resupina quies, hinc omnia pallens
 Membra, recur, ne nervi, ora, caput stomachus;
 Pronus quisq; cubet, dextra vel parte recubas,
 Mox leui lateris commoda somnus amat.
 Somne nihil sine te bene possumus, optime sone
 Blanda agris animis corporibusq; quies.*

C A P. III.

Tutti gli animali p le lunghe, fa-
 tiche, & vigilie si consumano,
 & per questo hâno bisogno d'esser ri-
 staurati con la generation di nuouo
 humido radicale, & della rinouatio-
 ne delli spiriti risoluti, le quali cose
 si cōseguiscono dal moderato sonno,

Somno
 moderato

C 3.

le

38 DEL SONNO.

30, & suoi
effetti.

Sonno mo-
derato.

le cui commodità sono molte, impe-
roche ri scalda, & corrobora i mem-
bri, concuoce gli humori, accresce il
calor naturale, ingrassa il corpo, sana
l'intermità dell'animo, & mitiga le
molestie della mente, perche nel tē-
po del sonno la facoltà animale si ri-
posa, & la naturale opera più ga-
gliardemente. Il sonno ancora aiuta
la concottione de' cibi, non solo nel-
lo stomaco, & in tutto il corpo, per-
che per il sonno il calor naturale si
riconcētra nelle parti interne, onde
i cibi meglio si concoquono, & le su-
perfluità meglio si caccian fuori. Il
sonno finalmente rimoue ogni fati-
ca, & ogni lassitudine causata dalle
vigilie, & per questo è chiamato ri-
poso delle cose, & pace dell'animo
secondo questi versi,

*Somme quies rerum placidissime, somne Deorū,
Pax animi, quem cura fugit, tu pectore duris
Fessa ministerijs mulces, reparasq; labor.*

Ma

Ma è da fuggire sempre il sonno *Sonno su-*
 Superfluo, & troppo prolisso, percio- *perfluo.*
 che in frigidisse, & disecca, indeboli-
 sce il calore, & genera humori flem-
 matici, da i quali poi viene la pigri-
 tia, & la poltroneria, & manda molti
 vapori alla testa: onde si causano poi
 le distillationi, & catarrhi; nuoce grã-
 demente a' corpi grassi, & ripieni, &
 in somma non conferisce à corpi, nè
 à gli animi, nè alle facende; & chi
 dorme troppo, è simile à vn mezo
 huomo, & quasi morto, p̄cioche fuor
 che il concuocere il cibo, il non ve-
 dere, non v̄dire, non intendere, non
 parlare, & esser senza regione, sono
 cose simili alla morte. Il sonno su-
 perfluo oltre à ciò à corpi sani, & in-
 fermi induce asma, & li prepara al-
 l'apoplezia, all'epilessia, alla parali-
 sia, allo stupore, & alla febre: & ol-
 tre à gli altri incomodi, fa che gli
 escrementi non si mandino fuori al

debito tēpo , mà si ritengano lunga-
Sonno co- mēte ne i vasi. Si fa il sonno eleuādosi
me si facci da i cibi i vapori, che arriuati al cer-
 uello, & ritrouandolo frigido, & dē-
 fo, si cōgelano, & fatti graui, & discē-
 dendo , opilano i meati sensitiui de i
 membri, in quella maniera, che si ge-
 nera la pioggia nella mezza regione
Vigilie dō dell'aria, per l'ascenso de i vapori. Et
de si cau- le vigilie si causano del souerchio ca-
sino. lor del ceruello, & sono causa dell'an-
 gultie della mēte, & dell'indigestioni
Calor na- de' cibi, imperoche per le vigilie il ca-
turale. lor naturale , che si chiama primo
 istrumēto dell'anima, si indebolisce,
 & lascia la concottione; l'imperoche
 l'anima serue al corpo , mentre veg-
 ghiamo , & distribuita in molte par-
 ti non è libera , ma distribuisce al-
 cuna parte di se à tutti i membri , &
 sensi del corpo , all'audito , al vi-
 so , al tatto , al gusto , al caminare ,
 all'operare , & ad ogni facoltà del

COR-

corpo : Onde da tanti negotij impe-
 dita , lascia i cibi nello stomaco , &
 indi nascerebbono crudità, se la na-
 tura nõ soccorresse co'l sonno, ilqual
 è l'otio dell'anima rationale, e de gl'
 animali facoltà dolce riposo. Con- *Sonno*]
 ferise il sonno à i flemmatici, perche
 concuoce i crudi humori , da i qua-
 li generandosi poi buon sangue ,
 l'huomo diuenta più calido, accre-
 sciuto dalla copia del sangue il natu-
 ral calore. E vtile ancora à i colerici
 quanto alla quiete dell'animo , &
 quanto alla correttione delle com-
 plessione del corpo. Mà più che à
 gl'altri cōferisce à malēconici, essen *Melanconici.*
 do che il sonno solo muta la loro in-
 temperie, percioche per il sonno ac-
 quistano calore , & humidità , cose
 contrarie alla lor complessione. A
 i sanguigni conferisce manco che à
 gl'altri : Nondimeno il sonno diur- *Sōno diurno*
 no, & meridiano , bisogna fuggirlo , *na*
 eccet-

eccetto quando l'huomo è cōstretto dalla consuetudine, ouero che la notte precedente non si fosse dormito; oueramente quando si senta lassitudine di mēbri, che in questi casi è da cōcederlo, massime à quei c'hāno lo stomaco debole, & che non possono digerire, & all'hora non si deue stare con la testa bassa, nè in letto, mà in vna sedia con la testa alta, & non durar più di vn'hora. Adunque il sonno diurno rispetto al notturno è sēpre

Giorni caldissimi cattino, massime ne i giorni canicomicolari. Iari, percioche all'hora si fanno ne' corpi nostri operationi cōtrarie, che il sonno riuoca il calore alle parti interne, & il calor dell'aria alle parti esterne; & in quel tempo il ceruello si riempie di molti vapori, quali poi vniti, & condensati in acqua, descendono alle parti inferiori, & accrescono le flussioni, & discendendo à diuerse parti del corpo, acquista

no diuersi nomi, come dimostrano questi versi,

*Si fluit ad pectus reuma, tunc dico Catharrū ;
Ad fauces blancos, ad nares dico Corizam.*

Così ancora cagionarebbono altri accidenti, è per questo il giorno è *Sonno me* da vegghiare, & la notte da dormire; *ridião, &* perche il dormir del giorno prepara *suoi nocu-* innumerabili infirmità catarrali, *menti.* fa mal calore, graua la milza, offende i nerui, fa pigro, genera posteme, & febre: oltre a ciò essendo il giorno luminoso, è atto à gli essercitij, & vigilie, mà la notte con la sua oscurità, e quiete è più atta al sonno, sì per la frigidità dell'aere, come ancora per la tranquillità, & quiete della mente, & del corpo, ch' all' hora non si interrompe il sonno da strepiti, & da romori, & per questo fù detto,

*Si vis incolumen, si vis te reddere sanum ;
Curas tolle graues ; somnum fuge meridianū ;
Parce mero, cenare caue ; nec sis tibi vanum*

Per-

*Pergere post epulas : irasci crede profanum ,
Nec teneas mictum , nec cogas fortiter anum .*

Mà se alcune necessità (come si è detto) constringe à dormire il giorno, ò per le notturne vigilie, ò per ristorar le forze, dormire vn poco non nuoce, perche riuocato il calore alle parti interne, si fà miglior concottione ; ma si dorma nei giorni lunghi, sedendo sopra vna sedia di corame, con la testa eleuata, mà non piegata innanzi, ò all'indietro, ma sopra i lati, che così si fà minor euaporatione al ceruello; mà non si dorma in letto molle, & delitioso, nè profumato, con mosco, ò ambra, ò legno aloe, pche così si fa troppa dimora, e s'aggraua la testa, nè meno si dorma sopra cose dure, che potrebbe far rompere qualche vena nel petto. La notte poi nõ si hà à dormire con la testa, ò cõ le braccia, ò piedi scoperti, perche la frigidità delle parti estreme

nel

*Dormire
il giorno
come.*

*Dormire
sopra cose
dure.*

*Piedi , e
braccia co
perti.*

nel sonno a porta grau nocumēto al
 ceruello. Bisogna auertire ancora di
 non dormire in camera doue entrino
 i raggi della Luna, perche nuoce
 grandemente alla testa, facendo ca-
 tarrì, più che se si dormisse al fere-
 no. Oltre à ciò non è da dormir subi-
 to dopò il cibo, mà almanco due ho-
 re d'apoi, & se più, farà meglio, per-
 che all' hora si farà meglio la concot-
 tione dei cibi: Nondimeno è mag-
 gior offesa il dormire subito dopò
 pranzo che dopò cena, perche si ri-
 sveglia dal sonno prima che la testa
 possa digerir i vapori eleuati dal ci-
 bo. Oltre à ciò è nociuo ancora dor-
 mir à stomaco voto, perche indebili-
 sce la virtù; nè bisogna nel dormir
 far molte riuolte, perche si causa la
 corruttione de i cibi nello stomaco,
 si accresce la superfluità, & finalmen-
 te si phibisce la digestione delle ma-
 terie, & l' espulsione loro à i luoghi

Luna.

*Dormire
 quant do
 pò i cibi.*

*Dormire
 à stomaco
 voto.*

*Riuolte
 nel dormi-
 re.*

46 DEL SONNO.

Dormire alla supina. naturali. E nociuo parimente il dormire alla supina, perche offēde la schiena, & le reni, impedisce l'anhelito, & prepara à cattive infirmità de' nerui, pche le superfluità vanno alla nuca, & alla spina, & alle parti posteriori di modo, che non si possono espurgare per il naso, ne per il palato, ne per altre congrue regioni; bene è vero, che *Forme del dormire.* quando ci è la renella è ben di dormire sopra la schiena. E la forma del dormire, acciò il cibo più facilmente descenda al fondo del stomaco, cominciar il sonno sopra il lato destro per due hore, poi riuoltarsi sopra il sinistro per più spatio di tēpo, ch'aiuta molto la digestione: perche all'hora il fegato abbraccia il cibo, come la gallina i pulcini, & stā sotto al stomaco, come il foco à vn caldaro, & così si fà più presto, e migliore digestione; poi in fin del sonno bisogna tornar in sul lato destro, ac-

ciò

ciò più facilmente il cibo descenda dallo stomaco al fegato, & che le superfluità dalla prima digestione più liberamente se ne vadino à gli intestini. Ma quando lo stomaco fusse debole, ilche si conosce dalla frigidità, che si sente nella sua regione, & dai rutti acetosi, & dallo sputo dopò il cibo insipido, all'hora è meglio cominciare il sonno sopra il ventre, che tal sonno corroborata faccia, il petto, & la digestione, quantunque non si conuenga à quei, che patiscono flussioni à gli occhi, perche vi fa correre più materie; però sarà meglio in quel tempo tener allo stomaco vn cusinetto di piuma molle, & minuta, come son quelle dell'Auoltore, ò in vece di piuma s'empie il cusinetto di cimatura di scarlatto: Et tra le cose, che grandemente giouano alla frigidità dello stomaco, è il tener abbracciato, vn fanciullo carno-

Sonno sopra il ventre.

Cusinetto p lo stomaco.

Stomaco frigido.

48 DEL SONNO.

*Quantità
del sonno.*

carnoso, ò vn cagnolo grasso, che scaldando lo stomaco aiutano la digestione del cibo. La quantità del sonno si deue prender dalla perfettione della concottione che si conosce dal l'vrina, che, quando è come acqua dimostra esser succo crudo nelle vene, & all' hora più bisogna dormire; l'vrina poi citrina mostra esser il succo concotto, & all' hora non è più da dormire: Mài questo tempo del sonno si varia secòdo la diuersità delle complessioni, dell' età, & de i tempi; per cioche quei che son di calda còpleffione digeriscono presto, & à qsto basta vn sonno di sei hore; mà q̄i che sò di còpleffion frigida (essendo in loro la virtù digestiua debole) han bisogno di più lungo sonno; onde à i gioueni bastano sei hore di sonno; mà à i vecchi non si conuengono manco di otto, ò noue hore; & sempre è meglio, che il sonno sia alquanto più

*Sonno de
gioueni.*

*Sonno de
vecchi.*

lungo,

lungo, che le superflue vigilie, per le quali s'indebolisce il ceruello, onde molte superfluità stēmatiche si moltiplicano. Et in segno della bastanza del sonno, è la leggierezza di tutto il corpo, è massime del ceruello, il descenso de i cibi dallo stomaco, & la volontà di andar del corpo, e d'urinare, & il sentirsi leuate le lassitudini delle passate vigilie: si come i contrarij segni, cioè la grauità del corpo, & i rutti, che habbino odor de i cibi, significano, che non si sia abbastanza dormito. E da sapere in somma, che il sonno moderato ristora le

Sonno moderato.

facoltà animali, aiuta la concottione de i cibi, & de i crudi humori, fa scordar de i trauagli, & de i cattiuu pēsieri, mitiga tutti i dolori, humetta tutti i membri del corpo: ristora tutte le facoltà risolute, accresce il calor naturale, ristora l'humido radicale, rischiara, & cōforta la vista, leua

D

la lassitudi-

50 DEL SONNO.

*Sonno im-
moderato.*

la lassitudine, refocillando i corpi
stáchi, & ritiene le flussioni, mà quã-
do è immoderato graua la testa, con-
turba la mente, debilita la memoria,
& tutte le facoltà animali, infrigi-
disce il corpo, moltiplica le flemme,
estingue il calor naturale, induce
nausea, fa il volto pallido, & nuoce à
tutte le indispositioni flemmatiche.

Quando poi il sonno sarà poco, &
l'huomo non possa dormire, almeno
si stia in riposo con gl'occhi chiusi,
che questo supplisce in luogo del son-
no. E oltre à ciò da sapere che ne' vec-
chi, e' hanno lo stomaco frigido, & il
fegato caldo, bisogna cominciar il
sonno su'l lato sinistro, perche così
vien lo stomaco à riscaldarsi, & si fa
miglior concottion de' cibi, per es-
sere lo stomaco fomentato dal fe-
gato, & all'incontro il fegato si rin-
fresca.

*Fegato
caldo.*

DELLA VIGILIA.

*Surgite, ab Oceano rapidus iam surgit Eous,
 Aurore roseum iam iubar ecce rubet.
 Iam vigilate graues somno, vinoq; sepulti,
 Septena in somnos est satis, hora meos.
 Longior obtundit cerebrum, torpedine sensus
 Afficit, exacuet quem vigilata dies.
 Sic calor internus reuirescit, & aptius omni
 Sorditie eiecta membra vigore fouet.
 Luce vigent operosæ artes, et Miles in armis
 Luce, gemunt fessi sub iuga luce boues.
 Delia non noctu venatur, nocte quiescunt.
 Pulpita, sed buce docta Minerva vigil,
 Luce minax Pallas, vigilate quot bona lucis?
 Corpora, Dÿ, sensus, ingenium, arsq; vigent.*

LA vigilia è vna intensione del-
 l'animo dal suo principio, à tut-
 te le parti del corpo, & quando è mo-
 derata eccitta tutti i sensi, dispone
 la facoltà alle operationi loro, & cac-
 ciano fuori le superfluità del corpo,
 ma farà immoderata, corrompe la
 temperatura del ceruello, fa delirio,

Vigilia moderata,

& suoi effetti.

Vigilia immoderata, & suoi effetti.

52 DELLA REPLETIONE.
accende gli humori, eccita infermità
acute, fa gli huomini famelici, magri,
e di brutto aspetto, indebolisce la
virtù concottrice, risolve gli spiriti;
riempie de vapori la testa, fa gl'oc-
chi concaui, accresce il calore, & ac-
cende la collera, impedisce la di-
gestione, & causa crudità de cibi,
perche il calor naturale va alle parti
esteriori, & per questo si dà per rego-
la, che il sonno, e la vigilia siano mo-
derati.

DELLA REPLETIONE
ET INANITIONE.

*Scinditur extumidū corpus, conuiuia vorator,
Desine iam, in patinis cura diurna tibi est.
Crapula, & ingluuies tibi mors erit, ilia, veter
Et iecur, & renes, splenq, caputq, dolent.
Si vix inspiras, si te vexante podagra,
Et chyragra exclamas, culpa miselle tua est,
Desine iam, extremo famis aduersate furoris,
Dedecet, & nocuum est cedere velle gula.*

CAP.

D Al mangiare de i cibi si radunano molte superfluità, delle quali gran parte per l'effercitio consumasi; il resto bisogna con qualche artificio cacciarlo fuori del corpo. Son queste superfluità diuerse, secondo che da diuersi luoghi procedono, come sputi, mocchi del naso, sudori, vrine, fecce del ventre, e altre sordidezze del corpo, che se non si cacciano fuori, foggiono generare molte infirmità, come opilationi, febri, dolori, e posteme, & per questo con ogni diligentia è da procurare la euacuation loro, perche tutti quei mali che da pienezza procedono, con l'euacuatione si guariscono, come quei che vengono da euacuatione, con la repletion si fanano. Adunque è da biasimare la fouerchia euacuatione, perche da essa il calor naturale, e li spiriti si risoluono, per il che

Superfluità.

Euacuation delle superfluità.

D 3 le vir-

le virtù mancano dall'operation loro, & lo stomaco voto moue il mal caduco, è d'auertire adunque principalmente, che le superfluità del ventre, & l'vrina ogni giorno mattina, e sera, ò almeno vna volta il giorno, si mandino fuori, perche bisogna sempre hauer il corpo lubrico, che questo è nella podagra, uelle pietre, e nelle renelle vtilissimo; si fa questo ò per natura, ò per arte, con clisteri comuni, ò d'olio solo, ò con sopposte di miele, ò sale, ò di butiro, ò di sapone, nè bisogna lassar fermar troppo queste superfluità nel ventre, perche apportano alla testa, & à tutto il corpo nocimento grandissimo. Ogni volta adunque che l'huomo sentirà grauezza ne gli intestini, ò nella vesfica; ò in altro luoco, nel quale si radunano le superfluità, & ogni volta che vederà la necessitá, subito deue incitar la natura à mandarle fuora,
per-

*Corpo lu-
brico.*

DELLA REPLETIONE. 55

perche si è visto in molti, che hauendo molto tempo ritenuta l'orina, nõ han potuto poi orinare, & han patito pietre, e rotture, si come il ritenere lo sterco, & il vento fuor di modo, cagiona dolori colici, & per questo disse il versificatore.

Urina rão tenere.

Sterco rão tenere.

Nec miçtũ retine, nec comprime fortiter anum.

&

Quatuor exeunto veniunt in vètre retento, Spasmus, hydrops colica, vertigo, quatuor ista.

Si che bisogna fuggir la souerchia repletione de cibi, & del bere, perche genera, ò fomenta molti mali: che dalla souerchia ripienezza, la virtù del stomaco naturale s'opprime, come ancora voto eccita epilessia. I vasi quando son troppo pieni dal cibo, & dal bere è pericolo, che non si rompano, ò si soffochi il calor naturale, & nel corpo ripieno si conuiene l'astinenza, & per questo i golosi non crescono di corpo, perche

Repletionem

Inanitionem

D 4 il ci-

il cibo loro non si digerisce, onde il corpo non se ne può nodrire: Et per questo interrogato vn Filosofo, perche mangiasse poco, rispose,

Vt viuam esse decet, viuere non ut edant.

Cioè,

*Repletion
superflua*

*Mangiar, e bere per viuer fa mestiere,
Ma non già viuer per mangiare, e bere,*

Imperochè quāti huomini si sono supfluamēte ripieni, & finalmēte soffocati, & morti? & nō è cosa peggiore, che riēpirsi supfluamēte nel tēpo dell'abōdanza, che si son visti molti, che mādando loro il cibo al tēpo della carestia, riēpiēdosi poi troppo al tēpo dell'abōdāza, si sono p̄sto morti. Mà se occorre tal'hora p̄ disordine riempirsi troppo, & si sēta nausea, e grauezza nollo stomaco, ò per la qualità, ò per la quantità del cibo, subito si prouochi il vomito, il quale mondifica lo stomaco, & rimouela

gra.

grauezza del capo; nè meno è da fug^{Astinēza}
 gir la troppa astinenza dei cibi, per-^{souerchia}
 che si come la troppa ripienezza sof-
 foca il calor naturale, così l'astinen-
 za lo risolue, onde poi molte, & di-
 uerse infirmità ne succedono.

DEL BAGNO.

Balnea ni corpus mundū est, haud intret, obesiū

Et tumidum fieri se tibi forte velis.

*Si modo sint mūda, & lymphæ tibi suaue re-
 pentis*

Vtilia in laxis noxiæ poplitibus.

Si gelida ingrederis, calor hinc internus abūdāe

Musculus obdurat, nec tibi nerue nocet.

Sulphureū, aut salsum si sit tibi forte, vel ære,

Aut cinere, aut ferro concomitante caue.

Consule prudentē Medicæ prius artis alumnū,

Et prodesse potest, & nocuisse solet.

*Bagni di
 acqua te-
 pida.*

S Ono i Bagni vna specie di eua-
 cuatione, imperoche fatti di ac-
 qua tepida riscaldano, e humettano,
 leuano la lassitudine, risoluono la ri-
 pienezza, mitigano i dolori, mollifi-
 cano, ingrassano, sono conuenienti a
 fanciulli,

fanciulli, & à i vecchi auanti al cibo, percioche tirano il nutrimento à lor membri, & li corrobora, & conferiscono à risoluer le loro superfluità, & cacciarle fuori: Et effendo gli escre-

Bagni del menti de' vecchi fatti, il bagno li con
vino. tempera. I bagni del vino cōferiscono

Bagni di no à i dolori delle giunture, alla pa-
oglio. ralisia, al tremore, & alle passioni de

Uscita del nerui. I bagni d'oglio cōferiscono à
bagno. i vecchi mirabilmete nello spasimo,

ne i dolori colici, nella retentione delle renelle, & dell'orina. Vscito l'huomo del bagno, bisogna asciugarlo con vn sciugatoio caldo l'Inverno, poi ongere tutto il corpo d'olio di amádole dolci, ò d'aneto, ò di camomilla, tagliarli l'vngchie, & radere le piante de i piedi. Cōforta ancora, & corrobora tutti i sensi, & le virtù il vin bianco, & odorifero, nel qual sia cotto vn rametto di saluia, lauandosi con esso caldo vna, ò due volte il
giorno

giorno le mani, & il viso. Deuono ancora i vecchi tener spesso la saluia in bocca, lauata prima co'l vino, che è a i denti, & a i nerui amicissima. Bisogna ancora non far troppa dimora nel bagno, imperoche si dissoluo- no le virtù, si confonde l'intelletto, si muoue la nausea, il vomito, e la sincope: Doue che facendouisi debita dimora, apre i meati della pelle, tira il nutrimento à i membri, humetta il corpo, fa venire appetito, assottiglia gl'humori grossi, sminuisce la ripie- nezza, risolue le ventosità, leua le lassitudini, mitiga i dolori, prouoca il sonno, stringe il ventre; nuoce à i grassi, perche in loro colliqua gl'hu- mori, che tirandoli poi à qualche par- te del corpo vi causa poltéma in som- ma intorno alli bagni, bisogna ricor- darsi, che,

*Salvia coe-
ra in vin-
corroborat.*

*Dimora
nel bagno.
Effetti del
bagno.*

Balnea,

*Balnea, vina, venus corrumpunt corpora nostra,
Ad vitam faciunt balnea, vina, venus.*

&

*Si quis ad interitum properet, via trita parebit,
Huc iter accelerant, balnea, vina, venus.*

DELLE FRITZIONI.

*Si rogitas citius pinguescere lote sequatur
Balnea, sitq, leui frictio facta manu.
Sesibus illa fauet, calor hic viget omnis abitur
Effeta hinc melius membra, caputq, valet.
Quid non humanum ingenium sapit? agra, moueri
Corpora cum nequeunt, frictio prompta subest.*

*Frittioni,
& loro ef-
fetti.*

Sono le frittioni ancora molto
utili a conservar la sanita, & mas-
sime a i vecchi, & l'operationi, &
l'utilita loro sono grandi, imperoche
prohibiscono, che gli humori non
corrano alle gionture, & aiutano la
digestione, se si fanno in debito tem-
po, cioe cacciati prima fuori del cor-
po gl'escrementi, alleggeriscono il
corpo,

DEL BAGNO. 61

corpo, aprono i pori, dai quali poi facilmente suaporano le superfluità, perciò che tirano il sangue alle parti esteriori velocemente, & fan spessi i corpi rari, & rari gli spessi, molli i duri, & duri i molli, & finalmente corroborano, & accendono il calor naturale, & eccitano la virtù vitale: onde la distributione de i cibi, & la nutritione è più pronta, & *Frittioni* più facile, ma s'han da farle frittioni *per esser-* fino à tanto, che dilettono, & sono *citio.* grate: Et son molto conuenienti a i vecchi, l'estate, & l'autunno, che ressi prima gli escrementi della vessica, & del ventre, se i vecchi per debolezza, o per occupatione non possono fare essercitio, in suo luogo vseranno breui, & mediocri frittioni, come si è detto di sopra. Non è ancora male alcuno la primauera, & l'autunno dopò l'equinottio con consiglio di qualche prudente Medico,

62 DI VENERE.

Medico, purgarsi da quelle superfluità, che ritenute potrebbero dare la state, o il verno qualche traualgio.

DI VENERE.

*Est Veneris fugienda tibi immoderata voluptas
Nam capiti, mentiq; nocet sensusq; retundit,
Virtutemq; hebetat animalem. & corporis oēs
Debilitat nervos infirmaq; pectora reddit.
Parcat amē laudanda quidē est; hæc una calorē
Excitat, hæc hilares animos facit: inde sequuta
De embryorum leuitas, torporē expellit, & infer
Spiritus vitā; præsertim ubi purpureū ver,
Autumnus ve suum exponit maturus honorē.
Tandē hyeme, atq; æstate Venus lethale ve-
nenum est*

*Crebra Venus nervos, animū, vim, lumina, corp^o
Debilitat, mollit, surripit, orbas, edit.*

IL fin di venere deve esser la procreatione de i figliuoli, con la consorte, cōgiunta per santo matri-

monio, mà il suo vfo deue effere moderato, che così fà gl'huomini lieti, eccita il calor naturale, fà il corpo leggiere, mitiga le passioni dell'animo, viuifica i fenfi, & gli spiriti. *Coito im-* *moderato.* Mà l'immoderato indebolisce lo stomaco, la testa, tuttri fenfi, i nerui, & le giointure, & accelera la morte. Quelli poi che deuono viuere castamente, non hauendo moglie, lassino fare alla natura, & ricorriano à digiuni, & è mirabile inuention della natura di conseruar la spetie, con la generation di nuoui animali, essendo cosa ragioneuole dare ad altri quella vita c'habbiamo hauuta noi dai nostri progenitori; & noi n'acquistiamo, che i nostri figli rendano à noi deboli, & vecchi, *Figli debi-* *tori à pa-* *dri.* quec'han da noi riceuuto, cioè che ci nudriscono, & sostengono, come lor furon da noi sostenuti, & nodriti, quando andauano brancolando per terra.

DE GLI ACCIDENTI DELL'ANIMO.

Iã satur est vëter, tumet hic iacet ille supinus.

Iam properent risus, ira timorq, abeant.

Nodosa rerum cause & sublimia cædant.

Naturæ ingenia hæc non capit iste locus.

Sensibus addicta est nunc mēs, sub sensibus extās

Deliciæ, gaudent corda, iocosq, parant.

Gaudia sectentur risus, dulcesq, cachini,

Lusus firma fides spesq, iocusq, salax.

Letitia, & risus reparant me, gaudia seruans

Inclumen, examinant ira, metusq, graues:

Ridendū est bilares cōuiuæ, amentia magna est

Si sinimus celeres accelerare rogos.

C A P. V.

*Passion del
l'animo.*

LE passioni dell'animo hanno gran potentia d'alterare i corpi nostri, imperoche fanno mouimēto ne gli humori, & nelli spiriti; & q̄sti moti immoderati, ò subiti si fanno dal centro del corpo alla circonferentia, come è l'ira, e l'allegrezza; ouero dalla circōferentia al centro, come è il timore, & simili, dalle quali
viene

Ira.

Allegrezza.

Timore.

Timore.

viene gran mouimento ne gli spiriti:
 & per questo bisogna grandemente
 fuggire queste passioni, essendo che
 troppo diseccano, & alterano i cor-
 pi, perturbandoli, & dalla naturale
 complession loro transmutandoli;
 & per questo si chiamano da Platone
 infirmità dell'animo, come sono l'ira, *Passioni*
 la mestitia, la melancolia, l'ansietà, *dell'an-*
 l'esclamare, il furor, l'impeto, con-^{no.}
 tentione, rissa, odio, inuidia, angu-
 stia, timore, vergogna, pēsieri dispia-
 ceuoli, desiderii sfrenati, l'audacia,
 l'incontinentia, l'importunita, l'ini-
 quità, l'ambitione, la diffidentia, la
 speranza, il gaudio, & simili, le quali
 tutte cose oltre che grandemente il
 corpo offendono, trauagliano l'ani-
 mo ancora, imperciocche l'ira, e la
 fouerchia mestitia affliggono gli
 spiriti, disseccano l'ossa, estenua-
 no la carne, riscaldano il corpo, l'ab-
 bruscano, & lo mettono sopra dal
 E suo

suo stato naturale, donde vengono
 poi molti mali, come catarri, & fluxione alle giunture; quantunq; queste
 passioni, qdo son mediocri, qualche
 volta conferiscono à gl'huomini, &
 non leggier aiuto lor prestino; impe-
 roche l'ira eccita, & accresce il calor
 naturale, e spesse volte è vtile l'adi-
 rarsi, per riparare il calor naturale,
 & per radunare il sangue nelle vene;
 & per questo nell'infirmità frigide è
 da eccitare l'ira, come da fuggirla
 nelle calde. Oltre à ciò le passioni
 dell'animo, come la malinconia in-
 debolisce la digestione, come l'alle-
 grezza fortifica. Et questa è la potis-
 sima cagione, perche gl'huomini piú
 degli altri animali sono esposti alle
 crudità, perche gl'animali brutti,
 quantunq; mangino à satietà, nondi-
 meno non impediscono la virtù na-
 turale, che còcuoce i cibi, percioche
 è eguale in loro la virtù còcottiua, &
 appe-

Ira.

*Melanconia, all'alle-
grezza.*

appetitiua; mà gl' huomini cò diuerfi
 pēfieri, & perturbatione d' animo di-
 uertono q̄sta virtù dalle fue operatio-
 ni, & quatumq; mágino sobriamēte,
 cascano in crudità, donde poi nasco *Crudità.*
 no molte infirmità: & per questo si
 fuggano con ogni potere i pensieri
 tutti delle cose miserabili, & tutte
 l'altre cose che possano perturbar
 l'animo, & sempre di tutte le cose si
 sperì bene, perche star con la mente
 allegra in tutte l'infirmità è bene, co-
 me in contrario è male; ne è da fer-
 marsi lungo tempo nell'imaginatio-
 ni, perche come si dice, L'imagina-
 tione fà il caso. Ed a guardarsi anco *Lagrime.*
 ra dal frequente lagrimare, dal gran
 furore, e dall'appetito di vendetta,
 perche queste cose indeboliscono il
 ceruello, & proibiscono la digestio-
 ne delle materie. Così ancora il souer-
 chio timore atterra la virtù, & tutti *Timore.*
 questi accidenti dell'animo impedi-
 scono

scono la concottione, prostergono
 la virtù, e mutano il corpo dal natu-
 ral suo stato; perciocche per il timore
 gli spiriti, e'l sangue si ritirano, e ri-
 ducono dentro al cuore onde i mem-
 bri si raffreddano, il corpo s'impalli-
 disce, viene il tremore, si interrompe
 la voce, & tutte le forze mancano, im-
 peroche il timore, mentre s'aspettano
 i mali, induce sbattimento d'animo,
 ilqual commoue gli spiriti, & questi
 commossi, tutto il sangue perturba-
 no, onde poi le crudità nascono, & le
 putredini. L'ira è vn moto molto ve-
 hemente del calore, che nelle parti
 estreme con impeto si diffonde, &
 per questo nell'ira si fanno più rossi,
 & più pronti i corpi ad ogni scele-
 ratezza: l'ira ancora commoue il
 core alla vendetta, ilqual commosso
 riscalda assai il corpo, e lo dissecca,
 & per il suo feruore tutte l'attioni
 della regione si confondono: & per
 que-

Ira.

questo si dice, l'ira essere vna accensione di fangue circa i precordij, per l'appetito della vendetta; & per questa causa gli adirati hanno il polso grande, & gagliardo, come i timidi l'hanno picciolo, & debile, perche il calore ritorna in dietro. Mà in questi casi hora il calor naturale ritorna dentro, & hora fuori; l'vn, & l'altro di questi moti si scorge nella vergogna, che prima il calor si ritira dentro, poi ritorna fuori, che non ritornando si causa il timore, & non la vergogna. *Vergogna*

Se poi queste cose che subito patisco no gl'huomini, si patissero à poco, à poco si causarebbe la mestitia, che *Mestitia*

corrompe, e gualta la natura de gli huomini, l'estenua, l'infrigidisce, & la dissecca ottenebra gli spiriti, offusca l'ingegno, & oscura il giudicio, indebolisce la memoria, & impedisce la ragione, & spesso da questi repentini moti dell'animo si causa la *Morte*

E 3 mor-

morte, pche, ò si dissoluoano le virtù dell'animo, che consistono nel calore, oueramente s'estinguono p la troppa frigidità; & per questo molti son periti per troppo timore, & per troppa mestitia, che andando tutto il sangue al cuore, & gli spiriti, si soffoca il cuore, & ne segue la morte: & però Rutilio riferitoli com'era stata negata la dimanda del consolato del fratello, subito spirò; & il medesimo auenne à M. Lepidio per il fouerchio dolore dopò il repudio della moglie. Legesi parimente, che per la fouerchia allegrezza molti son morti, come ancora 'per subito dolore, ò timore, come per fouerchia ira non mai, perche per la fouerchia allegrezza la facoltà animale rilassata, si trasferisce alle parti esterne, & risoluasi, & indi rimane il cor solo, & si raffredda, onde molti pusillanimi son morti. Molti altri poi p vergogna sò

*Allegrez
za.*

mor-

morti come si legge di Diodoro, & d' Homero; per la qual cosa sempre queste passioni dell' animo si deono pigliare con certa mediocrità, & massimè l'allegrezza si deue sempre cō medio cre riso acōpagnare, che così eccita il calor naturale, tempera, & purifica tutti gli spiriti animali, & corrobora l'altre virtù, aiuta la digestione, affortiglia l'ingegno, & fà l'huomo habile à tutte l'operationi, mantiene la gio- *Gioventù*
uentù, & finalmente prolunga la vi- *Vita.*
ta; & è il gaudio vtile ad ogni persona, eccetto à quelli c'han bisogno di smagrirsi, imperoche ingrassa, & moltiplica nel corpo la carne, & l'humidità. In somma nessuna cosa è più à proposito à conseruar la sanità, che il giubilare, & viuere allegramente, non turbarfi, non adirarsi, sempre hauer buona speranza della salute. Si che tutte queste cose siano moderate, perche sempre è da eleggere la

Mediocri- mediocrità, & per questo disse Hip-
sà in tut- pocrate, la fatica, il cibo, il bere, il
te le cose. sonno, & Venere, tutte queste cose
 siano mediocri, perche.

*Est modus in rebus, sunt certi denique fines,
 Quos ultra, citraq, nequit consistere rectum.*

Sanità.

L'huomo adunq; che vuole esser
 sano, pratici per i giardini guardi le
 verdure, & luoghi ameni, & conuerfi
 cō amici giocondi, & facōdi, cō suo-
 ni, & canti, che per queste cose si ri-
 stora la virtù; & si come la virtù, e la
 forza s'accrescon co'l cibo, co'l vi-
 no, con buoni odori, con tranquilli-
 tà, & allegrezza, e co'l lasciare le
 cose, che attristano, & co'l conuersar
 con gli amici, così parimente confe-
 risce ascoltare historie grate, fauo-
 le, & ragionamenti piaceuoli, con
 suoni, & canti, e con diletteuol let-
 tione; mà il leggere non si faccia co'l
 capo basso, mà eleuato, & cō occhia-
 li verdi, p corrobolar più la vista. Ol-

Leggere

Occhiali

Verdi.

tre

tre à ciò conferisce molto vfar vesti pretiose, e di color grato, & portare anelli d'oro, ò d'argēto, tener vccelletti in casa, che soauemēte cāntino, praticar per luoghi ameni, caminar all'aer chiaro, e leuarsi la mattina à buon'hora, che non ci è cosa, che rallegrì più gl'huomini, che risguardar l'aere chiaro, & leuarsi à buon'hora, che come dice Aristotele, molto conferisce alla sanità, & allistudij. Finalmente è da sapere, che il cielo cō la sua allegrezza ci hà creati, & con la nostra allegrezza conseruaci. E finalmente da guardarsi nelle auersità non mancar d'animo, ò nelle prosperità fuor di modo rallegrarsi, come leggiadramente ci ammonisce il Poeta Lirico, con questi versi,

*Leuarsi à
buon'hora*

*Allegrezza
za.*

*Rebus angustis animosus, atque
Fortis appare, sapiens et idem
Contrahes vento nimium secunda*

Turgida vela.

&

*Aequam memento rebus in arduis
 Servare mentem, non secus in tonis
 Ab insolenti temperaviam.*

Letitia.

Debbiamo dunque cō ogni diligen-
 tia ben comporre l'animo nostro, at-
 tendendo con ogni potere, à cono-
 scer la verità, che questa è quella am-
 brosia delli Dei, della quale l'animo
 si nutrisce, & con la frequentia de gli
 studij buoni fermar gl' affettuosi mot-
 ti dell'animo, accioche i fieri deside-
 rij, le mestitie, e i timori, si discaccino
 lontani, ne permettiamo, che habbi-
 no in noi tanto luogo, che ci facci-
 no discostar dal dritto sentiero, & il
 corpo distrughino: promettendoci
 dunque la Filosofia, (- che è la medi-
 cina dell'animo) di estirpare la ra-
 dice di tutti i mali, lasciamoci fan-
 nar da essa, se vogliamo esser buoni,
 & beati, & da lei prēdiamo gl' auerti-
 menti

*Verità
 Ambrosia
 delli Dei*

*Pinerbea
 10.*

menti del bene, & beatamēte viuere.

**AVERTIMENTI NE I CIBI,
ET NEL BERE.**

CAP. VI.

FInalmente per conseruar la sa- *Cibo.*
nità del corpo humano, è il ci- *Bere.*
bo, & il bere principale instrumento,
conciolia che senza i cibi, ne sani,
ne infermi possiamo viuere. E dun-
que l'vso de i cibi necessario, perche
essendo tutto il corpo de gli animali
in continuo flusso, che in ogni mo-
mento di tēpo si consumano, & risol-
uono gli spiriti del corpo, & simil-
mente gli humori, & le parti solide, se
vn'altra simil sostāza in vece di quel-
la, che s'è risoluta non si ristaura, bre-
uemente si viene alla morte. *Morte.*
Alqual mancamento, volendo prouedere il
Creatore di tutte le cose, con la sua
beneficiētia diede à gli huomini i ci-
bi,

bi, ei bere, accioche con il cibo si ristorasse tutto quello, che si era consumato della sostāza piú secca; & co'l bere, tutto quello che dalla piú humida sostanza s'era risoluto. Deuesi dūque nei cibi considerare la bontà, la quantità, la consuetudine, la diletatione, l'ordine, il tempo, l'hora, la natura, la regione, & l'età .

*Bontade i
cibi.*

La bontà, & perche quello è buon cibo, che è leggiere, & di parte sottile, di buon succo, & che in breue tempo discēda dallo stomaco, & che presto si digerisca , quel cibo è di buon succo, dal quale si genera buon fangue, & il buon fangue è quello, che è temperato nelle prime qualità, non sottile, nō grosso, non acre, non mordace, non amaro , non falso, ouero acetoso, la bontà del cibo è, che facilmente si alteri , e si digerisca , & questi sono quelli, c'hanno la sostanza lor tenera , & che facilmente si dissolue ,

Cibi buoni.

dissolue, come sono l'oua, le carni di
 uccelletti, & simili. Mà quei cibi son
 difficile digestion, che han la sostan *Cibicatus*
 za contraria, come sono i cibi di pa-
 sta, panazimo, ò duro, i caoli, cascio
 vecchio, faue, fagioli, aglij, cipolle, &
 gl'intestini de gl'animali, tutte cose
 da fuggirle. Si elegano dunq; quei ci-
 bi, che con succo lodeuole ristaura-
 no l'humido radicale, ouero, che non
 sian grossi, & escrementosi, percio-
 che il calor naturale debile, massime
 de' vecchi, non può digerire i cibi di
 grossa sostanza; nè meno sian i cibi
 debili, cioè di poco nutrimento, per-
 che simili hanno breue vita.

La quantità de' cibi si comprende *Quantità*
 dalle forze, percioche tanto cibo si *de cibi.*
 deue dare, quanto le forze sopporta-
 no; cioè che si ristorino, & non si ag-
 grauino, e che si possano digerire, che
 essendo il calor naturale debole, non
 si possono còcuocere, & causano in-
 firmità;

firmità: per questo si dice, che nõ de-
uono rallegrarsi quei, che pigliano
molto cibo, pche se nõ si doglino al
presente, nondimeno non fuggiran-
no il pericolo.

*Vso, Cra-
pula.
Astinēza.*

L'vso adunq; de' cibi sia modera-
to, perche si come la crapula nuoce
cosi la souerchia astinenza non gio-
ua; onde chi vuol attender alla sani-
tà, mangi sempre senza satietà, & che
resti qualche reliquia d'appetito, che
chi farà altrimenti patirà rutti acidi,
flussi colerici di souera, e di sotto,
nausea, prostratione di appetito, gra-
uezza di testa, dolor di stomacho, opi-
lation di fegato, e di milza, dissente-
ria, e finalmente febrimaligne. Et
per qsto è meglio lasciar sēpre qual-
che cosa alla natura, che quei che si
riēpiono troppo si ritrouano in gran
pericolo della vita, ò che il calor na-
turale si soffochi, ò che qualche vena
si rōpa, percioche da i molti cibi, nē

ven-

vengono infirmità, & dalle infirmità la morte. Offeruifi adunque in tutte le cose, massime nel cibarsi, quella sentenza *ne qui in minimis*. Niête troppo: Non solo nei sani, ma etiãdione gli infermi, i quali nel cibarsi deuono ha uere la legitima misura, perche l'infirmità diuerse, vogliono diuersa misura del cibo; percioche ne i mali lunghi biôogna cibare più largamente, come più strettamente ne gl'acuti, e quãdo il male sarà nel suo vigore, biôogna vsar vitto tenuissimo; ma sempre si deue auertire, quanta sia la tolleranza della virtù, e quanto possa durar con quel vitto.

La qualità de' cibi, tanto nei sani, quanto ne gli amalati, si comprende dalla complessione, la quale è da cōferuarè ne i cibi simili ne i sani; ma ne gli infermi, sono da dare cibi di contraria qualità; che nell'humido tēperamento si cōuengono i cibi secchi,

Qualità.

chi, & nec secco gli humidi, & per questo il cibo humido è conueniente à quei, che hāno il tēperamento humido, come i fanciulli, oueramēte à ql. li, che da qualche mal secco sono infestati, come i febricitāti. Si eleggano dunque quei cibi, che secondo la varietà delle cōpleSSIONI siano conuenienti. I sanguigni adunque fuggano i cibi caldi, & humidi, & che generano molto sangue. I colerici si guardino da quei che generano la collera, & così flemmatici, & i malencnici si guardino da quelli, che generano simili humori: Per il che i sanguigni, e i colerici guardinsi dalle cose dolci, come mele, zucchero, butiro, olio, noci, & simili, & vltimo più presto l'aceto, l'agresta, e l'acetosità de' cedri, limoni, & granati. I cibi ancora, non deueno in alcuna qualità eccedere, che quelli che eccedono in calidità, abbrusciano il sangue, come la saluia,

saluia, il pepe, l'aglio, il nasturtio, e simili. E se la calidità farà acquosa, come nei meloni, causa putredine, e se velenosa come nei fonghi, ammazza, se farà humida si putrefà, & opila, & se la calidità farà secca, consuma, & indebolisce. Mà sei cibi faran troppo frigidì, mortificano, & cōgelano come la lattuca, la portulaca, e i cocomeri. I cibi ontuosi leniscono il ventre, humettano, & accrescono la flemma, e il sonno, supernatano, & impediscono la digestione. I cibi dolci opilano. Gli amari non nutriscono punto, & abbrusciano il sangue. I falsi riscaldano, & disseccano, opilano, & son nociui allo stomaco. Gli acuti per la calidità loro riempiono la testa, & perturbã la mēte, come gli agli, il porro; & le carni salate. I bruschi, & stitici constringono, opilano, & generano sangue malencomico. Gli acetosi generano malencomico.

F

nia,

nia, nuocono ai membri neruosi, & per questo fanno presto inuechiare.

Consuetudine.

La consuetudine nel cibarsi è di gran momēto, onde gli Antichi han detto che la consuetudine è vn'altra natura; onde si come nei cibi è da hauer rispetto alla natura; così bisogna ancora offeruarla consuetudine, la quale è gran radice nella conseruatione della sanità, e nella curatione della infirmità; mà è ben d'auertire, che se la consuetudine sarà cattiuā, si deue à poco, à poco mutarla in buona, che le repentine mutationi son tutte da fuggire. Onde è bene di assuefarsi ad ogni cosa, accioche la mutatione non sia poi dannosa.

L'ordine ancora de' cibi è da obseruare, onde i cibi facili à digerire, facili à descēdere, e che son più teneri pigliādo dopò supernatano, & si corrōpono. Le cose facili à digerirsi

si co-

si conofcono dalla facilità del mangiarli, & del cuocerli prefto al fuoco. Quefti adunque deuono fempre precedere i cibi contrarij, & fe fi haueranno à mangiare cibi arrofto, & alleffo, fi cominci dall'alleffo, come più facile à digerir, & il fimile s'intenda dell'oua tenere, e late. Sempre adunq; le cofe facili à digerire alle difficili, l'humide alle fecche, le liq-
de alle folide, & le lubriche all'aftrin-
gēti fi preferifcano. Tutto quefto fi intende ne gli ftomachi ben difpofiti.

La delectatione ancora è da con-
fiderare, perche quāto i cibi fon più
foau, tanto più facilmente fi dige-
rifcono, che lo ftomaco più volen-
tieri gli abbraccia: Mā è da auertire,
che non per quefto fi deue fempre da-
re cibi cattiu à gli amalati, mā bifo-
gna conceder folamente quelli, che
nuocono poco, & che il lor nocumē-
to facilmente corregafi.

Delecta-
tione.

*Hora del
mangiare*

Il tēpo, & l' hora del cibare è quādo essendo lo stomaco voto del cibo precedente, & la mattina auanti che l'aere si riscaldi, e la sera quando l'aere comincia à essere men caldo, mà con limitationi, che per otto hore sia vn pasto distante dall' altro, & questo la state in luoghi freschi, e cō panni sottili che non riscaldino, faccino venire il sudore; mà l'inuerno si facci il contrario. Non bisogna oltre à ciò, quando vien l'appetito tardare il mangiare, che il tolerar la fame, riempie lo stomaco di putridi humori, perche non hauendo al tempo dell'appetito altro nutrimento, tira da i luoghi vicini le superfluità, riempendosi di cattui humori. L'infermi poi nell' hora del parossimo non si deuon nutrire. Bisogna parimente auertire i tempi dell' anno, perche l'inuerno ch'è frigidò, & humido, bisogna mangiar

*Tēpi del
Panno.*

assai,

affai, e beuer poco, mà il vino fra potente. La ftate, che è calda, & fecca, fi dee auertire di mangiar poco, mà beuer affai, & molto temperato. La primauera è da mangiar vn poco manco dell'inuerno, ma beuere, vn poco più. Così l'autunno si mangi vn poco più che la ftate, ma si beua manco, & meno inacquato, & à questo proposito si leggono questi versi,

*Temporibus veris, modicum prædere iuberis;
Sed calo æstatis, da pibus nocet immoderatis;
Autumni fructus caueas, ne sint tibi luxus;
De Mensa sume quantumuis tempore brumæ.*

L'età si considera ancora nel cibare, percioche à i fanciulli si conuengono cibi humidì, & à i gioueni essendo caldi, & secchi, si conuengono cibi contrarij. A i vecchi son buoni cibi, che riscaldino, & humettino le solide parti loro. I fanciulli oltre à ciò bisogna cibarli spesso; p hauer il calor naturale gagliardo; mà à i vecchi si

*Età.
Cibi conuenienti à l'età. Fanciulli.
Vecchi.*

Gioueni. chi si conuengono pochi cibi, essendo debile il lor calore. Più nutrimento ancora vogliono i fanciulli, e i giouinetti; ma minor quantità ricercano i gioueni, & i vecchi: & per questo i vecchi tollerano facilmente il digiuno, nel secondo luogo sono i gioueni, manco lo tollerano i giouinetti, & meno di tutti i fanciulli, massime quelli che son più viuaci.

Regione. Le regioni ancora nell'election de i cibi son da considerare, perche l'herbe, i frutti, e le carni, le quali in Italia, e nella Grecia quelle di Montone son poco gioconde, & in Francia, & in Spagna son più soauì, & più sane; & per lo contrario le carni di vitella sono in Italia migliori, che in Francia, & in Spagna, & questo procede ò dal cielo, ò da pascoli.

Natura. La natura finalmēte è da cōsiderare di ciascuno, & le particolari proprietà, & p̄ q̄sto bisogna che l'ottimo

Medico

Medico sia Filosofo; Percioche alcuno abhorrisce il cascio, altri il vino, altri l'aglio, altri che son magri, e di calda, & secca complessione, due ò tre volte il giorno desiderano di mangiare, & altri che son grassi, & humidi, si cõtentano mangiare vna volta sola il giorno, che à quelli, che han noi corpigrassi, & grossi, il mangiar due volte il giorno è nociuo.

Bisogna oltre à ciò nel cibare offeruar le regole infra scritte.

I. Nõ si m`agia à satietà, percioche se si piglia più cibo di quello che lo stomaco possi tollerare; nascono infinite crudità, & per questo è meglio astenersi vn poco, che riempirsi troppo; perche com'è scritto, ammazza più la crapula, che il cortello, che la souerchia copia de i cibi, soffoca il calor naturale, come la grã copia di olio estingue la fiãma della lucerna; & per questo bisogna leuarsi

*Regole
nel cibarsi.*

da tauola con appetito, come non bisogna entrarci senza appetito.

II. La varietà de' cibi, & la diuersità delle viuande è da fuggirla, perche apporta molte infirmità, massime se i cibi faran di contraria qualità, perche si impedisce la loro cōcotione, & si corrompono, e si come la varietà de cibi diletta al palato, così nuoce alla sanità: Onde interrogato vn saggio huomo, perche nel pranzo si contentaua d'vn cibo solo: Rispose, Per non hauer troppo bisogno del Medico Onde vn cibo semplice è vtilissimo, come la diuersità de' sapori è pestifera, e la moltitudine delle viuande è dannosa. Et per questo gli Antichi viueuano molto più di noi, perche vsauano vn semplice cibo, cioè pane, e carne, & per questo la vita nostra è breue, & esposta, à tante infirmità. Non veggiamo noi i caualli, ei buoui, e gl'altri animali irrationa-

tiona.

rionali poco hauer male, sempre vsando vn cibo medesimo? & per questo quel Filosofo venendo in Italia, di due cose restò merauigliato, l'vna che gli huomini mangiassero due volte il giorno, & che non dormissero mai soli.

III. Che standosi à mensa non si ragioni molto, accioche nō si prolunghi il tempo della mensa, & che il primo cibo sia digerito prima che l'ultimo, & cosi le parti del cibo si faccino dissimili nel digerirsi, che ne segue corruttione, & putredine.

IIII. Che non si rimanghi poco dappoi, aggiungendo cibo à cibo, fin che il primo non sia digerito.

V. Che i cibi si mastichino bene, che questa si chiama la prima concottione, & è quasi meza digestione, doue che la mala mastigatione, impedisce, e ritarda la digestione, nè si deue velocemēte inghiottire, come fanno i golosi,

i golosi, ma si mastichino i cibi à basteranza prima che si inghiottino, & si faccino i bocconi piccioli.

VI. Che ogni cibo caldo è meglio che il raffreddato, massime l'inverno, che l'attual calidità del cibo tempera la frigidità del bere, mà non si deue mangiare però calidissimo. Piace il cibo caldo, perche essendo la fame vn desiderio di cose calde, e secche, sempre desidera i cibi caldi, come la sete, che è appetito di cose frigide, & humide, appetisce le cose frigide.

VII. Che l'inverno si vsino i cibi grossi, perche in quel tempo il natural calore è più vnito ne gli interiori, che il contrario auiene la state, & p questo in quel tempo si conuengono cibi debili, & leggieri, essendo all'horail calor naturale debile.

VIII. Che il cibo sia doppio al bere, il pane sesquiduplo all'oua, triplo alla carne, e quadruplo à i pesci,

pesce, all'herbe, & à i frutti.

IX. Che i brodi non s'vino troppo nelle mense, che fanno inodare i cibi nello stomaco, rilassandolo, & leuando l'appetito, generano molta humidità, dalla quale poi si generano varie infirmità; doue che quelli che mangiano cibi secchi viuono più lungo tempo.

X. Et perche finalmēte nei cibi, & nel bere è difficile fare ogni cosa rettiſſimamente, & non errar mai, per questo è vniuersalmente da offeruarsi, che se alcuna volta si mangino cose cattive, si contemperino con i cibi contrarij.

CHE COSA SI HA DA FARE DOPO IL CIBO.

Sempre dopò il cibo si piglia qualche cosa stitica, senza beuerci sopra niēte, ò poco, come pera, nespo-
le, co-

le, cotogne, vn poco di cascio, o vn poco d'acqua fresca, che con queste cose si sigilla la bocca dello stomaco onde il calor naturale si fa più gagliardo, e si impedisce l'ascender de i vapori alla testa. Molti prendono dieci coriandoli inzuccherati, altri vn pezzo di cotognato, quale aiuta la digestione, e la debolezza dello stomaco, & per questo disse il verificatore,

*Si vis me mitem si vis dirimere licem.
Da diacidonitem, da mihi frater item.*

Et dopò il cibo bisogna passeggiare alquanto, e poi sederfi, Onde si dice.

*Post cibum aut stambis, aut gradu lento
meabis.*

QVAL

QUAL DEVE ESSERE PIU
COPIOSO IL PRANZO,
O LA CENA.

Molti dicono, che la cena deve ^{Cena?} ^{Pranzo?} esser più copiosa, che il pranzo, massime l'inverno, essendo che il calor naturale la notte si ingagliardisca; mà il contrario poi nell'infirmità, & la state, che il pranzo deve esser più lungo, se non vi sia sospetto di parosismo. Perche poi la cena più copiosa sia più sana, dicono procedere perche la frigidità della notte, rinoca il calor naturale all'interiori, onde si fa meglio la digestione, & la concottion de i cibi: oltre che il sonno concuoce ottimamente i cibi, non solo nello stomaco, mà in tutto l'habito del corpo; & nel veggiare accade il contrario, che il calor naturale si estende nelle parti esteriori del cor-

corpo, debilitandosi nell'interiori. A questa opinione, è contrario l'vso; massime in quelli, che sono esposti à catarri, & à mali flemmatici; imperoche la sera il calor naturale, per i negotij del giorno stanco, non è così gagliardo come la mattina; e la sera il cibo della mattina non è ben concotto: la resolutione di questo dubbio è, che la cena deue esser più leggiera, massime in quelli, che son disposti à morbi notturni, come sono catarri, destillationi, & simili: oltre che dalla copiosa cena, si fan molte euaporationi alla testa, onde non poco ne resta offesa, & per questo ne i mali del ceruello si deue poco cenare: nè osta che sia manco interuallo di tempo dalla cena al pranzo, che dal pranzo alla cena, & per questo la sera maggior copia de cibi si concuocerà; perche non il numero dell'horre, mà l'attion della virtù è quella che

Cena più leggiera.

che conuoce, la quale la mattina fatta per il sonno più forte, viene à essere più valida; & per questo, a quel tempo più che la sera conuiene più copioso cibo: Perche,

Ex magna cœna stomacho fit maxima pœna. Cibo copioso.

Vt sis nocte leuis, fit tibi cœna breuis.

&

Cœna leuis, vel cœna breuis fit rarè molesta;

Magna nocet, Medicina docet, res est manifesta

AVERTIMENTI NEI FRUMENTI.

I Frumenti sono chiamati il Farro, la Segala, l'Orzo, il Grano, & la Spelta. Frumenti.
Si conoscono i buoni dal colore, dello splendore, dal peso, dall'odore, & dall'età: percioche i frumenti nuoui son troppo humidì, & viscosi, & difficilmente si digeriscono, & son ventosi. Gli antichi son secchi, & poco nudriscono.

FARRO.

F A R R O.

Utile Far stomacho, ventriq; salubre fluentis
 Estq; boni succi, atq; impinguat, sistit, & aluius
 & entriculusq; aeger facile non concoquit illud;
 At tamen id capitis poterit mulcere dolorem:
 Hoc vitare senes debent, namq; inflat, & affert
 & viscosum, & crassum succu, sed ad illa fugadu.
 Melle hoc conditum sit, sacchareoq; liquore.

Nomi. Chiamasi da Lat. Far, da
 Ital. Farro.

Farro.

Scielta. Il miglior farro è quello, che
 è fresco, & ben mondo.

Qualità. Hà le medesime qualità,
 che il grano, & l'orzo, ma nelle pri-
 me qualità è temperato.

Gionamenti. E. il farro di gran nu-
 trimento, & per questo mangiato nei
 cibi nutrice bene, & ingrassa i ma-
 Magri in gri, & da maggior nutrimento, che
 grassare. l'orzo, & perche è di grosso nutri-
 mento conferisce ne i flussi, e ne' ca-
 tarri come il riso. Mà cotto ben in
 brodi grassi mollifica il corpo. I Ro-
 mani

vsarono il farro per farne il pane molti anni.

Fassi il farro di grano, mettēdolo *Farro di grano.* à molle nell'acqua per vn poco, poi nel mortaio si scorza, e si secca al Sole, & indi si macina grossamente, di modo che di vn grano si faccino quattrro, ò cinque parti, & secco riserbasi; è di buon nutrimento in tal maniera, che può emendare i vitiosi humori, che nello stomaco si contenesero.

Nocumenti. Non essendo ben cotto, & preparato genera grossi, & viscosi humori, & è ventoso, & mangiato da chi hà lo stomaco debole difficilmente si digerisce: & per questo non si conuiene à vecchi, & vsato troppo spesso opila il fegato, & genera le renelle.

Rimedi. Correggasi il farro cuocēdolo molto bene con aceto, & con porro, & cōdito con mele, ò zucchero

G perde

perde la sua viscosità, & facilmente si digerisce, & cotto in buon brodo, è ottimo cibo per i sani, & per gl'infermi, purché moderatamente si mangi.

Farrate.

In molti luoghi se ne fanno torte, chiamate farrate, che per la conditura loro sono grate al gusto, & son di grande, & buon nutrimento.

GRANO.

*Aere cōcoquit Triticū, sed calfacit, atq;
Obstruit, offēditq; caput, flatuq; redūdat,
Vētriculūq; grauat; somētaq; plura mini*

Grano.

Nomi. Lat. Triticū, Ital. Grano. (Strat.

Spetie. Sono molte spetie del grano, nominate da i paesi, dal colore, dalla facoltà, dalla forma, dal numero delle spiche, & dalla grandezza.

Grano ottimo.

Scielta. L'ottimo grano è quello che è ben maturo, denso, & duro, che à pena con i denti si rompa, & sia nato in grasso terreno, netto da ogni mesuglio, pieno, graue, lucido, liscio, di color

color d'oro, & di quello almen di tre mesi. Quello che si raccoglie in montagna è migliore, massime l'Italiano, il quale supera tutti.

Gionamenti. Nutrisce grandemente, & il suo nutrimento è sodo, & valorosamente corrobora. La farina di *Farina.* grano cotta in latte, ò in acqua con butiro lenisce l'asprezza della gola, mitiga la tosse, gioua à gli sputi del sangue, e all'ulcere del petto, & cotta in acqua melata mitiga tutte l'infiammagioni interne: onde se ne fa la farinata, la quale fatta con acqua, *Farinata.* e penidi è cibo conueniente à quelli, che patiscono la pontura.

Nocumenti. E cibo graue, & difficile à digerire, genera humori grossi, & viscosi, mangiato cotto genera ventosità, & pietre nelle reni, & nella vessica, & moltiplica i lumbrici nel ventre.

Rimedi. Si leuano i nocumenti

del grano co'l cuocerlo bene, & co'l
condirlo con buone spetie, che così
manco ventoso, & più facilmente si
digerisce.

O R Z O.

*Hordea dant nocuū panem, sine crimine succū,
Temperat hic bilem, siccāt, alitq̄, beze:
Sicca gelu parui medica sunt hordea cenæ,
Febris in calidis, pectoribusq̄, fauens.
Inflant, occulsa vesicæ claustra relaxant,
Nullus ea adstricti corporis ager edat.*

Orzo.

Nomi. Lat. *Hordeum*. Ital. *Orzo*.

Spetie. Ritrouansene di più sorti, si
come si vedene i granelli, & nelle
spicche loro, differenti di forma, &
di grandezza, & anco nell'ordine
de' granelli.

Scelta. Il miglior orzo è quello, ch'è
denso, ponderoso, liscio, bianco, &
mezano, trà il nuouo, e'l vecchio.

Qualità.

Qualità. El' Orzo freddo, & seco nel primo grado, oltre l'hauer alquãto dell'asterfiuo, & del mondificatiuo; la sua farina è più difleccatiua, che quella delle faua monde, nutrisce molto meno del grano.

Giouamenti. Nutrisce l' Orzo, & facilmente si conuerte in carne, & è in grande vfo in diuersi casi della medicina, apre l'opilatione della vessica cõ la sua virtù asterfiua, & mitiga con l'altre sue qualità l'acutezza de gl'humori. L'orzata è numida, & asterfiua, & dassi felicemente a i febricitanti, che estingue lor la sete, gioua nelle infirmità del petto, & è ottimo rimedio per gli ethici, percioche è di buono, & copioso nutrimento, & quantunque sia frigida, è nondimeno facile à digerire, lenisce il petto, facilita lo sputo, mitiga la tosse, & mondifica il pulmone; ma fanno *Error ne l'orzata.* errore coloro, che volendo, che ella

G 3 habbia

habbia dell'asterfuo, gittan via la sua decottione, & la stemperano in sua vece cō brodo di pollo, che quella virtù se n'è andata nella decottione; & quando si hà bisogno dell'asterfione, si cuoca l'orzo con la scorza, mà quando si vuol refrigerare, & disseccare; si cuoca senza la scorza.

Nocumenti. El' Orzo ventoso, & il pane fatto d'Orzo genera freddi, & grossi humori. L'orzata facilmente si inacetisce, è ventosa, & poco amica dello stomaco.

*Cottura
nell'orza-
38.*

Rimedi. Cotta l'orzata con diligenza, insieme con hissopo, spico nardo, ò cinnamomo, è manco ventosa, & rendesi grata allo stomaco, & meglio nutrisce, massime aggiũto il zucchero

P A N E.

*Triticæus Panis læta ex regione salubris,
Nec sapiunt tantæ si sine pane dapes.*

Fer-

*Feruet, & artificis cura conditus amica,
 Facundus vincet sa' gama quæq; cibo:
 Pituita fermenta adiuvant huic mixta tenacæ:
 Sed faciles aditus membra ad alenda dabit.
 Ars bona si geniti sumus, ut moriamur, amica
 Nos tamen æternum vivere quæris ope.*

Nomi. Lat. *Panis*. Ital. *Pane*, & è così chiamato, perche pasce, oueramente viene da Pan Greco, perche si confà con tutti i cibi, & non si fà insipido, anzi dà loro, & gratia, & sapore. Pane,

Spetie. Dalla sostanza, & dal modo del cuocerli si variano le differenze del pane.

Qualità. E caldo, & secco nel primo grado.

Scielta. Il pane fatto di buon grano ben fermentato, & ben cotto, con vn poco di sale, fatto di fiore di farina, è perfettissimo.

Giouamenti. Nutrisce il pane bē fatto tagliardamēte. Hà il pane trè parti, cioè la crosta grossa, la sottile, & Parte del pane.

la mollica; la crosta sottile è ottima, & da buon nutrimento solido, & molto salubre; il pan semoloso presto si digerisce.

Nocumenti. Nuoce grandemente il pane mal cotto, mal fermentato, & non salato, massime in Roma humidissima; gli azimi, & subcineritij pani sono molto nociui, che fanno opilationi, & non si digeriscono. Il pane che si fa di gioglio fa doler la testa, & imbriaaca, & nuoce alla vista, & per questo le donne in Italia lo scielgono con gran cura, e diligenza dal grano, & lo serbano per nutrir le galline. Il pan di spelta è graue, & difficile a digerire.

Azimi.

*Pan di
gioglio.*

Sale.

Rimedi. Il pane non apportarà danno alcuno, ogni volta, che farà ben fermentato, & moderatamente salato, & cotto à moderato fuoco, che così gli si leuano tutti i nocumenti.

AVER-

AVERTIMENTI. NEI LEGUMI.

SONO tutti i legumi poco grati, & Legumi?
 soavi al gusto, & per questo non so-
 no usati da tutte le nationi, nè ogni per-
 sona, che appresso à i Principi non sono
 in uso alcuno, come ancora trà Germani,
 & Greci, perche difficilmente si dige-
 riscono, ò crudi, ò cotti, che si mangino,
 causando dolori di giointure, & podagre, Podagre?
 & sono ventosi, & infiativi, & per
 questo non son conuenienti nel reggi-
 ment della sanità, nè nel principio, ne
 nel fin della mensa, non nel principio,
 perchè alzano poi gl' altri cibi alla bocca
 dello stomaco, nè in fine, perche inducono
 sogni malenconici & cattivi, & genera- Legumi
 no ventosità, & rutti, che aprono l' orifi- come si cis
 cio dello stomaco, & esalando il calore, la ri.
 digestione s'impedisce. Però usando
 alcuna volta, si prendano in mezzo de
 gl'al-

gl' altri cibi, che in questo modo tempera-
rassi la malitia loro .

C E C I.

Sit Cicer, extergit, lac auget. sperma, colorem.
Inflat idem & lapides frangere sæpe solet.
Feruēt, & arescit simul omne sed ignea vincūt
Subnigra pulmōni prima alimenta tuo.
Hæc reduci formæ, & vocū concentibus aptas
Si data sint mensas inter utrasque tibi.
Cortice non posito, renes, iecur, atque lienem,
Vesicamq; fouent, & venerem faciunt,
Hæc bona sūt, turgēt. sed aquosa virētia Tusci
Cur tamen in primis ortibus ista vorant;

Ceci.

Nomi. Lat. Cicer. Ital. Cece.

Spetie. Ritrouansene dei bianchi,
de i neri, & dei rossi: i bianchi son
chiamati da alcuni colombini: i rossi
venerei, perche più de gli altri ecci-
tano venere: & i neri arietini, perche
si rassimigliano alla testa d'vn ariete.

Qualità. Son caldi, & secchi nel pri-
mo grado, & i rossi son più caldi de i
bian-

bianchi, digeriscono, incidono, astringono, & espurgano.

Scielta. Si prendano quelli, che son ben grossi, & pieni, & non pertugiati, ne mangiati da gl'animali, & i bianchi sono più à proposito per cibo, che per medicamento, mà gl'altri son più conuenienti per medicina, che per cibo.

Giouamenti. Sono i ceci di copioso nutrimento, atti à mouere il ventre, à prouocar l'orina, à generare il latte, *Orina.* & il seme, onde eccitano venere, prouocano i mestruai, & l'arietino prouoca più efficacemente de gl'altri l'orina, & la sua decottione mondifica il fegato, leua l'opilatiõ della milza, rompe le pietre, fà buõ colore, cõ- *Pietre.* ferisce al polmone, purga il petto, chiarifica la voce, & facilita il parto. *Ceci freschi.*

Nocumenti. Danno i ceci veramente copioso nutrimento, mà sono ventosi, & mangiati freschi, & mal cotti
gene-

generano molta superfluità nello stomaco, & ne gli intestini, & nocciono alle reni, & alla veslica.

Rimedi. Sono manco nocivi tenendosi vna notte à molle, & cocendo con loro rosmarino, saluia, aglio, & radiche di petroselo, ma bisogna

Brodo di ceci. vsar più il brodo loro che i ceci, & accompagnarlo con mosto cotto, & cinnamomo, & mangiarne in poca quantità.

C I C E R C H I E.

*Calfacit, & siccatur retinetq; Cicercula easdem
Cum pisis vires, & queq; est utilis ad res.*

*Et tumidos auget magis vdx Cicercula ventres,
Et stomachum calido dura minore grauat.*

*Nomi, Latin. Cicercula, Pisum Gre-
corum. Ital. Cicerchia.*

Spetie. Ritrouansene di due sorti, cioè domestica, & saluatica.

Qua-

Qualità. E calda, & secca, & non si conuiene à i vecchi, nè meno à stomachi deboli, perche gli aggraua.

Scielta. Le migliori sono le grosse, & le bianche, & le intiere, & che non sian pertugiate da vermi, che si generano in loro, se non sono ben seccate al sole, quando si raccogliono.

Giouamenti. Sono le cicerchie cibodelle pouere, persone, che rare volte ne mangiano i ricchi: hanno le medesime virtù, che i piselli, & vogliono alle cose medesime, mà più efficacemente prouocano l'orina, e sono più grati ne i cibi: & sono simili à i ceci ne i medicamenti; danno nutrimento simile à quel de i faggio- li, mà nutriscono più, per essere di più grossa sostanza.

Nocumenti. Sono le cicerchie non molto facili à cuocere, & difficili à digerire, onde poi grauano lo stomaco, & riempiendo il capo, causano à chi

*Cicerchia
di varie
forti.*

Vertigini à chile mangiano vertigini, & generano ventosità.

Rimedi. Si tengano per vna notte à molle, poi si cuocano confatureggia, mentuccia, ottimo, con olio, & aglio, ouero si condiscono con sale, pepe, senape, & aceto, si possono vfar da quelli, che si ritrouano lo stomaco gagliardo, & che s'affaticano assai; mà non da quelli, che sono delicati, & viuono in otio.

F A V A.

*Est Faba difficilis coctū, mala somnia gignit,
Inflat, alit magis est noxia quando viuet.
Vda prius, mox hæc sit terrea, turgida semper
Est tamen, & poterit somnia ferre mala.
Fresa min⁹ nocua est, crassos parit illa liquores
Albentem, intactam gurgulione legas;
Pectoribus fluida q̄, aluo vix commoda, ventri
Et capiti est morbus, dedita testiculis.
Hanc pipere, & celebri poteram cōdire culina,
Vendicat hanc vilis sed sibi rusticitas.*

Nomi.

Nomi. Lat. *Faba.* Ital. *Fava.*

Fave.

Qualità. E frigida, & secca la fava *Favi ver-*
 nel primo grado, mà le verdi sonno *di.*
 frigide, & humide, & sono poco lon-
 tane dal temperamento nel dissec-
 care, & nell'infrigidite astringono,
 risolvono, disseccano, astringono, in-
 grassano, & son ventose. Son buone
 le fava ne i tempi freddi, per le gen-
 tirustiche, & le fresche sono buone
 per qlli, che hāno lo stomaco caldo.

Scielta. La miglior fava è quella, *Fave est-*
 ch'è grossa, netta, lucida, senza mac- *me.*
 chie, & che non sia stata forata da
 vermi.

Giuamenti. La fava è di grā nutri-
 mento, ingrassa il corpo, espurga il
 petto, e' l polmone, & per questo gio-
 uia alla tosse, & fa la voce chiara. La
 sua decottione beuuta proibisce le
 pietre nelle reni, & nella vessica, &
 per certa proprietā sua diuertisce la
 fava, che le destillationi non vadino
 al

al petto, ch' eccitarebbono gran tosse, prouoca il sonno, & gioua l'hemicranea.

Noamenti. Genera carne molle, & spogiosa, facendo nella carne quello, che fa il fermento nella pasta gonfia il corpo genera dolori colici, & rutti, perturba la mente, fa grosso ingegno, fa stupidi i sensi, e causa sogni torburenti, & pieni di trauaglio.

Faua fresca. Le verdi generano molti escrementi, & più leggiemente nurriscono, nucono a chi sente dolor di testa, & fann'opilatione, ventosità, & grossi humori.

Faua franta. *Rimedi.* La faua franta è più sicura, & manco ventosa. La fauetta che si fa la Quaresima fritta con olio è manco vètosa. Cotta le faue cō sale, origano, ò finocchio, & olio, sō manco nociue, & così coucendoui dētro della cipolla, ò mangiādola insieme cruda, ò cuocēdola senza, scorza, cō porro

porro soffritto, aggiungendoui poi zafferano, & pepe, & canella, ò ciminno, che così leua loro la ventosità, & nõ gonfiano, & più facilmente si digeriscono. Le fresche mangiate senza la scorza cõ vn poco di sale dopò gli altri cibi, danno miglior nutrimento, non generano sangue cattiuo, & non son tanto ventose: si deuono in somma correggere con cose che riscaldino, & assottiglino.

FAGGIOLI.

*Cit locium hortensis. Similax somnoq, tumultu
 Excitat, inflat, alit, prava alimenta creans.
 Dũ calet arenti, & tibi manditur ore Phaselus
 Mox facit infirma turgida membra cibo.
 Si rubet, est melior, muliebra fortius effert:
 Hanc fuge, si placide somnia noctis amas.
 Si pipere, & mulso faciat coquus arte salubrẽ,
 Dic mihi, naturæ seruit an iste gula?*

Nomi. Lat. *Similax hortensis, Phaselus,* & *Phaselus.* Ital. *Faggioli.*

Faggioli

Spetie, Ritrouansene di più forti, cioè

H

bian-

bianchi, rossi & variati di molti colori, & trouâsi ancora de gli Indiani.

Qualità. Son caldi, & humidî nel primo grado: mà i rossi sono più calidi de gli altri. Non son cibo da delicati, & otiosi, mà da quei, che s'affaticano, & che han gagliardo lo stomaco.

Scielta. Son buoni i rossi; & quei che non sono pertugiati, e quei che facilmente si cuocono.

Giouamenti. Generano il seme virile, & solecitano al coito; la decotion de i faggioli rossi beuuta fà orinare, prouoca i menstrui alle donne, & ingrassa il corpo. I cornetti de i minuti faggioli si lessano, & acconciansi in insalata, & mangiansi saporitamēte co'l pepe: ouero lessi prima, & infarinati, & fritti nell'olio, o nel butiro, & acconci con pepe, & con agresta, che così eccitano l'appetito, & mollificano il corpo. Mâgiati crud
di pro-

*Cornetti
de i faggioli.*

di prouocano il vomito, & giouano al petto, & al polmone.

Nocumenti. Sono i faggioli più delle faue nociui, fanno molto vento; inducono la nausea, grauanò lo stomaco, fanno cattiuì sogni, vertigine, & aggrauano la testa generando humori grossi, & viscosi, essendo ancora difficili à digerire, e generano dolori colici. *Testa.*
Dolori colici.

Rimedi. Non fanno tanto affanno allo stomaco quando si mangiano con pepe, o carui; si leua ancor il loro nocumento cuocendoli con olio, sale, pepe, senape, & aceto; & sopra di loro s'hà da beuere il vino senza inacquarlo punto. L'origano ancora, & il cimino, & tutti gli aromati leuano i nocumenti loro.

LENTICCHIE.

Lens oculis nocua est, stomachoq; adstringit, & inflat,

H 2

Non

Non bene concoquitur, somnia terra facit.
 Aluus ab igne leui Lentis siccata tumescit.
 Hordea si reddant, dic Medice innocuam.
 Illa melancholicos (nervis inimica & ocellis,
 Nec satis est) Morbos, somnia dura mouet,
 Scilicet extollat pelusia munera Nulus,
 Dulcia si addideris toxiva dira facis.

Lentic-
 shie.

Nomi. Lat. Lens. Ital. Lente, & Lenticchia.

Spetie. Ritrouanfene varie spetie differenti solo nel colore, & nella grandezza.

Scielta. La migliore è quella ch'è bianca, & che piu presto si cuoce, e che posta nell'acqua, quando si leua fuori, subito si secca, & non lascia l'acqua nera.

Qualità. E calda temperatamente, & secca nel secondo grado. Non è buon cibo per i colerici, ò malencnici; ma è buona p i flemmatici, & ne i tempi humidi, & frigidi.

Giouamenti. Estingue gli appetiti uenerci, & il seme genitale, leuando l'acu-

l'acutezza, & la furia del sangue; & p
 questa la lenticchia è molto conue-
 niente à quelli, che vogliono viuere *Viuere ca-*
 castamēte. Cōforta la bocca dello sto- *stamente.*
 maco. Et māgiādosi le lenticchie cō
 la prima decottione, soluono il ven-
 tre, & con la seconda lo stringono;
 & ricuocendosi vn'altra volta fer-
 mano i flussi. La decottion delle len-
 ticchie d'assi vtilmente à i fanciulli
 che patiscono morbiglioni, & corro- *Morbio-*
 bora gli intestini. *glioni.*

Nocumenti. Nuoce alla vista, & al
 coito, è inimica allo stomaco, & à gli
 intestini, & difficilmente si digerisce.
 Diuenta pessima quando si cuoce cō
 la carne salata. Nuoce à malēconici, *Carne sa-*
 fà veder sogni horribili. Ingrossando *lata.*
 il sangue, fà opilationi, & impedisce
 il corso dell'orina, & de i mestruai, &
 riempie la testa di fumosità grossa, &
 nuoce à i nerui, & al polmone.

Rimedi. Cotta con menta è manco

H 3 ven-

ventosa, & cotta con bietola, ò con spinacci è manco nociua, & parimente condita con mele. L'inuerno si deuue più che in altro tempo mangiare.

L V P I N O.

Vtilis est iecori, stomacho. Spleniq, Lupinus.

Enecat hic tineas, crassa alimenta parit.

Siccior ardescit rudis, incultusq, Lupinus.

Hic conuina tibi rustice durus eat.

Lumbricis est mors pleno iecori, atque lieni

Et presentis opis renibus esse solet.

Gratia sit natura tibi: si villicus illum

Non colit, ipse sua est tutus amaritia.

Lupinus.

Nomi. Lat. Lupinus. Ital. Lupino.

Spetie Ritrouansi due forte di lupini, cioè domestici, & siluestri. I siluestri non sono in vso per cibo.

Qualità. Sono i lupini caldi, & secchi nel secondo grado.

Giouamenti. I lupini cotti prima, & poi macerati nell'acqua nutriscono

man-

mangiati, eccitano l'appetito, & le-
 uano i fastidij dello stomaco, amaz-
 zano i vermi, apron l'opilationi del
 fegato, & della milza, e fan buon co-
 lore; si moltiplica il pane con la fari- *Pane fe*
 na de i lupini, & delle faue, facendo *multipli-*
 dolci i lupini, seccandoli al forno, & *cano i lu-*
 poi macenandoli, ch'aggiunta que- *pini.*
 sta farina à quella di grano lo multi-
 plica bene, & è pane buono, faci-
 le à digerire, & sano, & fatto, & cu-
 stodito bene.

Nocumenti. Generano grosso nu-
 trimento, & son difficili à digerire,
 essendo di dura, & terrestre natura.

Rimedi. Cotti prima, & macerati
 poi in acqua son manco nociui, maf-
 sime se si mangiano con sale, ò con
 qualche cosa aromatica.

M I G L I O.

Sistit, & exiccat Milium, mulcetq, dolores,
Frigidus ex illo est Panis, aliq, parum.

H 4 Sunt

Sunt ieiuna aluum durantia grata dolori.

Si Milia ignitis sint prius vsta focus.

Lacta incocta fouet, molli vel iniusta liquore.

Plentus, at caene tarda tenacis erunt.

Miglio. *Nomi. Lat. Miliū. Ital. Milio, & Meglio,*

Qualità. E frigido nel primo grado, & secco nel principio del terzo grado. Il panico e simile al miglio.

Panico.

**Pane di
migli.**

Gionamenti. Sene fa pane con la sua farina, & co'l latte, che nutrisce assai bene, altri vi mescolano il grasso di porco, ouero olio e ne fanno pizze per mangiare, che seruono al tempo della carestia. Sene fanno ancora le torte da nostri contadini, che le mangiano il verno con molto gusto. Ferma il ventre.

Nocumenti. E cibo molto vètofo, difficilè à digerire, & di cattiuo nutrimento, nutrisce poco, & nuoce allo stomaco.

Rimedi. Cotto il miglio con latte, & con mele, è manco nociuo, con

tutto

tutto ciò non si dee mangiar se non da quelli, c'hanno lo stomaco molto gagliardo. Cotto ancora il miglio in brodo è manco nociuo, massimè essendo accompagnato con buone specie.

P I S E L L I.

Tarde excernuntur, gignuntq, recentia rubellus

Pisa, sed in cunctis sunt meliora Fabis.

Sub cane sicca paruum frigentia Pisa parabunt.

Cortice deposito pabula sanaribi.

Sed melius sapient, si dulcis amygdala succum

Præstiterit, mira sic iubet artegula.

Nomi. Lat. Pisum. Ital. Piselli.

Qualità. Son frigidì nel secondo grado i freschi, & i secchi nel primo, & humidi temperatamente. Difecano al quanto manco delle faue, & rinfrescano, ma non son tanto vento si come le faue, & non hanno virtù astringua.

Piselli]

Scielta

Scielta. Son buoni freschi, teneri, che non siano toccati da animali, & che siano senza vermini.

Giouamenti. Generano buon nutrimento. Mangiansi come le faue, mà sono differenti in questo, che i piselli nõ sono così ventosi nõ hanno virtù astringua, & però non escono fuor del corpo mangiati così facilmente, come fanno le faue. Cuocendosi con loro la bieta muouono il corpo. I freschi son molto grati al gusto, eccitano l'appetito, nettano il petto, sanano la tosse, giouano all'asma, & à tutte l'infirmità del petto. Serbansi questi freschi secchi all'ombra, & si mangiano l'inuerno, che son al gusto gratissimi.

Nocumenti. Generano ventosità. I freschi mangiati co i loro bacelli muouono i rutti, fanno sospiri, & inducono strani pensieri, non si digeriscono troppo bene, e nuocono à
quei

Piselli freschi.

quei c'hanno i denti deboli. Si deuo-
no mangiar' i freschi la state, ne i tē-
pi, paesi, & compleSSIONi calide.

Rimedi. Bisogna che sian ben cot- *Cottura*
ti con sale, & con molto olio, ponen- *de' piselli.*
doci poi sopra pepe, & sugo d'aran-
ci, ò d'altri frutti acetosi. Mà l'olio
d'amandole dolci è il vero condi-
mento de i piselli.

R I S O.

*In suauem dat Oriza cibum, sed supprimit alutis
Crassa alimenta parit, concoquiturq; male.
Cum tepeat vètrè retinens, & amygdala iungi
Lactè, vel exposcat siccatur oryza magis.
Sic pulmenta feret tibi plurima, si tamè inflat,
Nequitia poterit promptior esse tua.
Sed moneo, patinas vexat diuturna calentes:
Ciste parum veneri fiet, & apta gula.*

Nomi. Lat. Oriza. Ital. Riso.

Riso.

Qualità. E caldo nel primo gra-
do, & secco nel secondo, hà alquáto
del

del costrettiuo, & però ristagna, è alteriuiuo, & hà alquanto dell'acerebeto.

Giouamēti. Si cuoce il risone i brodi grassi, & nutrisce assai: & è molto aggradeuole al gusto. Astringe il corpo, & sana i flussi, è cibo temperato, & ingrassa il corpo. Cotto collatte è di maggior nutrimento. Gioua a i dolori dello stomaco, & delle budella cotto con olio, ò con butiro condito con amandole, latte, & zucchero; accresce lo sperma, & è di maggior nutrimento, mà è grosso, & difficilmente si digerisce. Dato con la scorza alle galline, fà far loro molte oua. Della farina del riso, carne di capone, latte d'amandole, succo di limonaria, e zuchero assai si fà il bianco mangiare, molto soaue, & grato.

Nocumenti. Usato lungamente il riso fà l'opilationi, & facendo ventosità, nuoce à chi patisce dolori colici.

Rimedi.

Rimedi. Si rimedia à i nocumenti del riso, lauandolo molto bene prima, & infondendolo nella decottion della semola, & poi si cuoce con brodi grassi, ò con latte di vacca, ouero d' amandole dolci, ò in olio d' amandole dolci, mettendouifopra zucche ro, & canella. E buono l'iuerno per quei, che si faticano, & per i giouani; mà per i vecchi, & flemmatici è molto nociuo, però bisogna che si aben cotto, il che si conofce quando s'è fatto lungo, & diuenuto bianchissimo. *Cottura di riso.*

AVERTIMENTI NE
GLI HERBAGGI.

Tutti gli herbaggi sono di poco nutrimento, & di cattiuo succo sottile, et acquoso, & han molta superfluità, & per questo intorno à loro si osservino queste regole. *Regole intorno à li herbaggi.*

I. Che si mangino in poca quanti à, & perche meglio nutriscão si cuocano in brodi.

II. Che

II. Che non si mangino crudi, eccetto alcuna volta la lattuca, & la procachia con l'aceto per temperare il feruore del sangue, & l'ardor del fegato, & dello stomaco.

III. L'Inuerno si vsino l'herbe calde, & la State le frigide, l'Autunno, & la Primavera le temperate.

IIII. Che l'herbe fatto c'hauranno il seme, non si mangino.

V. Che l'herbe si deuono mangiare nel principio della mensa, essendo, che quasi tutte soluono il ventre.

Qui si tratterà solamente di quell'herbe, che più frequentemente vengono in uso ne i cibi, che dell'altre s'è discorso à pieno nel nostro Herbario stampato qui in Roma l'anno passato.

A C E T O S A.

Digerit Oxalis, siccatur, refrigerat, aufert
Tædia ventriculi, morsusq; membra iuuat.

Nomi.

Nomi. Lat. *Acidula, Oxalis, & Ace-* *Acetosa* ;
rosa, Ital. Acetosa.

Specie. Ritrouansene di più forti,
 mà principali sono la domestica, &
 la saluatica.

Scielta. La miglior è la domestica,
 & della saluatica quella, che non
 rosseggia, mà è tutta verdeggianta. *Acetosa*
ottima.

Qualità. E frigida, & secca nel se-
 condo grado, digerisce, apre, &
 incide.

Giouamenti. E molto grata nelle
 insalate crude, mescolata con altre
 herbe, per il sapor subrusco, ch'ella
 tiene, è molto aggradeuole al gusto,
 è molto gioueuole nelle febri pesti-
 lenti, & ardenti, che smorza l'ardor
 della collera, & estingue la sete, & re-
 siste alla putredine, eccita l'appetito
 & ferma i flussi. Le carni, & i pesci, si
 condiscono la state co'l succo del-
 l'acetosa in vece di agresta, & succo
 d'aranci, & così l'oua, che son molto
 grati,

Appetito. grati, & eccitano l'appetito. Molti la mangiano così cruda co'l pane, altri usano la sua decottione, ò in acqua, ò in brodo, ouero la sua acqua destillata, ouero lo siroppo del suo succo.

Nausea. Leua l'acetosai fastidij dello stomaco, & anco la nausea, gioua alle reni rompendo, & cacciando fuori le re-

Renelle. nelle, beuuto il suo seme co'l vino vale à i veleni, & ferma i flussi, & presertua, & libera dalla peste.

Nocumenti. Nutrisce poco, fa il corpo stitico à chi l'usa troppo, nuoce à melancomici, & inasprisce lo stomaco.

Rimedi. Si mangi insalata in mescolanza delle altre herbe, tra le quali sia la lattuca, ch'è humida, & la rugghetta, ò la menta, ch'è calida. Si deue usar solamente ne i tempi caldi, & solamente da giouani, da colerici, & da sanguigni, & parimente nell'infermità calide.

AMA,

AMARACO.

Celfacit, auxiliū est tibi siccus Amaracus Hy-
drops.

Ictibus antidotum, torminibusq, salus.

Torrída si nervis, & Amarachus apta cerebro

Hęc sitiens semper, nō minus optet Hydrops

Urinae, & tumidi referat spiracula ventris,

Hanc cui sit Matrix ægra, puella colat.

Nomi. Lat. Amaracus, Sampsucus.

Ital. Persa maggiore.

Maggio-

Qualità. E calda, & secca nel terzo *rana.*
grado, hà facoltà di digerire, d'assot-
tagliare, d'aprire, & di corroborare.

Gionamenti. E l'vso della maiora-
na maggior, & minore, chiamata
persa, ne i cibi molto vtile, percio- *Persa.*
che conforta lo stomaco, l'asterge, &
lo mondifica, cacciando fuori per
da basso la collera, & la flemma, &
il suo odore conforta'l ceruello, è
conuenientissima ne i cibi, che si
fanno per gli hydropici. E molto

I vtile

utile ancora à quelli che vrinano difficilmente, & han torsioni del vètre; & conferisce alle donne, alle quali si ritardano i mestruì. La minore chiamata persa è più odorata, & più efficace.

Nocumenti. E troppo acre, onde infiamma il sangue.

*Uso della
persa.*

Rimedi. E da vsarla in poca quantità, & non ne i cibicalidi, mà più tosto in quei cibi che sono frigidì, & ventosi, & che generano humori grossi, & viscosi.

A N E T O.

*Calfacit, & reuocat lac, tormina sedat Anethū,
Citruſus, veneri lum nibusq, nocet.*

*Netua odoratum conuiuia fallat Anethum,
Ignetuis nervis, torminibusq, potens*

*Inuisum est (mone) stomacho, nec parcis ocellis,
Vbera ab hac pleni munera lactis habent.*

Aneto.

Nomi. Lat. Anethum. Ital. Aneto.

Qualità. E caldo nel primo grado, & secco nel secondo.

Scielta.

Scielta. E il migliore quello, che è fresco, & che nõ hà ancora fatto il seme.

Giouamenti. Vsaſi per condimento de i cibi, in cauoli, in peſce, & altre viuande, è di grato ſapore, aiuta lo ſtomaco à cuocere i cibi, mitiga il ſinghiozzo, lo ſtarnuto, & i dolori del corpo, multiplica il latte alle baile, diſſolue le ventofità, è buono à i nerui, & ſtringe il ventre.

Nocumenti. Vſato troppo nuoce alla viſta, diſecca lo ſperma, nuoce *Viſta.* allo ſtomaco, perche è cibo acuto, muoue i rutti, genera groſſo nutrimẽto è difficile à digerire, & prouoca la nauſea, & offende le reni. *Nauſea.*

Rimedi. Nõ biſogna frequentarlo troppo con cibi calidi, mà co' l peſce ſi può vſar più ſicuramente, maſſime con lattarini. Si ſminuiſcono ancora i ſuoi nocumenti meſcolandoui con eſſo petroſemolo, bietola, & boragine, ò lattuca.

A N I S O.

Discutiens Anisum lac donat, & oris odorem,
 Cit Venerē, & stomacho, cui calor insit, obest
 Pituitas Anisi si grana exarentia pingues
 Igne pari iliacum soluere crediderim.
 Si stomachus, lumhi, gelidūq, increuerit hepar
 Vessica intumeat, vultus, lien, fœmora,
 Illa ede, & antiquo vel cor si caumate langues
 Præsenti dices auxiliantur ope.
 Laus numerosa quidē hæc, minimi nec formula
 fallit

Pectus, & hoc torpēs guttur, & alius amat.

Nomi. Lat. Anisum. Ital. Aniso.

Aniso.

Qualità. E caldo, & secco nel terzo grado, & è di sostanza sottile, è acre, amaretto, acuto, digestiuo, & dissolutiuo della ventosità.

Aniso ottimo.

Scielta. Lodasi primo in bontà quel d'Egitto, il fresco, e'l nero.

Fiato buono.

Flussi bianchi.

Giouamenti. Il suo seme emenda il puzzor della bocca, & fa buon fiato, è vtile a gli hidropici, vale alle opilation del fegato, prouoca l'urina, & ferma i flussi bianchi delle don-

donne, mitiga la sete, la decottion
 beuuta, dissolue la ventosità del cor-
 po, gioua al fegato, al polmone, allo
 stomaco, alla madrice, imperoche
 conforta, & aiuta à digerire, vale al
 singulto, à i dolori del corpo, prouo-
 ca il latte, rompe le pietre, gioua à i
 nerui, & conforta il ceruello, prohi-
 bendo che i vapori non ascendano
 alla testa, preso vn poco alquanto
 coperto di zucchero infin del man-
 giare, & preso auanti che si beua l'ac-
 qua, la rettifica: vsasi con gran gio-
 uamento nelle cose di pasta.

*Acqua ret-
 tificare.
 Pasta.*

Nocumenti. Stimola venere, & è
 inutile allo stomaco, eccetto quan-
 do non fusse in esso ventosità.

Rimedi. Bisogna vsarlo modera-
 tamente, & i giouani se ne astenga-
 no, & parimente i colerici, e sangui-
 gni, massime la state.

ASPARAGI.

*Renibus Asparagus, stomacho atq; putilis, aluo,
Morsibus atq; oculis sed sterile scit edens.*

Renibus hinc valeo, iecore, intumidoq; liene.

*Iliis, nec mudū tergus, ut ante doleat. (de est
Si venere hic crucior, sup hoc mihi munus abū*

Quod potuit salva Religione dedit.

Asparagi Nomi. Lat. Asparagus. Ital. Asparago.

*Qualità. E. alteriuo l'asparago,
caldo, & humido temperatamente, &
è aperitiuo.*

*Scielta. Li domestici sono migliori
dei saluaticchi: si mägino i freschi, &
che con le cime loro s'inclinino à
terra.*

*Gionamenti. Nutriscono più di tut-
ti gli altri herbaggi, conferiscono al-
lo stomacho, purgano il petto, molli-
ficano il corpo, & prouocano l'vrina
accreiscono il seme genitale, monda-
no le reni dall'arena, & mitigano il
dolore loro, & parimente de i lombi.*

*Nocumenti. V sati in troppa copia
offendo-*

offendono lo stomaco, inducendo nausea, massime quando si mangiano freddi; & per la loro amartitudine accrescono la collera, fan puzzar l'vrina, se bene in tutto il corpo causano buono odore, e fanno sterili le donne.

Rimedi. Si lessano, & si butta via la prima acqua, che così lasciano l'amarezza, poi si condiscono con olio, sale, e pepe, aggiungendovi succo d'aranci, ò aceto. Cotti nel vino son più vtili. Non si conuengono à colerici, mà sono à i vecchi, & à i frigidì conuenientissimi in moderata quantità, & mangiati caldi, e ben conditi. Si cuocono ancora in brodi grassi, & son più sani, & si mangiano à prima mēsa solo co' l' sale, & oglio senza aceto.

*Sterilità**Cottura.*

ATRIPLICE.

Frigus, & humorē medicans inducit Atriplex.

I 4 Suffu-

*Suffusus, & felle iuuat, tū mollit, & Aluis,
Expedit infractus iecoris, vomitumq; lacessit.*

Atriplice **Nomi. Lat.** *Atriplex.* **Ital.** *Atriplice,
Reppice, & Treppice.*

Qualità. È frigido nel primo grado,
& humido nel secondo. Il domestico
è più frigido, & più humido del sal-
uatico.

Domestico.
co.

Scielta. Il domestico auanti che hab-
bia fatto il seme è il migliore, perche
è più tenero.

Saluatico.

Giuamenti. Dà poco nutrimento, &
vsasi per il più à far torte alla Lõbar-
da, mescolandolo cõ cascio, butiro,
& oua; & māgiasi ancora come gli al-
tri herbaggi, p̄ mollificare il corpo, il
che più efficacemēte fa il saluatico.

Nocumēti. Il troppo vso suo gene-
ra molti mali, come lētigini, papule,
& simili, & è inimico allo stomaco.

Rimedi. Bisogna cuocerlo à due ac-
que, & mangiarlo con olio, aceto, &
pepe, ò cinnamomo, & bisogna la-
sciar-

sciarlo per cibo de i villani, mà non si deue mangiar se non cotto.

BASILICO.

Ocyma sunt oculis. stomachoq; infesta, sed icterici virosos sanant, eadem quoq; tormina sedant.

Calfaciunt, siccant, & mentis nubila pellunt.

Continuoq; usu dant lentes, vermiculosq;.

Ocyma quo melius sentis fragrare, minora.

Hoc vires etiam meliores ferre videbis.

Torminibus capiti stomacho, cordiq; medentur.

Nom. Lat. *Ocimū. Basilicū.* Ital. *Basilicò. Basilico.*

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo.

Scielta. Il maggior hà in se qualche nocumēto, ilche nō hà il minor, nel mezzano, & il garofonato è il migliore.

Giouamēti. Si vfa ne i cōdimēti de i cibi. *Condiment.*

bi, che dà lor gratia, & molti l'vfano p cōpanatico cō olio fale, & aceto, &

si mescola come la rughetta nella lattuca. Leua lo stupor de' dēti, & puo-

ca il latte secco, riscalda, e ferma il *Latte.*

vētre. Il suo odore è grato al cuore, & alla testa, in q̄l giorno ch'alcū hauerà

man-

mangiato il basilicò non potrà esser punto da scorpione, rallegra il cuore, & inanimisce i timidi, & gioua nelle sincopi, & ne gli suenimenti, pro-uoca il sonno.

Uocamenti. Usato troppo spesso nuoce allo stomaco, & al fegato, & è di cattiuo nutrimento, e difficile à digerire, dissecca il polmone, rilassa il ventre, moltiplica la collera, & è di veloce putrefattione, & genera humormalenconico, & offusca la vista. Il garofonato è buono.

Rimedi. E cibo più da flemmatici, che da colerici. La state si deue mangiare con qualche herba refrigerante, & rare volte.

BETTONICA.

*Publica Betonicę qua nulla operosior herba est
Gloria, siccato grata tempore venit.
Cui dolet, aut luxū est corpus cui vulnera mille
Cui caput infirmum, cui iecur inualidum;*

Cui

*Cui stomachus gelidus veliē, cui lumina lāguēt
Quique laceffit dentibus inuigilat:*

*Cui serpens, rabidusue canis, cui dira venena
Officiunt: Podagra qui dolet, aut Chiragra:*

*Deniq, cui tumida est veflica, & vēter obfus,
Cui gelida est Febris, cui pituita nocet.*

*Delectam aprico geminorum in colle, sub ortu
Carpat, & hanc saluus si velit eſſe, bibat.*

Nomi. Lat. Bettonica. Ital. Bettonica. Bettonica

Qualità. E calda, & ſecca nel primo grado completo, ò nel mezo del ſecondo è inciſiua.

Scielta. E migliore quella che naſce ne i colli aprici d'Aprile, ch'è tenera, & ſi mangia cotta in brodi.

*Gionamenti. La bettonica è piena d'infinite virtù; la onde è nato quel **Prouer-**
bio. Tuhai più virtù, che la
bettonica. E vtile à tutte le paſſioni del corpo interne in qualunque modo pigliata, è vtile à quei c'han ſoſpetto d'hauer preſo il veleno, & è da credere, che vſata ne i cibi preſerui da tutti quei mali, ch'ella hà
facol-*

facoltà di sanare. Et così gioua à gli iterici, paralitici, flemmatici, comitiali, & alli sciatici, mangiata, ò beuuta la sua decottione. In somma sana

Mali sana tutti i mali, prouoca l'vrina, e rompe le pietre.

Nocumenti, E difficile à digerirsi.

Rimedi. Bisogna mangiarla cotta insieme co i fiori in buon brodo, ò euocandola in vino beuerne la sua decottione.

B I E T O L A.

Digerit, & tergit, reseratq; obstructa, dolores

Auris Beta leuat, largius & sa nocet.

Beta mala est stomacho, viridis vel nigra. niua

Rore, caput mundat naribus hausta tuum.

Compar eat maluis, clysteri immixta dolores

Quos tibi mansa facit, perdere Beta potest.

Pieta.

Nomi. Lat. Beta. Ital. Bietola, & Pieta.

Qualità. E calda, & secca nel primo grado. La negra è migliore.

Giouamenti. Gioua mangiata all'opilation del fegato, & della milza.

La

La radice mangiata leua il fetor del-
l'aglio, & delle cipolle. La biāca cot-
ta, & cō aglio crudo mangiata, scac- Bianca
cia i vermini del corpo; è astringua,
Le radici cōdite seruono p̄ insalata.

Nocumenti. Nutrisce poco, nuoce
allo stomaco per essere mordace, per
la sua qualità nitrosa, che hà.

Rimedi. Mangiata con boragine, ò cō
senape, & con aceto è m̄aco nociua.

B O R A G I N E.

Gaudia fert cordi, minuit Borrage rigores

Febris, & horrores, tussibus hostis erit.

Si tibi Buglossa est succi, & Borrage tepentis,

Letus eris. siccum nec tibi pectus erit.

Nomi. Lat. Buglossum, Borrage, &
Corago. Ital. Boragine. Boragine.

Qualità. E calda, & humida, nel
primo grado.

Scielta. Si mangi quella ch'è colta
co' i fiori.

Giouamenti. Si chiamaua prima q̄sta
pianta

Cuore.

pianta coragine, per hauer proprietà nelle passioni del cuore. Onde infusa nel vino genera grande allegrezza nell'animo, & conforta potentemente il cuore, & ne leua ogni malenconia, & apporta piaceuoli, & giocondi pensieri. E di buon nutrimento, e genera ottimi humori, è gratissima nei cibi, & è molto vtile à conualescenti, & à quei ch'hanno le sincopi.

Vino cordiale.

I fiori si vfano nelle insalate, le frondi s'infondono nel vino, & parimente i fiori per farlo cordiale, Gioua la boragine à i melanconici, chiarifica il sangue, & gli spiriti, conforta tutte le viscere, & lenisce l'asprezza del petto

Uocamenti. I fior non si digeriscono molto presto, mà più facilmente le frondi, & nuoce à quei ch'hanno le fauci ulcerate, che le punge, del resto è senza malitia à fatto, & è buona à tutte l'etadi, à tutte le complessioni, & in ogni tempo.

Rimedi.

Rimedi. Si cuoce nel brodo di buona carne, ouero cuocendosi in acqua vi s'aggiunga vn'ouo. Mangiandosi insalata si sfrondi, & li si leuino quei neruetti, che così diuenta più digestibile. La sua asprezza, che molte volte dispiace, si corregge mescolando con essa le bietole, ò gli spinaci.

C A P P A R I:

*Capparis incidit purgatq, & menstrua pellit,
 Officit hæc stomacho, gignit, & esatim.
 Soluitur ardentit torpescens flore palatum,
 Capparis, & folio, cumq, liene iecur.*

Nomi. Lat. Capparis. Ital. Cappari. Cappari.

Qualità. Sono i salati caldi, & secchi nel secondo grado.

Scielta. Sono migliori quei, che si conseruano nell'aceto, di quei, che si salano, perche non son tanto calidi. Sono astrettiui, assottigliatiui, incisiui, esterfui, & aperitiui. Cappari
migliori.

Giuamenti. I cōseruati in salamonia,
 ben

ben cōditi, & mangiati eccitano l'appetito, & aprono l'opilationi del fegato, & della milza, prouocano i mestrui, & l'vrina, ammazzano li vermi, fanano le morici, & accrescono il coito, mangiati con sale, & aceto, & olio. I conditi con sale giouano alle podagre, à i flemmatici, alli splenetici, & alli sciatici. Chi vfa i cappari non patirà resolution di nerui, nè dolori di milza.

Appetito. *Nocumenti.* Apportano sete, & sono inutili allo stomaco quantunque eccitano l'appetito; conturbano il ventre gonfiano, sono di poco nutrimento, & son più medicina, che cibo.

Rimedi. I crudi si cuociono in acqua, poi si mangiano con olio, & aceto, & vua passa. I conditi con sale si lauano, s'infondono per vn pezzo nell'acqua, poi si mangiano auanti cena cō aceto melato, ò cō molto olio,

olio, & aceto, con vua passa, come s'è detto, ouero nel brodo d'ottima carne di vitello si cuocono vn tantino, e poi si mangiano auanti pasto con l'oglio.

CARCIOFI.

Sit lotium Cìnara, atq; graues emendat odores.

Calfacit, & siccat bilis. & inde nigra est.

Carduus hortensi cui spina est mollior arte.

Cui calor est modicus, cui tumidusq; liquor.

Et stomacho, & lumbis sapidus, si duxit olentē.

Vrinam os redolet, nec sapit ala caprum.

Hunc tibi ius ppingue coquat, p̄stātor inde est,

Iuit, & in numeros sic venus apta suos.

Nomi. Lat. Carduus hortensis, Cìnara. Ital. Cardo, Carciofo, & Archichocco.

Carciofo

Qualità. Sono i cardì, & i carciofi caldi, & secchi nel secondo grado, & sono aperitiui.

Scielta. I domestici sono migliori dei saluatichi, & li tineri sono più utili, che i duri.

Migliori

Giouamēti. Sono grati al gusto i cardoni,

doni, & i carciofi, prouocano l'vrina
 mà puzzolente, muouono la ventosi-
 tà, & aprono l'opilatione, & accresco-
 no il coito ; beuuta la decottione
 delle radici fatta in vino, come man-
 giatii carciofi fan buon fiato, & le-
 uano ogni noiolo odore del corpo .

Buò fiato.

Cardoni.

L'herba tenerina nata di nuouo si
 mangia come gli asparagi. I cardoni
 fatti bianchi per arte, sotterrandoli
 l'autunno in terra teneri, si danno in
 fin della cena, & con pepe, & sale per
 vltimo cibo si mangiano per sigila-
 re, & corroborare lo stomaco .

Tartufi.

Nocumenti. Generano, come i tar-
 tufi, humori malenconici. Son molto
 ventosi, nuocono alla testa, grauano
 lo stomaco, e tardano la digestione .

Rimedi. Cotti nel brodo, & man-
 giati con pepe, & sale in fin della mè-
 sa, sono manco nociui, & più grati
 allo stomaco .

CA-

CAVOLI.

*Brassica cit, sistit, superatq, venera merumq,
Dentibus, atq, oculis creditur esse nocens.*

Iam veniat folio chrysippica Crassica crispo.

Vel patulo, & leni, vel glomerata comas:

*Prima salutifera, & ventrem lenire parata,
Bullierit modico si tamen igne, placet.*

*Omnib^o ardor inest, grauior tumet esca secūdis,
Ne capiti noceant vicia superba premunt.*

*Extumidam referant vesicam, aegrumq, lienē,
Hepar, & obstrusum, fæmineumq, femur.*

*Arida socraticam pareverit ni Brassica bilem,
Iure erat in morbis omnibus ipsa satis.*

Nomi. Lat. Brassica. Ital. Cauoli.

Cauoli.

Qualità. E Caldo, & secco nel primo grado.

Scielta. I migliori sono i teneri, lunghi, & colti nella cima della pianta, ch'habbiano le frondi aperte, & non chiuse, cō la rugiada sopra. Sō buoni i Bolognesi, & i cauoli fiori sō ottimi come all'incontro i capuci son pessimi, & i torzuti manco di loro nociui.

*Bolognesi.
Cauoli fiori.
Capuci
torzuti.*

K

2

Gio-

*Vbria-
chezza &
bibire.*

Giouamenti. Mangiati mal cotti
lubrificano il corpo, & molto cotti lo
stringono. Han facultà purgatiua.
Mangiati auanti cena crudi con ace-
to, prohibiscono l'vbrachezza: Mā-
giati d'apoi, leuano i fastidij della cra-
pula, & i nocumenti del vino. La de-
cotion loro beuuta, (ma che non
sian bolliti troppo) gioua à colò-
ro, che difficilmente vrinano. Sono i
cauoli da alcuni tanto celebrati che
par che bastino à guarir tutti i mali,
che giouano al dolor di testa, alle ca-
ligini de gli occhi, & parimente con-
feriscono à i malenconici, all'opila-
tion della milza, alle passioni del cuo-
re, del fegato, & del polmone, & di
tutte le viscere.

*Cauoli
buoni a tut-
ti i mali.*

Nocumenti. Nuocono a i denti,
alle gengiue, allo stomaco, son di po-
co nutrimento, gonfiano, fan puzza-
re il fiato, & generano humori malen-
conici, massime la state. La primaue-

Fiato.

ra si lodano folamente i broccoli. Broccoli.

Rimedi. Sono manco nociui, se si cuocono à lessò, & la prima acqua si butti, & subito si rimetta l'acqua calda, senza che veda l'aere, ouero si mettano in brodo di carne grassa cõ finocchio, & pepe, ò coriandro, ò cinnamomo.

C I M I N O.

*Tormina discutiens mire os pallore Cuminum
 Inficit, exiccat, virtus, & omne fugat.
 Vilis, & iniussi campestris grana Cumini
 Vsta nimis, cultu mitia facta placent
 Hæc ede, ventosi clamas si tormine ventris,
 Et stomachum, & lumbos igne minore iuuat.
 Pallida cui grata effigies, & buxea cordi.
 Hæc simulato cohors religiosa voret.
 Illa remollitum subducere docta lapillum,
 Urine norunt, rumpere posse fores.
 Si sine a erodat, vel ros tua niualis,
 Illa ede, rusticitas læsa probanda venit.*

Nomi. Lat. *Cuminum.* Ital. *Cimino.* Cimino.

Qualità. Il seme è caldo comel'aniso nel terzo grado, & è diseccatiuo.

K 3 Scielta.

Mezziore. Scielta. Il domestico è miglior del saluatico.

Giouamenti. Riscalda, stringe, & dissecca: è grato alla bocca à molti, & dà buon sapore à i cibi, massime à piccioni, conferisce l'vso suo alle vètosità, & dolori del corpo. Gioua al traboco del fiele, alla vertigine, all'asma, à i morsi de' serpenti, & all'ardor dell'vrina, & al tremor del cuore.

Pallidi. *Nocumti.* E cibo acuto, & fa pallidi quei che l'vsano troppo.

Vso. *Rimedi.* Bisogna vsarlo parcamente, mà l'inuerno solamente, & da q̄i che s̄o flēmatici, & di frigida cōplessione.

C O R I A N D R O.

Expellit tineas Coriandrum semen adauget.

Largius at sumptū sensum animūq̄, grauat.

Ne crasso noceant oculis Coriandra liquore

Siccata huc veniant igne referta leui.

Hæc caput inuisa pressum caligine, mensis

Optat sommotis, hæc fluida aluus edat.

Dura

Dura parū, stomacho tamen optatissima nostros
 Hinc redolens sicca est, nec putret assa caro.
 Niliacis præstant si sint delecta sub hortis,
 Plura odi, parca sunt mihi grata manu.
 Sic mea demulcent ardentia corda, nec omnes.
 Nostra Venus numeros perdet inepta suos.

Coriandro.

Nomi. Lat. Coriandrum. Ital. Corian-
 dro, & Coriandolo, & Pitartima.

Qualità. E il verde frigido, & non si
 deue mettere dentro il corpo, mà il
 maturo è di grato odore. Il secco è
 caldo.

Scielta. S'vsi il maturo, & il secco; Megliore
 il migliore è quel d'Egitto.

Giouamenti. E vtilissimo allo stoma-
 co, percioche reprime l'esalationi ve-
 lenose, ch'ascendono alla testa. Am-
 mazza i vermini beuuto con il vin
 dolce. Conserua la carne incorrotta.
 I coriandri confetti mangiati in fin
 del cibo fan ritenerlo nello stoma-
 cho, & aiutano la digestione, & for-
 tificano la testa, e'l ceruello.

Carne con
seruare.

Nocumenti Il souerchio vso offen-

Veleni. de la testa, offusca l'intelletto, & perturba la mète. Il succo beuuto è mortifero veleno, & quelli che lo beuono diuentano mutti, & pazzi.

Rimedi. Si rimedia à i nocumenti del coriandro tenendolo per vna notte in aceto, poi coprendolo di zucchero, che così non solo non offende, mà molto gioua. Quei c'han beuuto il succo prèdano poluere di coccie di oua cō salomoia, ò Teriaca cō vino.

DRAGONCELLO.

Siccatur, & inciditur, reseratur Dracunculus, inde Calfacit hortensis, mulcet dentiumque dolores, Digerit, atque ciet lotium, viresque coquendi Adiuuat, atque sale, atque oleo conditus acetoque Estur, & insigni tandem ipse acredine pollet.

Nomi. Lat. *Dracunculus hortensis.*
Dragon- Ital. *Dragoncello, & Dragone.*

Qualità. E caldo nel principio del terzo grado, & secco nel primo.

Migliore. *Scielta.* Il meglio è quel che è fresco

tene-

tenero, & quel che nasce ne gli horti
grassi, che s'adacquano all'ai; & non
si prendano le frondi sparse p terra,
ma le cime, & le frondi più tenere.

Giouamenti. È la miglior herba,
che s'adopri, per far false, & saporì, ^{Salso.}
& si mette nell'insalate frigide in luo- ^{Saporì.}
go della rugheta; è cordiale, fa buon
appetito, accresce il coito, & con-
forta mirabilmente lo stomaco, &
la testa, incidendo le flemme. È her- ^{Peste.}
ba molto aromatica, et mangita pre- ^{Denti.}
serua dalla peste, & da ogni corrut-
tione. Sana le doglie frigide de i
denti, & delle gengiue, lauandosi
con la sua decottione fatta in vin
bianco.

Uocamenti. Riscalda il fegato, &
assottiglia il sangue.

Rimedi. Mangisi in compagnia di
herbe frigide, come è endiuiia, lat-
tuca, & fiori di boragine, ma non ^{Gioueni.}
da gioueni sanguigni, & colerici vecchi.
massi-

massime le state, à i vecchi è buona
in ogni stagione.

C I C O R I A.

*Intybus est iecori medicina, & morsibus atris,
Frigoreq; astringit, ventriculumq; iuuat.
Frigida cā pestris minus est, & amarior, hepar
Intyba demulcens, bilis utramque timet.*

Nomi. Lat. Seris, & Intybus. Ital.

Cicoria.

*Cicoria, & vi è l'hortense, & la siluestre,
chiamasi Tornasole, Gira'l sole, Radichio.*

Siluestre.

*Qualità. Sono le cicorie frigide, & sec
che nel secondo grado, & la siluestre
essendo più amara è più astringua, &
più astrettiua.*

*Mazzo-
chi.*

*Scielta. La migliore è la tenera, &
le cime che si chiamano quì in Roma
mazzocchi, & quella che fa il fior tur
chino, che si gira co'l Sole.*

*Giouamenti. Conferisce mirabilmete
à quei che sentono ardor, & infiam-
magione nello stomaco, apre l'opi-
latione del fegato, & è il più poten-
te,*

te, & efficace rimedio, che vfar si pos-
sa per mantener il fegato netto, & le ^{Fegato.}
sue vie ottimamente aperte. Gioua
alle reni.

Nocumenti. Nuoce à quei ch'han
lo stomaco debole, & frigido, & il
succo, che genera è di poco, & non
buon nutrimento: & si loda più per
medicamento, che per cibo. Nuoce
parimente à catarrosi.

Catarrosi.

Rimedi. Cuocendosi nell'acqua, & *Conttura.*
poi con olio, & aceto, & vua passa m̃a
giata in insalata, ouer cruda con m̃e
tuccia, & con aceto, oue sia infuso
l'aglio, ò con altre herbe calide, e
manco nociua. E buona la state per
i giouani, & per quei che son di cal-
da complessione; è buona in ogni t̃e
po; è cattiuu per quei c'hanno lo sto-
maco freddo, & che sono soggetti à
catarri; mà da questi non si deue m̃a-
giar cruda, mà cotta in ottimo bro-
do di perfette carni.

EN-

 ENDIVIA.

*Intybus est iecori, stomacho, ventriq, salubris
 Cocta, & cruda estur, sacro hæc igniq, medet,
 Et morsus sanat quot scorpius intulit atros.*

Nomi. Lat. Intybus, Endivia. Ital.

Endivia.

Endivia.

Qualità. E fredda, & secca nel secondo grado, ma la domestica possiede più frigidità, che la siluestre, & è più humida.

Migliore.

Scielta. La domestica è la migliore, ma tenera, che non habbia prodotto il fusto, nè faccia il latte; quella che co' tenerla sotterra è fatto bianca, è ottima.

Bianca.

Gionamenti. Rinfresca il fegato, & tutti i membri infiammati, smorza la sete, prouoca l'vrina, & la state fa venir buono appetito, secca l'opilazioni, purga il sangue, sana la rogna, smorza gli ardori dello stomaco. Mangiata cotta in brodo di carne la state, rinfresca tutte le viscere.

Rogna.

NOCH-

Nocumenti. Nuoce l'vso dell'endiuià à quei ch'hanno lo stomaco frigido, & ritarda vn poco la digestion, offende li paralitici, & quei *Paralitici* ch'hanno il tremore.

Rimedi. Mangiandosi la bianca in *Bianca* insalata l'inuerno da quei ch'han lo stomacho freddo, & debile, vis'aggiunga pepe, & vna passa, ouero vn poco di mosto cotto, la cotta è man- *Cotta* co nociua della cruda; è buona ne i tempi molto caldi per i giouani, per colerici, & per sanguigni, & per quei ch'hanno lo stomaco molto caldo. Mangiandosi con cime di mētuccia, ò con rughetta, & dragoncello, ò cō altre herbe calide, è manco nociua.

FINOCCHI.

Semina si chymo exurant. hortensi a duro.
Feniculi, & sicco non bene sana cibo:
Torriditor a time: Siluestria renibus ingens
Pharmacium, & urinae nobile curriculum.
 Du-

Durius lumbis sunt comminuentia saxum.

Sint tumido hæc femori pabula femineo.

Ride infans, poterit reculsi munera lactis.

Si viride hortense est, mox reuocare tibi.

Ride infans, molle, collubri experientia ocellos

Seruari incolumes, hoc tibi posse docet.

Subuersū, & vento stomachū extende tumentē

Aequat, in antiquius febribus esca potens.

Semine si redaperta viget membra omnia, lotæ

Gloria radici non minor exhibita est.

Finocchio. Nomi. Lat. *Feniculum*, & *Maratrum*. Ital. *Finocchio*.

Qualità. E caldo nel secondo grado il dolce, & secco nel primo. Et il saluatico disecca, & riscalda più va-

Migliore. lorosamente.

Scielta. Il dolce è migliore, l'altro sia hortolano domestico, & tenero, per mangiarsi fresco, ouero granito per il verno, o con gambi bianchi, e teneri per mangiarli cotti.

Virtù.

Giouamenti. Prouoca copiosamente il latte, i mestruai, & l'vrina: leua l'opilatione antica, purga le reni, &

gio-

gioua mirabilmente à gli occhi , ma
 bisogna il secco vfarlo in poca qua-
 rità, perche altrimenti infiammareb-
 be il fegato, & nocerebe à gli occhi,
 apre l'opilatione del fegato, della
 milza, del petto, & del ceruello.

Vitij.

Nocumenti. E cibo acuto, tardo
 à digerirsi, è di cattiuo nutrimento
 affottiglia, & infiamma il sangue à
 quei che son colerici, debilita, & cō-
 suma il corpo; & di qui nasce la col-
 lera nera, di modo, che è più conue-
 niēte per medicamento, che p cibo.

Rimedi. Il tenero è meglio, & si
 deue mangiare in poca quantità. I fi-
 nocchietti, che si cuocono hanno da
 essere aperti bene, & tenuti vn pez-
 zo in acqua fresca, per leuar loro
 quella mala, & velenosa qualità che
 gli lasciano le serpi, stropicciandoui
 sopra gli occhi, bisogna mangiarne
 poco del finocchio, perche co'l tem-
 po potrebbe generare pietra, che co-

*Cottura.**Pietra.*

me

me aperitiuo porta materie grosse
nelli stretti meati dell'vrina, doue
poi si condensano, & diuentano re-
nelle, & pietre.

Renella.

FINOCCHIO MARINO.

*Sic Sapiti, & stomacho Beatis arida grata tepo.
Sine sit. hortensis, siue marina tibi, (re,
Sic iecur, & lumbos vesicæ aptissima, mulcet,
Inter regales, ut sit habenda dapes.*

*Finocchio
marino.*

*Herba di
S. Pietro.*

*Nomi. Lat. Crithmum. Ital. Finoc-
chio marino, & herba di san Pietro.*

*Qualità. E caldo, & secco nel terzo
grado, & è al gusto salato, & alquato
amaretto, il perche egli è nelle sue
facoltà disseccatiuo, & astringiuo.*

Migliore.

*Scielta. Il verde, & odorato è il me-
glio per metter in salamoia.*

*Gionamenti. Mangesi crudo, & cot-
to, & muoue il corpo, conseruasi in
salamoia, che conforta lo stomaco,
il fegato, & le reni.*

Uocamenti. Infiamma il sangue.

Ri-

Rimedi. Non si conuiene a' gioueni, nè à tempi caldi: mà à i vecchi ne i tempi frigidi, & in poca quantità.

L A T T U C A.

Caumate in ardentis stomachi Lactuca niuale

Delicium, & somni dulcis alumna veni.

Si modo sit mundus cultor, non lota placebis;

Et prima, & grata est Mensa secunda tua.

Gratior aestiuo es dum sirius aestuat orbe,

Sed valeas, si vult gaudia nostra venus.

Nomi. Lat. *Lactuca.* Ital. *Lattuca.* *Lattuca.*

Qualità. E frigida, & humida nel secondo grado.

Scielta. La capuccina, & la francese, & la tenera sono le migliori, massime nate in horti grassi, & che nõ comincino à fare il latte & che nõ siano lauate, mà colte, & affettate da delicata mano. *Latte.*

Giouamenti. E facile à digerire, eccede in bontà tutti gli altri herbaggi, perche genera il latte, & smorza gli ardori dello stomaco, estingue la

L sete,

*Flusso del
seme.*

fete, prouoca il sonno, & stagna il
flusso del seme, raffrena l'armonia
della colera, eccita lo appetito, & le
ua i fastidij dello stomaco, & corro-
bora. Raffrena gli appetiti venerei, &
gioua à molti difetti de corpo.

Vista.

Nocumenti. Oscura la vista il con-
tinuo vso suo, indebolisce il calor
naturale, corrompe lo sperma, & fa
sterile, ò facendosi figli vengono in-
sensati, e balordi. Fa l'huomo pigro,
& nuoce allo stomaco frigido, &
debole, & per questo nõ è molto uti-
le a' vecchi.

*Figli in
sensati.*

Rimedi. E men nociua cotta, che
cruda, & mangiata con menta, dra-
goncello, rughetta, agli, ò cipolle, &
gli si deue appresso bere buon vin
bianco; & aromatico, & non si deue
mangiar di continuo. Non si laui,
perche l'acqua gli leua vn'ottima
qualità, che leuata via, essendo in
superficie, fa che la lattuca debili-
ta la

*Lattuca
non si laui*

ta la vista, che resta offuscata parimente non leuandosi alla lattuca le cime.

L V P I N O.

*Frigidus educit Lupulus de sanguine bilem,
Atque æstusiecoris, ventriculiq; leuat,*

*Si Lupulū oblectant antra, & nemorosa salicta
Hoc facit ingrato sit satis vt medico.*

*Frigidus hinc bilem, calidum arcere cruorem.
Est potis, hunc calidumq; & febris anhelæ
timer.*

Gratia si magna est illi, tua noxia maior

Est Medice hoc sanctum, qui male noris olus

Nomi. Lat. Lupulus. Ital. Lupulo.

Lupulo.

Qualità. È caldo, & secco nel secondo grado, mà le cime loro simili à gli sparagi per hauer molto dell'humido, scaldano poco, & diseccano manco.

Scelta. Sono migliori quelli che *Megliori* sputano dalla pianta senza hauer frondi attorno, & ch'hanno il fusto tenero, & non aspro.

L

2

Gio-

Virtù.

Gionamenti. Generano perfeto nutrimento, agguagliano gli humori, confortano, & mondificano tutte le viscere, & particolarmente nettano il sangue, & lo fan chiaro, & puro, tirando à basso la feccia di quello in vntratto, & purgàdo la collera. Netta il lupulo particolarmente il fegato, aprendo non solo le sue opilationi, mà quelle della milza ancora: mangiansi le sue cime cotte in insalata, mollificano il corpo, et la decottion de fiori, et de i follicoli sana gli auuenati, e guarisce la rogna, fa sene siroppo, che è mirabile nelle febri coleriche, et pestilentiali.

Vitij.

Nocumenti. Quando si colgono cõ frondi, et fulti duri, son difficili à digerire, et sono piu ventosi, che i teneri, et non son di troppo succo.

Cottura.

Rimedi. Si mangiano cotti conditi con aglio, ò con sugo d'aranci, & pepe, et son buoni in ogni tempo, in

po, in ogni età, et complessione, massime cotti in buon brodo.

M E L I S S A.

*Exhilarat, reuocatq; animū Citrago labentem;
Ictibus auxilio est, viscera cuncta iuuat,
Cor mihi triste, gelu pectus, cerebrūq; rigescis,
Singultit stomachus, grata Melissa veni.
Per te hilaris redolēs, & mūdi pectoris, aucto
Sumq; calore potens gratia magna tibi.*

Nomi. Lat. Melissophillum, & Citrago. Ital. Melissa, & Cedronella.

Qualità. E calda, et secca nel secondo grado.

*Melissa.
Megliore
Virtù.*

Scielta. La migliore è la tenera, et che nasce in colli ameni, et che hà buono odore di cedro.

Giouamenti. Conforta il cuore, et leua il suo tremore, lenisce il petto, et apre l'opilationi del ceruello. Aiuta la digestione, et sana il singhiozzo, et vale à i morsi d'animali velenosi, et à tutte l'infirmità flegmatiche, et ma lenconiche.

L 3

N O C H

Vitij.

Nocumenti. Ec cita gli appetiti venerei per esser vêtosa, & è di pochissimo nutrimento.

Rimedi. Mangiandola nell'insalata si mescoli con herbe frigide, come lattuca, & simili.

M E N T A.

Mentha inuat stomachum, tineat necat, ictibus atris

Conuenit, & Venerè commouet, atq; ciet.

*Nauseat ignità, & benè olentè carpere Mēthā
Vult stomachus, caput est triste, morare liber
Obstruat illa femur, venerit ume facta parū p
Grata licet sperma hinc, lacue coire nequit.*

Menta.

Nomi. Lat. Mentha. Ital. Menta.

Qualità. E calda nel terzo grado, & secca nel secondo.

Sicelta. Quella, che si semina negli horti, detta mēta Romana è migliore, *Migliore* ma si deuono prendere solamente le cime tenere.

Giouamenti. E molto grata allo stomaco, & lo cōforta, massime s'è freddo. Ec-

do. Eccita valorosamente l'appetito, ^{Appetito}
 proibisce, che il latte non s'apprenda
 nello stomacho, nè nelle mamelle, &
 per questo quelli à i quali piace il latte
 deuono vsar spesso la mèta. Amazza
 i vermini del corpo vsata ne i cibi,
 ò dandosi à i fanciulli vna dram-
 ma del suo sugo cō meza oncia d'ag-
 gro di cedro, ò di siroppo di scorza
 di cedro; leua il singhiozzo, la nau-
 sea, il vomito, & fortifica lo stomaco,
 onde si dice,

Nunquã l'eta fuit stomacho succurrere mèta.

Nocimenti. E di poco nutrimento
 infiamma il fegato, & lo stomaco, as-
 sottiglia il sangue, percioche è cibo
 acuto, stimula venere, & per questo si ^{Venere.}
 proibisce, che non si mangi al tem-
 po della guerra, perche per l'vso di
 venere i corpi diuentano frigidì, ma- ^{Guerra.}
 gri, & manco animosi. ^{Venere.}

Rimedi. Mangiandola in poca quã-
 tità, & in compagnia d'herbe frigide

L 4 è man-

è m̄aco nociua. Et così vsata ne i tē-
pi freddi, e da vecchi, et da flēmatici
et malēconici, mà la state è pernicio-
fa, maffime à giouani, et colerici.

MERCORELLA.

*Vsta parum vulua duroq; innoxia ventri,
Fœmina seu mas sit, Mercurialis erit.*

*Maxima Mercurio laus est, Fœmella puellam,
Mas puerum, venus est cum sociata dabit.*

Nomi. Lat. Mercurialis. Ita. Mercuria-
le, & Mercorella.

*Mercorel
lv.*

Qualità. E calda, et secca nel primo
grado, t̄ato il maschio, qūato la femi-
na, et la radice n̄o è di valore alcūo.

Scielta. Per mangiare si elegga la
tenera.

Giouamenti. Mangisi come gli altri
herbaggi per soluere il corpo; et la
decottione beuuta solue la collera,
et gli humori acquosi, et il maschio
fa far i maschi, et la femina le femine
quando si m̄agino le fr̄odi cotte nel-
l'olio, e sale, ouero crudo con aceto.

*Maschi.
Femine.*

NOCH

Nocumenti. Vñandola troppo debilita lo stomaco, & le viscere.

Rimedi. Si mangi in poca quantità con brodi grassi, & con cinnamomo.

PETROSELLO.

Torrentis plures Apij seris inscie plantas

Villice, petrosū vix mea mensa capit. (tardo

Et nocuum hoc capiti, et stomacho minus utile

Lactuca extremo si placeat adde cibo.

Cura caput nobis prior est, quē flegmata vexāt *Petrosel-*

Splen, femur, aut renes, vel iecur illud edat. *lo.*

Nomi. Lat. *Petroselinum*, *Apiū hortense*, *Petrosilium*. Ital. *Petrosello*.

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel terzo. *Migliore*

Scielta. Il migliore è il tenero che non habbia fatto ancora seme, nè fiore, che così le frondi son più odorose, & più grate al gusto, come le radici, quando sono di mezo tempo. *Virtù.*

Giuamenti. E in grande vso quasi in tutte le viuade, entra nelle false, & in somma

somma è molto vsitato nelle cucine; mangiato crudo, ò cotto prouoca l'orina, & i mestruj, e'l sudore, mondifica le reni, il fegato, & la madrice, & leua le loro opilationi, dissoluela ventosità; e grato allo stomaco, & al fegato, & la sua decottione vale contra veleni, & contra la tosse. Hì le medesime facultà, che il coriandro, & è gratissimo alla bocca dello stomaco, mitigando il suo calore, rompe le pietre delle reni, & della vesica, apre le opilationi, & gioua alla tosse, & à i difetti del petto. Cotte le radici sotto la cenere si mangiano con aceto, olio, & sale per insalata.

Nocimenti. Difficilmente si digerisce, & non genera troppo buoni humori, offusca la vista, & nuoce qualche volta alla testa, mà non è questo quello apio, che nuoce à quei, ch'hanno il mal caduco, mà è l'apio volgare.

Apio volgare.

Rimedi. Mangiandosi crudo in compagnia

pagnia d'altre herbe frigide come latuca, acetosa, & procacchia, in poca quantità, manco nociuo, & cotto in brodo, & in intingoli. Le radici poi deuono esser ben cotte, leuato prima Cottura loro di dentro il midollo legnoso.

PIMPINELLA,

Vesicae lapides si Pimpinella remollit.

Ignita est, iecori sana lienq, tibi.

Lethiferis etiam morbis, pestiq, medetur.

Calfacis, adstringit, vulnera sana facit.

Nomi. Lat. Pimpinella, Sanguisorba, Pimpinella Bimbenula, aut Pampinula. Ital. Pim-
pinella, ò Solbastrella.

Qualità. E calda, & secca nel secondo grado.

Scielta. L'hortense è migliore del- Megliore
la saluatica.

Giouamenti. E in vso à mangiarsi nelle insalate, ch'è molto grata per l'odor ch'hà di melone, quella si seminane gl'horti, che la saluatica, hà

hà noioso odor di becco; ondè vien
 detta hircina, & questa si riduce sot-
 to la spetie della sassifragia, per la
 gran virtù che hà di mondificar le
 reni, & la vesica, & rompere, & cac-
 ciar fuori le pietre, & la renella dalle
 reni, e dalla vesica, prouocar l'orina,
 & aprir l'opilation del fegato. La do-
 mesticà è singularissimo rimedio cō-
 tra la peste, & così la siluestre, & mi
 ricordo che la felice, & honorata me-
 moria di M. Giouanni diletto mio
 padre, (che oltre à tutte le nobili
 dottrine hauea ancora non medio-
 cre cognitione dei semplici) mi dis-
 se molte volte, che nella gran peste
 dell'anno 1527. con la pimpinella
 sola facendone infusione in vino, &
 co'l bolo armeno preferuò se stesso,
 e tutta la famiglia, ritiratosi ad vna
 nostra villa di Morano, doue è gran
 copia di questa pimpinella, oltre
 l'aere temperatissimo che vi è. Posta
 la

Virtù.

*Morano
villa.*

La pimpinella nel bicchiere rallegra il cuore, & fa il vino più giocondo: Vale ancora contra tutte le passioni del cuore, & sincopi, chiarifica il sangue, & moltiplica gli spiriti vitali, massime infusa nel vino, & suol conferire à i tifici.

Nocumenti. E difficile à digerire, fa stitico, & riscalda'l fegato, & è di pochissimo nutrimento.

Rimedi. Si mangi in insalata mescolata con herbe frigide in poca quantità: sempre è buona, massime a' vecchi, & melanconici, quando è tenera.

PORTULACA.

*Cui robur est ardens, dyssenteriaq, laborat,
 Purpureus curæ cui cruor est fluidus,
 Cui nocuere ignes, frigentem hic Pelidis herbæ
 Deligat, hæc pluuio rore probanda venit.
 Si sapis illa tuas norit rarissima mensas,
 Lumina cum stomacho contemerasse potest.
 Dentibus auxilium stupidis, & renibus affert,
 Ardorem ingentem mitigat, atque gratum.*

Nomi.

*Prochae-
cia.*

Nomi. Lat. *Portulaca*. Ital. *Prochae-
cia, Portulaca, & Porcellana.*

Qualità. E frigida nel terzo gra-
do, & humida nel secondo, è astretti-
ua, & asterfiua.

Scielta. La domestica è migliore.

Flussi.

Giouamenti. Si mangia con gioua-
mento notabile da quei, che patisco-
no dissenteria, flussi di mestruai, & spu-
ti di sangue, conferisce grandemen-
te all'ardor dello stomaco, & de gli

*Ardor di
stomaco.
Venere.
Denti stu-
pidi.*

intestini, & è molto vtile nelle calide
flussioni, raffrena venere, & leua lo
stupor de i denti.

No cumenti. Mangiandone spes-
so, & in troppa quantità nuoce non
poco, ch'essendo difficile à digerire,
debilita lo stomaco, & offende la vi-
sta, è di poco nutrimento, & cattiuo,
percioche è frigido, & viscoso, leua
l'appetito minuisce lo sperma, & gli
appetiti venerei.

Rimedi. Nō si mangi in troppa quan-
tità,

tità, nè sola, mà con cipolla, & herbe calide come basilicò, rughetta, & dracone. Nò si mangi se non ne' gran caldi della state da' giouani, & sanguigni, ò colerici, mà non da vecchi, nè in fredda stagione

ROSMARINO.

*Dentibus, & gelido capiti, tumidisq; lacertis,
Et stomacho ignita est Rosmaris aptus ope.
Calfacit, incidit, morsus, & pectora curat,
Cit, coquit, abstergit, lumina acuta facit.*

*Nomi. Lat. Rosmaris, & Rosmarino. Rosmari-
no.*
num. Ital. Rosmarino.

Qualità. È caldo, e secco nel secondo grado. I fiori sono mollificatiui, digestiui, incisui, asteriui, resolutiui, aperitiui, & corroboratiui.

Scielta. Il migliore è il tenero, & fiorito.

Giouamenti. Riscalda lo stomaco, ferma i flussi, gioua à gli asmatici preso co'l mele, & alla tosse, è cordiale, & de i suoi fiori sene fà co'l zucchero confer-

*Meliore
Virtu.*

conferua per confortar lo stomaco, il cuore, & la matrice.

Nocumenti. Con la sua agrimonia esaspera l'arterie.

Rimedi. Mangiato con mele gli si toglie ogni nocumento. La Quaresima i rametti fioriti, e teneri del rosmarino si bagnano, & aspersi di farina, & zucchero, si friggono nella padella con olio dolce, & son molto soavi al gusto, & grati allo stomaco, & fritto il rosmarino insieme co'l pesce, lo rende piu sano.

R V G H E T T A.

Ignitam Venerem lentos Eruca Hymeneos

Excitat, & tremulis optima poplitibus.

Calfacit, & siccit. tenuat, cit, cōcoquit, inflat.

Enecat, & tineas, ac caput esa ferit.

Nomi. Lat. *Eruca*, Ital. *Ruchetta*, et
Ruchetta *Rucola.*

Qualità. E calda nel secondo grado, & secca nel primo la domestica, mà la saluatica è più calda, & più secca

Tecca, affottiglia, apre, incide, et è
asterfiua.

Scielta. La migliore è la domestica *Migliore*
tenerina, che non habbia fatto nè
fiori, nè seme.

Gionamenti. Dissolue la ventosità, *Virtù*
prouoca l'orina, aiuta la digestione,
è gratissima nell'insalate, accresce la
sperma, et dà fortezza nelle batta-
glie, et moltiplica il latte.

Nocumenti Eccita venere, offende *Vitij*
la testa, et infiamma il sangue.

Rimedi. Si mescolino con essa le *Mistura*
frondi della lattuca, che così si farà vn
vgual temperamento, ouero con en-
diuia, ò portulaga, et è più come-
niente ne i tempi freddi, che ne i cal-
di; non si mangi sola, ma con herbe
frigide.

SALVIA.

Salvia costringit, lotium mensesq, ministrat;
letibus aduersa est, ulceribusq, matis.

M

Vix

*Vix sicca est calido stomachum, & cerebelia
innabit.*

Certa salus tremulis. Salvia poplitibus.

Dentibus, urinae reclusæ menstrua ducens,

Hæc eadem in fluidis ventribus apta salis.

Salvia.

Nomi. Lat. Salvia, herba sacra. Ital.

Salvia.

*Qualità. Scaldamane, & leg-
giermente dissecca, & stringe, è calda
nel terzo grado, & secca nel secondo.*

*Scielta. La domestica è migliore
della saluatica.*

*Gioramenti. Conforta mangiata lo
stomaco, & la testa, conferisce nelle*

Vertigine *vertigini, & nell'hemicrania tem-
perando con la sua decottione il
vino, o mangiando auanti al cibo*

*Hemicra-
sia.*

*quattro, o sei frondi fresche, vale à i
morsi de i serpenti, corroboragl'in-
testini, & conferisce à i paralitici, epi-
letrici, prouoca i mestruai, & l'urina,
& ferma i flussi bianchi delle donne
la poluere della secca è gratissima
per condimento de cibi, & è saluti-*

fera

fera al corpo, vale à tutti i defetti
 frigidì della testa, & delle giõture, fà *Giontura*
 feconde le donne sterili vlandola ne
 i cibi, et la sua decottion sana il pru- *Prurito*
 rito de' genitali; vñasi nelle false, et
 ne' saporì per eccitar l'apetito, ma si-
 me quãdo lo stomacho sia ripieno di
 crudi, et cattiuì humori; m'agiata dal- *Aborto*
 le donne grauide fà ritener le creatu-
 re, le quali fortifica lo spirito vitale;
 la conserua fatta di fiori con zucca-
 ro fà i medesimi effetti; et ne gli vn- *Mercurio*
 guenti doue v'è il mercurio, bisogna
 sempre mortificarlo con la salua.

Uocamenti. Il suo odore fa dolore
 di testa, posta nel vino imbriaça, per-
 ilche, auertiscano quei che sono ef-
 posti à catarrì; et qualche volta è ve-
 lenosa, percioche s'infetta essa facil-
 mente da i serpi, et da' rospi de' gli *Serpi, et*
 horti con l'alito loro velenoso, et *rospi.*
 con la salua pestifera.

Rimedi. Si laui con vino, et per tut-

to la saluia deue essere accompagna-
ta con la ruta ne gli horti, accioche
non sia infettata da gl'animali ve-
lenosi, che si ricouerano volontieri
sotto la saluia. Non si conuiene à gio-
ueni, ne al tempo della state.

S E N A P E .

*Vome olitor, lachrymas dabis ex arsurâ Ci-
napi;*

Cura tibi est, misurum pena sequetur opus;

Phlegmato, mucosum vel si attenuata lienem;

In caput & febres ingeniosa potest.

Pellicere ex animem norit si prouida vuluam;

Soluat, & angustis imperet illa locis.

Inq; venenates fungos victura feratur;

Dira prius lachrymis vult maduisse tuis.

Senape.

Nomi. Lat. Sinapi. Ital. Senape.

*Qualità. E calda, & secca nel quar-
to grado.*

Scielta. La migliore è la fresca.

*Appetito. Ciouamenti. La mostarda fatta co'l
suo seme prouoca mirabilmente l'ap-
petito, mà per esser fumosa qualche
volta*

volta dispiace. Di questo seme con aceto, & mele fattene pasta, se ne fan pallottine seccandole al forno, ò al sole, si riserban per vso de' cibi, stēperādole con aceto, & sono molto di letteuoli al palato, e vtili allo itomaco. Māgiasi la mostarda p̄ tirar fuori *Mostarda* dalla testa le flēme, & leua i difeti della milza, & emēda il veleno d' i fōghi.

Nocumenti. La mostarda fatta di questo seme è fumosa, & se ne vā co' l suo vapore in alto, penetrando qualche volta con dispiacere nel naso, & nel ceruello, & prouoca i starnuti.

Rimedi. Quando la mostarda offende il naso, s' odori il pane, & si mescoli con mosto cotto per correggerla.

SERPOLLO.

*Serpillum Serpens obstat Serpentibus atris.
Sic lotium, & Menses, tormina sedat idem.
Menstrua Serpillum vesica pondera, tabem
Pectore ab infirmo, subtrahit igne suo.*

M 3

Nomi.

*Serpollo.*Nomi. Lat. *Serpillum* Ital. *Serpollo.*

Qualità. E caldo, et secco nel terzo grado.

Scielta. Il domestico, cioè il trapiantato è migliore.

Salse.

Giuamenti. Per il suo grato odore diletta ad ogn'vno, conforta lo stomaco, et per questo è buono ne i condimenti de i cibi, et nelle salse. Ferma i vomiti del sangue; con mele è

Fetor dell'aglio.

buon per il petto. Mescolasi nelle insalate, et leua il fetore dell'aglio, delle cipolle, et del porro, prouoca ancora i mestruui, et l'vrina.

Nocumenti. E molto acre, & infiamma il fegato.

Rimedi. Bisogna vfarlo l'inuerno, & mescolato con qualche herba frigida è manco nosciuo, à i vecchi è molto conueniente.

S P I N A C I .

*Silencioris edas brumæ Spinachia, primum
Eijce ius succo, & dilue amygdaleo.*

*Si stomacho minus inuisa, & p̄cordia, & aluū
Mulcet, & clamosis commoda pleuriacis.*

*Nomi. Lat. Spinachium. Ital. Spinaci, Spinaci.
dal seme spinoso.*

*Qualità. Son frigidi, & humidi nel
primo grado.*

*Scielta. Son buoni teneri, nati in
grasso terreno, & ruggiadosi.*

*Giuamenti. Allargano il petto,
giouano alla tosse, rinfrescano i pol-
moni, & il fegato, temperano il fer-
uor della collera, muouono il corpo,
& se ben nutriscono poco, nondime-
no non son di cattiuo nutrimento.*

*Nocumenti. Generano molta ven-
tosità, et offendono gli stomachi fri-
gidi, et mangiandone in sonerchia
quantità souertono lo stomacho.*

Rimedi. Si cuocono nella padella

M 4 nel

nel proprio liquore, & poi si condisciono con pepe, ò canella, sale, & vua passa, con agresta, ò succo d'aranci, leuata via l'acqua loro cō olio, pepe, succhi acetosi, & vua passa, ouero se ne fà con agliata, come vna frittata nella padella, o con latte d'amadole.

L'acqua
de gli spi-
raci si ges-
ta.

S I O.

*Cœna paludosis quod natū, & crescat in undis,
Credideris gelido rore iuuare Sium,
Falleris, exustum est, vesicā, & mēstrua soluit,
Saxaq; de lumbis puluerulenta trahit.*

*Miraris? pluuiō tantum hoc depascitur imbre.
Quicquid ab æthereis est potis hausit aquis.*

Sio. Lani.

*Nomi. Lat. Sium, Lauer. Ital. Sio, Lani,
Gogorlestri.*

Qualità. E caldo, & secco, come dal suo odore si può comprendere.

Scielta. E buono il tenero, & quel che nasce in acque limpide.

Giouamenti. Māgiafi nelle insalate, cotto, e crudo, rompe, & caccia fuori le pietre delle reni; & della veslica,

Renelle.

pro-

prouoca l'vrina, & i mestrui, & il parto, & gioua alla dissenteria, conuiēsi, à gli hidropici, à gli itterici, & all'opilationi del fegato, e fa buona vista.

Nocumenti. Crudo è poco grato allo stomaco.

Rimedi. Si mangi cotto, ouero nell'insalate mescolati con lattuca, acetosa, & boragine, & altre herbe simili.

TRIBULO.

*Tribule in undosis si nate paludibus, alges,
 Cur tamen iratae cornua frontis habes?
 Secretas tutamur opes sub cortice dulcis
 Esca latet, dulce hoc nec sibi ab igne datur
 Et mihi ab aethereo numerosa potentia rore,
 Me maris, & caeli prouida cura fouet.
 Languentes vereor fauces me mādere lumbus.
 Discupit urina, huic quum nocuiti ve lapis
 Ex me mica uuat, grauidas sed cōtrahit aluos
 Me miserum mortis dos mea causa mihi.*

Nomi. Lat. Tribulus. Ital. Tribulo ^{Tribulo.}
 acquatico.

Qua-

Qualità. E composta d'vna essenza humida poco fredda, & d'vna secca non mediocrementemente fredda.

Giouamenti. Mangiansi questi frutti come le castagne, onde si chiamano castagne aquatiche in alcuni luoghi, doue il grano è caro, la pouera gente li secca, & fanne farina, & di poi pane, come altri fanno nelle montagne delle castagne secche, & alcuni cuocono i triboli sotto la cenere calda, & se li mangiano con molto gusto in fin del pranzo, & della cena, prouocano l'vrina, & vaglion al mal della pietra.

Uocamenti. I triboli stringono il ventre.

Rimedi. Si mangino ben cotti, & accompagnati con zucchero.

AVERTIMENTI NELLE
RADICI DELL'HERBE.

S'E fin quì detto à bastanza delle herbe, che vengono in vso nel cibo. Resta hora di trattar delle radici, intorno alle quali è d'auertire, che la primauera, & la state la lor virtù se ne và nelle frondi, nei fiori, & ne i semi. Mà l'Autunno, et l'Inverno sono potenti, et vigorose. Bene è verò, che l'vso loro serue più alla Medicina, che al cibo; percioche sono quasi tutte di cattiuo succo, et difficili à digerire. Si mangiano sicuramente quelle radici, che sono di piante domestiche, che sono in vso, et tenere, et di piante gioueni, et cauate di fresco. Hanno le radici due parti, la scorza, et la parte legnosa, et in alcune è meglio la scorza, la parte esteriore è più calda del-

dell'interiore, & questo nelle radici fredde è miglior la parte esteriore, come nelle calde l'interiore, massime non essendo legnosa. Quanto poi alla lunghezza, la parte di mezo, è migliore, eccetto in quelle piante, c'hanno la midolla dolce presso à i lor germi, come ne i Cardi.

A G L I O.

*Allia calfaciunt, siccantq, venenaq, vincunt.
 Visũ habetant, stomachũ ledere cruda solẽt.
 Si q Cœna sapis, minimũ est insulsa; qd optas.
 Horrida cum exustis Allia verticibus?
 Hæc graue olent capiti, nec cõuenientia ocellis,
 Pulmoni, & rauca sint licet apta gulæ.
 Hæc vt noris edas, quantas prorumpet in iras
 Vessica, & venter depositurus onus.*

Aglio.

*Nomi. Lat. Allium. Ital. Aglio.
 Qualità. E caldo, & secco nel quarto grado, è acuto, & hà facoltà mordificatiua, digestiua, apitiua, & incisiva.
 Scielta.*

Scielta. Il fresco è migliore, ch'è quello che la Quaresima si mangia nell'insalate, & il secco, che si ripone, che habbia molti germogli.

Giouamenti. Mangiato ne i cibi è rimedio à tutti i veleni, et però si chiama la Theriaca de' villani. Ammazza, & caccia fuori i vermini del corpo, puoca l'orina, & gioua al morso delle vipere, è vtile à gli hidropici, alla tosse antica, & fa buona voce: Ripara à i nocumēti che dar possono le mutation dell'acque, & dell'aria. Corregge la frigidità, & humidità dell'insalata. Ai nauiganti è sommamente vtile l'aglio, percherattifica l'aere corrotto dalle puzze delle sentine, & resiste alla nausea del mare. Fassi dell'aglio con noce, sale, & pane l'agliata con due frondi di saluia, che è grata al palato, & allo stomaco, & eccita l'appetito.

Nocumēti. Eccita venere, nuoce alla virtù

Veleni.
Theriaca &
i villani

Acque come si correggono.

Aerrettificare.

Nausea del mare

virtù espulsiua, al ceruello, alla vista,
al capo, et fà venir sete, nuoce alle
donne grauide, et rinuona le doglie
antiche, et fà adustione di sangue,
nuoce alle morici, et alle donne che
allattano. Fà mal fiato, et noioso, è
cibo acuto, et offende il fegato, che è
principal fondamento della sanità;
et q̄do l'aglio germina è piú nociuo,
che il germinar è segno di putredine.

Fiato.

Fegato.

Rimedi. Cuocendosi perde la ma-
lignità, mà le sue virtù diuētano piú
deboli. Mangiandosi con oglio, et
aceto, ò con altre viuande il crudo è
mãco nociuo. Si cōuien à i vecchi, et
Pinuerno, mà è contrario a' gioueni,
massime le state, Si leua la puzza del-
l'aglio mangiãdo dapoi faue crude,
apio verde, e foglie di ruta fresche.

C A R O T E.

*Difficilis coctus est, inflatq; Carota, paresq;
Ipsa gerit vires ijs, quas communis habere*

Pasti.

*Pastinaca solet, condita hæc estur aceto
 Rubra, sed alba modo rapæ est in iure co-
 quenda Carnium.*

*Nomi. Lat. Carota. Ital. Carota, & Carotola,
 Carotola.*

Qualità. Sono calide nel secondo grado, et humide nel primo.

Scielta. Le rosse sono migliori, le grosse, dolce, et quelle dell'inverno. *Rosse.*

Giouamenti. Le rosse, et le bianche. *Bianche.*
 sono di buon gusto nelle mensè, tanto nelle insalate, quanto in minestre; prouocano il latte, i mestrui, et l'orina, et aprono l'opilationi.

Nocumenti. Nutriscono máco dell'erape, nè si digeriscono così facilmente, et generano ventosità, non danno troppo buon nutrimento.

Rimedi. Le rosse cotte bene, et condite con aceto, olio, et senape, ò coriandro, ò pepe; et le bianche cotte in buon brodo di carne perdono la loro malitia.

Virtù.

CIPOLLA.

*Cepa iuuat stomachū, reuocando sitimq̄, famēq̄.
Calfacit, incidit, largior usus obest.*

Cipolla.

Nomi. Lat. Cepa. Ital. Cipolla.

Qualità. E calda nel terzo grado,
& secca nel secondo.

Scielta. Le migliori sono le grosse,
nate in luoghi paludosi di molto suc-
co, di forma ritonda, le Gaetane so-
no ottime, & le rosse.

Gionamenti. Vale al nocumēto dal
la mutatione dell'acq;. Fà venir buo-
no appetito affottiglia gli humori, fà
buon colore, accresce la virtù geni-
tale.

Nocumēti. Cruda māgiata in mol-
ta quātità fà dolere la testa, infiamma
il sangue, offusca la vista, & nuoce al
Intelletto. P'Intelletto, accresce la libidine, apre
le morici, et induce sonno profondo.

Rmedi. Cotta p̄de ogni malitia, et
diuenta bonissima, massime se si mā-
gia

gia cotta co'l petrosello; mangian-
dola cruda si faccia star tagliata in
acqua fresca, che all' hora diuēta dol-
ce, e cibo da contadini, & da quelli,
che molto s' affaticano, & si cōuiene
à i tempi, all' etadi, & alle complef-
sioni frigide, mà nuoce alle cōtrarie.

F O N G H I.

*Noxius est vsus Fungorum, namq; venenorum
Exitiale ferunt; praua alimenta creant.*

Si placeant, rabidi caueas contagia ferri.

Cumq; venenatis putrida quæq; lotis.

*Fungus obest capiti, & stomacho, caligine sēsus
Velat, & est cordi perniciofa lues.*

*Ni q; salutiferi medicamenta pura Falerni
Hauseris, urinae vix erit apta via.*

*Funge vale, genitum nil mirer nocte sua vna,
Sic properant rabido noxia quæq; pede.*

Nomi. Latin. Fungus. Ital. Fonghi.

*Qualità. Son frigidi quasi vicino
al quarto grado, & humidi nel se-
condo.*

Fonghi.

Scielta. Quei che nascono ne i nostri

N monti

monti Apennini l'Aprile ne i prati, detti spugnoli, ouero prataioli, & quelli che sembrano rossi di oua, che si chiamano boleti, & quelli che son prodotti nel legno del pioppio.

Giouamenti. Son grati allo stomaco, perche fan venire appetito, & ri-

*Fonghi di
pietre.*

ceuono tutti i sapori. I fonghi poiche nascono nelle pietre secchi all'ombra, & poluerizati, presi al peso di scropolo con vino, ò brodo, mitigano i dolori colici, & renali, prouocando l'orina, & cacciando fuor le pietre, & le renelle, mà si piglia quattro hore auanti al cibo.

Nocumenti. Causano lo stupore, & la apoplezia, & soffocano.

*Fonghi sa-
lati.*

Rimedi. Gli insalati diuengono securi, mondati, & ben cotti si possono mangiar sicuramente, cuocendoli con pere acerbe, basilicò, pane, aglio, & calamento, conditi poi con olio, sale, & pepe. Il meglio è mangiarne

giarne pochi, & beuergli appresso
vino buono.

FONGO DI PIETRA.

*Ultimus exposcit primos sibi lyncis honores
Fungus, honoratas dignus adire dapes.
Igneus est, iecori, & renum medicina lapillo,
Vesicæq; datur, prandia grata gulæ.
Quod lapide est ortus forsân mirabere? mirum,
Grandius est, lapidem mox alit ille suum.*

Nomi. Lat. *Fungus lyncurius, & lyn-*
ceus. Ital. *Fongo di pietra.*

Qualità. Non è di quella frigidità,
che gli altri fonghi, & però è aperi-
tiuo.

Scielta. Son buoni quelli che nas-
cono nella montagna di Collepar-
do giurisdittion de gli Illustrissimi
Signori Colonnese, dal qual monte
hà origine l'acqua d'Anticoli.

Giouamenti. Questi non son fonghi
nociui, anzi sono medicinali, percio-

N 2 che

che secchi all'ombra quando siano
 cresciuti alla grandezza di vna tauo-
 la d'vn tauoliero, bisogna appicarli
 per il piccuolo all'ombra, in modo
 che non siano offesi da vento, ò da
 poluere, & come son secchi, se ne fa
 poluere, della quale se ne dà da vno
 scropulo fino à duo con acqua di fior
 di faua, ò con vino, o con brodo di
 decottione d'anonide quattro hore
 auanti al cibo, che mitiga i dolori co-
 lici, & renali, prouocando l'orina, e
 cacciando fuori le pietre, & le renel-
 le, fanno queste pietre i fonghi sotte-
 randole in terra; coprendole di so-
 pra cò poca terra, & si deuono inac-
 quar la sera, & la mattina, che non li
 tocchi il sole: il piccuolo, che resta
 nella pietra diuenta pietra ancor lui,
 & così viene crescendo ogn'anno, &
 facendo più fonghi.

*Dolori co-
 lici.*

*Pietre, &
 renelle.*

P A S T I N A C A.

*Pastinaca mouet lotium, cit menstrua, nutrit,
 Excitat, & Venerem, tetra venena fugat.
 Ista licet stomachum, vel bis decocta, laceffat,
 Et coitum inflato rore superba ciet.
 Si coquus, & pipere, & mellui munere mulsi
 Condiat, & stomacho grata erit, & Veneri.*

*Nomi. Lat. Pastinaca. Ital. Pastinaca. Pastinaca
 Qualità. E calda valorosamente, è
 astringente, & sottigliatiua.*

*Scielta. Le tenere sono migliori, &
 le nate in grassi terreni.*

*Giouamenti. Mangiansi cotte, & con- Condite.
 dite in varij modi, come insegna il
 Platina nel libr. 5. cap. 15. & han le
 medesime virtù, che le carote, impe-
 roche prouocano i mestruj, & l'orina,
 & aprono l'opilationi.*

*Nocumenti. Danno poco, & cattiuo
 nutrimento, tardi si digeriscono,
 generano molta ventosità, stimolano
 venere, eccitano la rogna, e ge-*

N 3 nera

nerano fangue cattiuo, & pieno di superfluità.

Cottura.

Rimedi. Perdono la malitia loro cuocendole bene, leuato prima il legnoso midollo di dentro, & poi con aceto, olio, & fenape si condiscono, ouero lesse prima, e poi fritte con butiro, ò con olio nella padella s'accompagnano con false, ò fapori. Sono buone ne' tempi molto freddi per i giouani, & per tutte le complessioni, eccetto che per i vecchi, & flemmatici. Si ripara ancora à i nocumenti loro lessandole prima à due acque, poi ricuocendole la terza volta con lattuca, coriandro, & cipolla, aggiungendoui poi olio, aceto, pepe, & mele, ò mosto cotto.

P O R R O.

*Calfacit incidit Porrum. cit pectora purgat.
Somniaterra parit, visceribusq, nocet.*

Tabida

*Tabida cui pulmonis membra, & anhelum
Pectus, eum Porritorrida cæna vocet.
Cura mihi est stomachus, placidissima somnia,
dentes.*

*Bis licet elixum, non tamen illud edam.
Hoc colat, ingrata cui famina cura colendæ,
Quique nec adstrictis renibus esse velit.
Munera non tanti veneris pensantur, ut aluo
Postposita, irati tormina ventris amem.*

Nomi. Lat. Porrum. Ital. Porro.

*Qualità. E caldo nel terzo grado, ¹Porro.
& secco nel secondo.*

*Scielta. Il meglio è il coltiuato in
luoghi acquosi, & sia picciolo.*

*Giouamenti. Prouoca l'orina, & i me-
strui, dissolue la ventosità, incita al
coito, & cotto con mele, purga, &
netta i polmoni, & mangiato, con
sale, purga lo stomaco dalla flemma;
le foglie cotte, & impiastrate gioua-
no al dolore delle morici; cotto sot-
to la cenere, & mangiato supera de
i fonghi il veleno, risolue la crapula,
& l'ebbriachezza, sanai dolori co-*

Morici.

N 4 lici,

colici, conferisce à gli asmatici con acqua d'orzo, ò mele, sana la tosse, fa buona voce, fa le donne feconde, cotti i suoi capi, due volte mutando l'acqua, fermano il ventre, & giouano al tenesimo.

Nocumenti. Genera ventosità mangiato crudo, offende la testa, fa sogni horribili, offusca la vista, aggraua lo stomaco, & nuoce à l'ulcere delle reni, & della vessica. Fa il porro doler la testa, genera cattiuu humori, rompe le gengiue, e i denti.

Testa.

Gengiue.

Rimedi. Si leuano i suoi nocumenti cuocendolo due volte, & poi mettendolo in acqua fresca, & s'apparecchia con olio d'amandole dolci, & con esso si mangia lattuca, endiuia, & procacchia; è cibo da villani, et da chi molto si fatica, è pessimo il porro in tutti i tempi, à tutte l'etadi, & complessioni, et si deue mangiare dopò gli altri cibi.

RADI

R A D I C E.

*Calfacit hortensis Raphanus, ructusq; mouebit,
 Proderit ante epulas, postea sumptus obest.
 Hic eat, aut Raphanus postremo accūbat in orbe
 Mensa magis sapida, si sit onusta dape.
 In caput, & dentes, limosoq; igne in ocellos.
 Senuit, & hinc stomachus, nauseat assidue.*

*Nomi. Lat. Raphanus, & Radix. Ital.
 Rafano, & Radice. Radice.*

Qualità. E la radice calda nel terzo grado, et secca nel secondo: è digestiua, incisiuua, asterfiua, et rarefactiua.
Scielta. Le migliori radici son quelle, che sono tenere, acute, et che habbiano ben sentito il freddo, et quelle che hanno la scorza negra sono di foauo gusto.

Giuuamenti. - Mangiata prouoca l'vrina, mollifica il ventre, manda fuori le pietre, et la renella dalle reni, et dalla vessica, sono le radici grate allo stomaco, tagliandole minute,
 met-

mettendole nell'acqua, & infalate, moltiplican il latte, & fanno saper buono il bere, chiariscono la voce, & vagliono contra il veleno de' fonghi, acuiscon i sensi, lesse vaglion alla tosse antica, muouono il corpo mangiate dopò gli altri cibi.

Latte. Fonghi.

Nocumenti. Fà smagrire, genera ventosità, moue rutti puzzolenti, tardi si digerisce, offende la testa, genera rapidocchi, nuoce à i denti, & la vista, accresce i dolori artetici, fà raucedine.

Pidocchi.

Rimedi. Tagliata minuta, & infusa nell'acqua, & poi infalata è manconociua. Mangiata dopò cena nō aiuta la digestione, come molti han pensato, anzi molti ne son restati offesi; ben è vero che à quelli che hanno stomaco caldo non atto à generar ventosità, si conuengono le radici nel principio della cena, mà quando fusse il contrario, dopò cena son più

Radici dopo cena nocive.

fecu-

secure. Son buone ne i tempi freddi per i gioueni, & per quelli che molto s' affaticano, & sono (come s' è detto) di caldo stomaco.

R A M O R A C C I A.

*Sylvestris Raphanus tenuans est, calfacit, inflat
Vincit, & hortensem viribus iste suis.*

*Nomi. Lat. Armoracia, Raphanus
Sylvestris. Ital. Ramoraccia.*

*Ramoraccia
citt.*

Qualità. E calda nel terzo grado, & secca nel secondo, & è più acuta della radice.

Scielta. Le migliori sono le tenere, & che hanno le radici biforcate.

Giouamenti. E grata al gusto, provoca l'orina, & i mestruï, gioua à gli hidropici, & à gli splenetici, acuisce i sensi, è efficace contra la tosse antica, & morsi delle vipere, & è salutare à coloro che si strangolano per hauer mangiati i fonghi, cacciano fuori

Sensi.

*Fonghi.
Pierre.*

fuori le renelle, & le pietre della vef-
fica, & il suo succo beuuto nel ba-
gno al peso di due oncie caldo, rom-
pe le pietre, & quelle delle reni le cac-
cia fuori, mà quelle della veflica, se
fon fragili le fpezza folamente; il
medefimo succo tira fuori dal petto
la marcia, & vale cōtra i veleni, maf-
fime l'olio che fi caua dal suo seme:
in fomma è più efficace in tutte le co-
fe della domestica.

*Olio del se-
me.*

Nocumenti. Genera ventosità, mo-
ue rutti fetidi, & infiamma il fegato,
& difficilmente fi digerisce.

Rimedi. Si leuano i nocumenti del-
la ramoraccia con il suo seme, ouera-
mente cuocendola, & mangiandone
in poca quantità; è conueniente l'in-
uerno, & à gli stomachi robusti, &
caldi.

R A P A.

*Rapa ciet lociū, & venerē confer tē, podagris,
Antidoxhū est, & alex, prana alimēta parit*

Sunt

Sunt calidæ & rigido gaudētēs frigore Rapæ,

Humidus hinc illis turgidulusq; liquor;

Gloria Nursinis, siti entes cedite Napi,

Educet ipse licet, vos Amiternus ager;

Cū sapiat veneri magis, hæc si crassa, & obesa;

Cæna ea postremo lenta sub urbe ferat.

Nomi. Lat. Rapum, & Rapa. Ital.

Rapà, e Rapo.

Qualità. E calda nel secondo grado, & humida nel primo.

Scielta. Le rape buone sono quelle che nascono in luoghi grassi, & colte in tempi freddi, & le Norcine son le migliori.

Norcine

Giouamenti. Cotte in brodo di carne sono le rape di gran nutrimento, & le cime mangiate lesse prouocano l'vrina, accrescono il coito, & fanno vista; fanno appetito, serbate in salamoia; sono le rape di gran nutrimento, cotte in brodo di castrato, vagliono contra la quartana, & altri mali malenconici, & aggiuntoui finocchio affottigliano la vista.

Cottura

Nocu

Nocumenti. Genera ventosità, & acquosità nelle vene, & opilatione nei porri. E di tarda digestione, & tal hora mordica il ventre, & lo fa gonfiare, riscalda le reni; cruda, è nemica allo stomaco; arrostitire, & acconcie con aceto in insalata, eccitano l'appetito, mà sono soffocatiue se hanno niente di fumo.

Cottura.

Rimedi. Poste le rape nell'acqua fredda, & due volte cotte, buttando via quell'acque, si cuocono in brodo di carni grasse con finocchio: l'arrostitite per insalata non si ponghino sopra i tizzoni, oue è il fumo, perche acquistano qualità soffocante, mà si cuocano sopra i carboni accesi.

SCALOGNE.

*Cena mihi scite est aptum, A scalonia tarde
Ieiunis veniunt destituenda coquis.*

Illos calfaciam, hebeti repleantq, liquore.

Vtq, minus nocent, illa recepta vorent.

Nomi.

Nomi. Lat. *Ascalonia*. Ital. *Scalogne*. *Scalogne*.
& *Bulbi*.

Qualità. E calda quasi nel quarto grado, & secca nel terzo.

Scielta. Le picciole sono migliori, rosse, dure, & dolci.

Giouamenti. Sono molto grate nelle menfe per primo pasto, per suegliare l'appetito, dal fouerchio caldo debilitato, & perche faccia ancora più saporito 'l bere: accresce il coito, e lo sperma.

Nocimenti. Generano ventosità, multiplican gli humori grossi, fan dolore la testa, & inducon fete, & sono, offendono la vista, e asperano la lingua, & le fauci; è da guardarsi dal copioso uso loro, perche offendono i nerui, onde sono a' vecchi, & a' gli epilettici molto nociui.

Conditiu

Rimedi. Si ammaccano prima, & ra.
infuse per vn pezzo nell'acqua fresca
si condiscono con aceto, olio, & sale,
aggiun.

aggiungendoui saluia trita, & petro-
fello. Restano ancora senza malitia,
se due volte lesse si condiscono co-
me si è detto, che all'hora son più
soavi, & più nutritiue, & più nette di
ventosità, & più facili à digerire, mà
vogliono poca cottura. Si conuen-
gono alle complessioni calde, con-
dite come si è detto.

TARTUFI.

*Tabera, bilē atrā generant, & grēq̄, coquuntur
Et capiti, & neruis, ventriculoq̄, nocent.
Ultima sint nostræ post pulmentaria cœnæ,
Mixta sit in nostris, ut venus ipsa iocis.
Siturget æquū est ventosa tonitrua, & imbres
Hæc genuere: piperchiaq̄, vinabibam.
Sic facile stumacho sunt adducentia chymos,
Nec vesica tumet, nec dolet Iliacus.
Cui caput obtusūm, & triste est, mollesq̄, lacerti
Exeat, his tantum Tabera cœna negat.*

Tartusi.

*Nomi. Lat. Tabera. Ital. Tartusi, &
Tartusoli.*

Qualità.

Qualità. Son caldi, et humidi nel secondo grado, et riceuono tutti i condimenti, che lor si danno.

Scieltà. I maschi, cioè i negri sono miglior de i bianchi, che son femine, et i grossi parimente, et grandi, con la scorza granellofa, et dura, molto freschi, non putridi, et di buono odore.

Giouamenti. Si mangiano cotti, et crudi, sono foau al gusto, perche hanno odore di carne, eccitano gli appetiti venerei, et moltiplicano lo sperma, generano grosso nutrimento, mà non cattiuo; sono buon succedaneo de i tartufi, le castagne cotte sotto la cenere, poi monde, et cotte in vn tegame, con pepe, olio, et succo di aranzi, con vn poco di fale; messi i tartufi nelle casse danno alle vesti nõ ingrato odore.

Castagne]

Odore alle
vesti.

Nocumēti. Sono v̄tosi, malenconi, et inimici a' nerui, alla testa, et allo

O stoma-

Denti.

Stomacho, & fanno tristo fiato, & vſandoli ſpeſſo generan apopleſſia, & paralifia, & ſono difficili à digerire; quelli che ſono arenofi, ſono inimici à denti. Se ne trouano oltre à cio di quelli che ſtrangolano à guiſa de i ſonghi; fanno dolori colici, & difficoltà d'orina, & fan venir la podagra.

Cottura.

Remedi. Si lauino con vino, ſi cuocano ſotto la cenere, poi mondi ſi riuocano con molto olio, pepe, & ſale, & ſucco di limoni, ò d'aràci, ouero ſi faccino bollire in brodi graſſi con canella, & appreſſo ſi beua vin buono, & puro. Mà biſogna mangiarli in fin del paſto.

A V E R T I M E N T I N E I F R U T T I.

Q Vantunque i frutti nel reggimento della fanità non conuengano per nutrimento, eſſendo che

poco

poco nutriscano, & generino sangue putrido, & siano pieni di molta superfluità; nondimeno gl'huomini gli usano per molte altre vtilità: dal che si conclude, che non bisogna usarli troppo frequentemente, nè in gran quantità, perche quel che si piglia per medicina, & non per nutrire, bisogna pigliarlo in poca quantità.

Hora la prima vtilità, & che si ricue dai frutti è, che mitigano la colera, estinguono il feruor del sangue, & rinfrescano, & humettano il corpo. Et à questo effetto bisogna mangiarli auanti al cibo, & beuerui sopra vino inacquato, accioche più presto passino alle vene, & rinfreschino: & così la state sono conuenientissimi alle coleriche, & sanguigne complessioni. La seconda vtilità è, che lubrificano il ventre, & per questo bisogna mangiarli nel principio della mensa, nè si deue māgiar subito sopra altro

Frutti, & loro vtilità.

O 2 cibo;

cibo; mà bisogna intermetterui vn poco di tempo; et questi sono l'vua, i fichi, pruni, i mori, le persiche, e le cerasse. La terza vtilità è, che constringono il ventre, et per questo effetto bisogna nel principio del pasto mangiarli; et tali sono i cornioli, li cotoigni, nespoli, lazarole; mà bisogna mangiarne in poca quantità, perche difficilmente si digeriscono, et sono di nutrimento cattiuo: mà nell'vso de' frutti, bisogna seruar queste regole.

*Regole
de' frutti.*

I. Che tutti i frutti si fuggghino da i podagrosi, massime gli humidi, et acquosi, et viscosi, che non c'è cosa più vaporosa.

II. Che tutti i frutti freschi, et humidi sono peggiori de i secchi.

III. Che i frutti che si mangiano dopò il cibo, sono migliori cotti, che crudi.

III. Che i frutti lenitiui del vètre
sempre

sempre si mangino auanti all'altri cibi, come i costrettiui dapoï.

V. Che i frutti stitichi presi auanti al cibo stringono, come presi dopò il cibo soluono il ventre.

VI. Chi hà lo stomaco freddo, & humido mangi cibi caldi, et secchi; mà se farà lo stomaco caldo, et secco, si mangino frutti freddi, et humidi, che in questa guisa non nuoceranno.

VII. Che i frutti si vsino perfettamente maturi, eccetto i mori, i quali bisogna vsarli prima, che per la maturità diuentino negri, perche così son cibo di ragni, et di mosche, et infettando il sangue lo preparano alle putredini.

VIII. Che la diuersità de i frutti non si vsi in vna mensa medesima.

IX. Che quelli sono migliori frutti, et più laudabili, che son manco putrescibili; et parimente bisogna guardarsi da quei frutti, ne i quali

O 3 alber-

*frutti ver
amenosi.*

albergano vermi, che generano fe-
bri continue: & questi si conoscono,
che sono scoloriti, & perche de i frut-
ti da gli alberi si ritrouano trentasei
forti, delle quali dodeci si mangian
tutti, di questi tratteremo nel pri-
mo luogo.

CEDRI.

*Medica mala sumus, pelli vis ignea nostra est,
Humentis brumæ, nec bene cocta caro.*

*Terreus est humor. sectantur semina pellem.
Flos calidus, & folium, sic voluere Dei.*

*Tarda caro, est succus cholera fluxusq, morat.
Cor tepet hinc ardens, hinc tua mēbra nitēt.*

*Semina, flos foliū, & cortex frigentia mulcēs
Corpora, & epurant aera pestiferum.*

*Sola tamen volumus mandi, sic gratus, olefcēs,
Nos bona dic veneri, non mala, nec medica.*

Cedri.

*Nomi, Latin. Citra mala, mala me-
dica. Ital. Cedri.*

*Qualità. La scorza è calda, & secca
nel terzo grado; la polpa refrigera
nel*

nel primo grado, & humetta: l'agro è freddo, & secco nel terzo grado: il seme è come la scorza.

Giouamenti. La sua scorza mangiata, ò vñando la sua decottione fa buò fiato, & fa digerire il cibo; il seme rimedia à tutti i veleni, massime à quel *Veleni.* de gli scorpioni beuuto, & prouoca i mestrui, & ammazza i vermi del ventre, pesto, & dato con agro di cedro à digiuno, mangiato tutto vale contra la peste, contra l'aria corrotta, & cōtra il veleno; l'acqua stillata di tutto il cedro è molto foaue al gusto, & *Acqua di cedro.* sommamente conferisce al cuore, & al ceruello, & data con la conserua di cedro, è mirabile contra le febri pestilentiali, ch'estingue la sete, & la febre, & resiste alla putredine, & aita la concottione de humori, & l'acqua stillata da' fiori è valorosissima contra la peste, & contagion dell'aere, contra le febri pestilentiali, & le pe-
 O 4 tecchie,

tecchie, che è molto amica al cuore, prouoca valorosamente il sudore, et leggiermente eccita il vomito. Leggesi che mandandosi duo alla morte, passando dinanzi ad vn hoste che mangiaua il cedro, mosso egli à compassione di quei miseri, gli diede à mangiare del cedro per confortarli, giūti poi al luogo doue haueano da morire, fur morsi da serpenti, senza esser punto offesi, et fū pensato, che ciò auenisse per i cedri mangiati, onde la mattina seguente si diede à mangiare il cedro ad vno, et all'altro nò, et percossi da quei fieri, et velenosi, animali, quel che hauea mangiato il cedro campò, et l'altro morì; et così manifestossi quanta forza hauesse il cedro contra il veleno. La scorza condita è molto vtile alle cose sudette, et l'olio cauato dalla scorza, ò dal seme è molto cordiale vngendosi i polsi, et la ragione del cuore.

*Cedro con
tra veleno*

*Scorza di
cedro con-
dito. Olio
di cedro.*

NOCH-

Nocumenti. Si digeriscono tardi, sono molesti à quei ch'hanno la testa calda, et mangiati la sera causano vertigine.

Vertigi-

Rimedi. Le viole, ò il zuccaro violato mangiato dopò loro, leua la loro malitia, et cõditi cõ zuccaro son buoni ad ogn'vno, in ogni età, et stagione.

C E L S I.

Acribus est gelidus, feruescēs dulcibus humoris

Dulcia mox putrent mora vorata tibi

Acria si ventres choleram subigentia durant,

Vesicae effluxus plenior inde tibi est.

Nomi. Lat. *Mora.* Ital. *Moro,* & *More.*
vo celso.

Qualità. Le more quando sono mature sono calde temperatamente, et humide nel secondo grado. L'acerbe sono fredde, & secche.

Scielta. Le migliori son le negre, le grosse, et bē mature, nō toccate d'animali, et colte auanti il leuar del sole.

Giouamēti. Lenifcon l'asprezza della gola,

gola, leuano la sete, lubrificano il corpo, eccitano l'appetito, & smorzano la collera, mangiate auanti al cibo, presto scendono dallo stomaco, mà mangiate dopò, subito si corrompono, ilche fanno ancora quando ritrouano nello stomaco cattiuu humori.

Nocumenti. Danno pochissimo nutrimento, come fanno i peponi, nondimeno non causano il vomito, nè sono contrarij allo stomaco, come quelli. Generano ventosità, fan dolore di stomaco, & lo conturbano, ritrouandolo pieno di cattiuu humori, & facilmente si corrompono.

Vino.

Rimedi. Lauate co' l vino son manco nocive, & parimente mangiandoci qualch'vna dell'acerbe, & mangiandole con vn poco di zucchero. Si conuengono la state à gioueni, che sono colerici, & sanguigni, et che hanno lo stomaco netto da cattiuu humori.

CO-

COTOGNI.

*Sicca leuis brumæ, quod poma Cydonia mele,
Cocta iuuent stomachũ, mensa secũda rogat.
Frenat vina, tument, fluxus remorata lacertis
Sunt nocua, & nimio cursibus apta cibo.*

*Nomi. Lat. Cotonea mala, & Cydo-
nia. Ital. Mele cotogne.*

Qualità. Sono le cotogne fredde nel primo grado, et secche nel secondo, et sono constrettiue.

Scielta. Le mele cotogne sono migliori, che i peri cotogni, che questi sono maggiori, & quelle sono picciole, piatte, compartite in fette, gialle, lanuginose, piú odorate dell'altre, et deuono esser ben mature; le terze mele cotogne, poi sono quelle, che sono insitate l'vna nell'altra.

Giouamenti. Si mangino nelle seconde mense, che sigillano lo stomaco, aiutano la concottione, et muouono il corpo se si mangiano in quantità,

Cotogni.

specie.

tità se bisogna di restringere il corpo, si deueno mangiare auanti al cibo, che così assicurano la testa dell'vbrichezza; sono grate al gusto, risuegliano l'appetito, rallegnano, & confortano il cuore, fortificano la bocca del stomaco, stagnano i flussi, & racconciando gli stomachi guasti, fermano il vomito, & tengono à basso i vapori, che non ascendono alla testa, & benche siano constrettiue, prouocano nondimeno per accidēte l'orina; mangiale crude giouano alla disenteria, et à gli sputi sanguigni, & raffrenano i veleni mortiferi; le cotognate fatte con mele, ò con zucchero, sono vtili à i sani, & à gl'infermi; fassene ancora vn'utile siropo, co'l quale si fanno gl'intingoli, chiamato miua di cotogni.

*Cotognate
Siropo.*

Nocumēti. Māgiate crude generano ventosità, fanno dolor pungitiuo nel ventre, nuocono à i nerui, & fanno
risue-

risuegliare i dolori colici, difficilmente si digeriscono, & odorate troppo spesso offendono la testa; quelle che si seruano p l'inuerno guastano l'vue *Cotogni cō* se si appendono presso à loro, però *me si con-* bisogna appenderle separamente, *seruino,* & nel mele si cōseruano lungo tēpo.

Rimedi. Sono manco nociue, quando sono ben mature, & cotte nel mele, ouero dopò che sono cotte mettendoci sopra molto zuccaro, ò muschio, ouero facēdone la cotognata. Si cuocono ancora nel mosto, & la più facile, & breue cottura è di mettere il cotogno in vn pignatto nuouo, coprirlo, & darli brascia di sotto, et di sopra nel coperchio.

CORBEZOIE, CIOE'

ARBUTO.

*Arbuta, sorba, tenēt fluidos, & mespila vētres,
Paruo succescunt hæc tria poma gelu,*

Hæc

*Hæc fugias nitido dum cortice poma rubescens.
Vix simul eueniunt, & decor, & bonitas.*

Nomi. Lat. Arbutus, & Vnedo. Ital.
Arbuto. Albatro, & Cerase Marine, &
Afriche, & Corbezzolle.

*Qualità. E frutto d'acerva natura,
astringe, et corrobora.*

*Scielta. Le grosse, et ben mature, et
mate nei colli, et ne i monti.*

*Giouamenti. E molto valoroso l'ar-
buto doue bisogna corroborare, et
restringere. Dassi l'acqua lambicca-
ta dalle frondi, ò dai fiori con pol-
uere d'osso di cuor di ceruo; ò del cor-
no istesso raso sottilmente, per cosa
gioueuole nella peste, massimamente
auanti, che si confermi il male; et la
sua decottione, et la poluere delle
frondi vale al medesimo; i frutti ri-
stagnano i flussi, et son grati à i tor-
di, alli storni, et merli.*

*Nocimenti. Sono questi frutti al
gusto sciapiti, et austeri, et nel man-
giargli*

giargli pungono alquanto la lingua, et il palato, che par proprio, che siano piene di sensibili reste; offendono lo stomaco, et fanno doler la testa.

Rimedi. Bisogna mangiarli ben maturi, et in pochissima quantità, anzi non bisogna mangiarne più d'vno, *Vnedo per che si dice* et però è detto questo frutto vnedo.

F I C H I.

Igne repet modico, primoq; est tempore Ficus.

Mollior, vrenti mox sicut igne magis.

Candida, Purpureis, nigrisq; est gratior, omni

Piguor hæc fructu est, uberiusq; fouet,

Si noua, sit nocua, est stomacho, & de sensibus ap

Effluet, ardenti in sociala nuci est. (ta

At siccata aperit, sordescq; potentis effert,

Nec minus ista mali sanguignis esse solet.

Frigida membra calent Ficu, præcordia lenit,

Et caput, hanc primam mensa liberq; ferant.

Nomi. Lat. Ficus. Ital. Fichi.

Fichi.

Qualità. Sono i fichi freschi caldi nel primo grado, et humidi nel secōdo,

do, mà i secchi sono manco humidi.

Specie.

Scielta. Megliori sono i bianchi poi i rossi, & vltimamente i negri, & quelli che hanno la scorza più sottile più facilmente si digeriscono; si mangiano i maturi, & senza scorza, ben netti, & mondi.

Giuamenti. Nutriscono ottimamente, purgano le reni dalla renella, preferua dal veleno, & nutriscono più de gli altri frutti, cauano la sete, & nettano il petto, ingrassano, fanno buono colore, gioua al coito, & ben maturi son sicurissimi. I secchi giouano alla tosse, si mangiano contra la peste, con noci, foglie di ruta, & sale; sono buoni in tutti tempi massime l'autunno, à tutte le complessioni, & à tutte l'ettadi, eccetto à i de-

Decrepiti. crepiti.

Nocimenti. Generano ventosità q̃do se ne mangiano molti, offendono lo stomaco, à quei che patiscono
dolori

doloricolici, & che sono pieni di crudità, nucono alle reni ulcerate; le secche fanno venir sete, & nucono al fegato, & alla milza, fanno venir la rogna, & generano moltitudine di pedocchi, & opilano.

Rimedi. Quando si mangiano freschi, bisogna bevere appresso loro acqua fresca, sì perche li farà più presto descendere nel fondo dello stomaco, come ancora perche tempera il lor calore, ouero mangiarui sopra granati, ò altri cibi conditi con succo d'aranci, ò d'acetosa. *Pidocchi.*

M E L E.

Plurima sunt, minimiq, madentia Mala caloris

Dulcia, sed stomacho commodiora meo.

Corda iuuant flammis agitata, ac noxia ventri.

Turgebunt, nervis, & nocuisse volent.

His caueas, mala sunt, dirasq, mouentia febres.

Forma placet nitidi corticis, esca nocet.

Mele.

Nomi. Lat. Mala. Ital. Mele, & Pomi.

Pomi.

P Qualità.

Qualità. Le dolci sono calde nel primo grado, & humide temperatamente; mà le acetose, & brusche son fredde, & secche.

Appie. *Scielta.* Le mele sono quasi d'infinita sorti, mà le migliori sono le dolci, grosse, colorite, e sopra tutto che sian ben mature; le appie tengono il primo loco, il secondo le rose, & il terzo le detie, & quelle da Camerino.

Giouamenti. Confortano notabilmente il cuore, maturano, allargando il petto, il catarro, fanno sputare, & sono vtili cotte alli conualescenti, che hanno lo stomaco debile, per cioche lo confortano, & eccitano l'appetito, mà cotte sotto la cenere, & mangiatone vn solo con anisi cōfetti. Si fà delle mele il siroppo de pomis, ch'è molto cordiale, & vale nelle passioni malenconiche.

Nocimenti. Nuococono è quelli, ch'han-

ch'hanno lo stomaco debile, & à coloro che patiscono dolori di nerui, massime mangiate crude in molta quantità. Non si hanno à mangiare se prima non sono sopra l'arbore ben mature, perche sono di pessimo nutrimento; le mele agre, & acetose generano ventosità, & stema assai, fanno perdere la memoria.

Memoria

Rimedi. Diuentano migliori le mele cotte sotto la brascia, & mangiate con molto zucchero sopra, & con anisi confetti, ouero mangiandoui appresso zucchero rosato, ò cannella; manco nociue sono le appie. Si conseruano le mele nella paglia di grano, mà che non si tocchino.

Mele appie. Mele come si conseruano.

N E S P O L E.

Mespila cōstringūt, stomacho gratissima, & ori, Profluvii cōhibens ventris, de gutture fluxus,

P

2

Vtilis

*Faucibus, & sistunt, utero turgentibus, iste
 Vtilis est fructus, stimulat pellacie quando
 Nespole. Fæmineum sexum.*

Nomi. Lat. Mespilum. Ital. Nespolo.

Qualità. Sono fredde nel secondo grado, & secche nel primo.

Scielta. Tanto le nespole dette Azarole, quanto le nespole nostrane, le buone sono le grosse, che habbiano assai polpa, & gli ossi piccioli, che sian ben mature, o nella paglia, o attaccate all'aria.

Giouamenti. Sono grate alla bocca, & confortano lo stomaco, & il ventre, mitigano l'ardor dello stomaco, stagnano il flusso, fermano il vomito, ma prouocano l'vrina; anzi i suoi noccioli poluerizzati, & beuti con vin biancho, oue siano state cotte le radici del petrosello, dell'anonide, o del meu, mirabilmente cauano fuori le pietre dellereni. Ritrouansi le nespole senza noccioli, ch'insitate sui
 coto-

Pietre.

cotogni vengono di notabil grādezza, & di grato sapore.

Nocumenti. Tardi si digeriscono, & impediscono la digestione dell'altre cose, & mangiandone molte aggrauano lo stomaco, & generano poco, mà grosso nutrimento.

Rimedi. Mangiandosi appresso cose pettorali, come penidi, regolatio, zuccaro violato, ò zuccaro cādido, perdono gran parte de' nocumenti loro. Son buone l'inuerno per i gioueni, & per i colorici, & per quei, ch'hāno gagliardo lo stomaco.

NOCE MOSCATA.

India odoratus, & crasso rore rubentes

Cum tamen exurant, dat tibi larga Nuces.

Hæc stomacho, iecori, vitiato spleni, & ocelliss

Subueniunt bruma si modo læsa dolent.

His bene vident, & vix cōtacta labella famescunt

Æssica his parulæ est: has fluida aluus ama,

P

3

Quam

*Quā male nux dicta est Matronę nobile munus
Glās muscata datur, cui mole vulua tumet.*

Nomi. Lat. Nux Miristica. Ital.

Noce mos Noce Moscata.

sata.

Qualità. Son calde, & secche nel fine del secondo grado, & sono stitiche.

Scielta. La migliore è la fresca, rossa, graue, ben piena d'humore, & ben grassa, & non pertugiata.

Giouamenti. Fà buon fiato, accresce la vista, tenuta in bocca conferisce alle vertigini, alla vista, & alle sincopi, conforta tutte le viscere, & particolarmente la bocca dello stomaco, il fegato, la milza, e la matrice, fà orinare, ferma il vomito, eccita l'appetito, consuma la ventosità, & fà digerire; è molto vtile nei condimenti à coloro ch'hanno lo stomaco debole, & il fegato freddo, perche notabilmente riscalda. L'olio della noce moscata onto conferisce

Matrice.

Olio de noce moscata

molto

molto allo stomaco, & à i membri tremoli.

Uocamenti. Infiamma, & per questo i gioueni, & colerici, & sanguigni deuono astenersene, massime la state, mà i flemmatici, & i malenconici le possono vsare sicurissimamente nelle lor viuande, massime l'inuerno; nuoce ancora à quei che patiscono di morici, & che sono stitichi, perche ella stringe il corpo.

Rimedi. Vsaandola di raro in poca quantità, & mescolandoui seco vn poco di gengeuo, che con l'humidità sua la contemperi, è manco nocua.

P E P E.

Arde, & in nervos glutinataq; flegmata fert
Sic Piper, vt nullum siccet aroma prius,
Exacuit stomachum mollito ventre superbis
Hoc cannas feruet si tibi bile iecur.

P 4 Cor-

*Corporis huic minimi numero laus dāda repen-
Plura mouēt aluū, meiere pauca iubēt. (dit*

Nomi. Lat. Piper. Ital. Pepe.

*Qualità. E caldo, & secco nel fin
del terzo grado,*

*Sicelta. Che i grani non siano vani,
marci, & leggieri, mà freschi, grauif-
simi, neri, nè troppo crespi, & tutti
questi segni mostrano che sia maturo.*

*Pepe bian-
co. Pepe
nero.*

*Giouamenti. Il pepe bianco nasce
in vna pianta, & il nero in vn'altra, &
è quella differentia trà loro, che è trà
le vite, che fa l'vua nera, & quella
che fa l'vua bianca. Il pepe nero, aiu-
ta la concotione, eccita l'appetito,
caccia la ventosità, fortifica lo stoma-
co, & riscalda gagliardamente i ner-
ui, prouoca l'orina, tira, risolue, & le-
ua la caligine da gl'occhi, fa partori-
re, gioua alla tosse, & à tutti i difetti
del petto; masticato con vua passa
purga la flemma della testa, & confer-
ua la sanità.*

No-

Nocumenti. Nuoce alle persone che son di calda complessione ne i tempi caldi, & paesi caldi, infiamma il fegato, & il sangue à chi troppo l'vsa.

Rimedi. Vsfandosi in poca quantità ne i tempi freddi da i vecchi, & stemmatici, & cattarrofi, & sopra i cibi freddi, & humidi, & che non sia pesto troppo sotile, mà grossamente, perde gran parte della sua malitia; mà volendosi che presto penetri tutto il corpo, si pesti sottilissimamente.

P E R E.

*Brumalis sitibunda cibi, durantiã ventrem
Sunt Pyra, ventosum non edat illa latus.
Cor tamen hæc colat, & fungi cui cura maligna
Nec pipere, & mulso, meleue cocta nocent.*

Nomi. Lat. Pyra. Ital. Pere.

Qualità. Sono le pere d'infinite sorte *Pere.* ti, come le mele; son fredde nel primo grado, & secche nel secondo.

Scelta.

Scielta. Le prime sono le moscattelle dolci, & ben mature; le seconde sono le giacciole; le terze le bergamotte; le quarte buon chistiane, le quinte le carauelle l'ultime son quelle che si mantengono l'inuerno per cuocere.

Giouamenti. Sono grate al gusto, eccitano l'appetito, corroborano gli stomachi debili, & fanno descender più presto gl'escrementi à basso le bergamotte, & le carauelle ottengono il principato. Sono rimedio di fonghi, & del veleno delle lumache; se ne fa delle pere il vino, & se le saluatiche messe nel vino vanno al fondo, significa che il vino è puro, mà restando a galla, significa che vi è mescolanza d'acqua. Seccansi al sole, ò nel forno, diuise prima, & purgate da i lor granelli, che son buone l'inuerno macerate in vino, ò in acqua calda, & resperse di zucchero, che sono

*vino come
si conosce
se è puro.*

sono molto grate al gusto.

Nocumenti. Mangiate auanti pasto fanno grand danno, nucono molto a quei che patono dolori colici, & ventosità, perciòche generano sangue freddo, & ventosità: nucono ancora a quei che patiscono renelle, & *Renelle,* difficoltà d'orina, perciòche generano grossi humori; le saluatiche, & le acerbe offendono i nerui; l'insipide generano mali humori, offendono gli epilettici, & quei ch'hanno il tenesimo.

Rimedi. Sono manco nociue mangiandole dopò tutti gli altri cibi, crude, che siano ben mature, ò cotte con molto zucchero sopra, e beuendogli appresso vn buon vino odorifero, oueramente cuocendole in vino, aggiunto zucchero, & cinamomo, ò mosto cotto, che così si possono mangiare senza alcun nocumento, & son facili a digerire, et non effen-
dono

dono lo stomaco, bisogna bere sopra di loro buon vino, perche *sine vino, aut pyra virus*; sono buone nell'autunno, & nell'inverno, à tutte l'etadi, eccetto alli molto vecchi, & flemmatici. Le moscarole, si mangino auanti gli altri cibi, mà in poca quantità, che altrimenti si putrefanno, & apportano feбри continue.

Pere moscarole.

S O R B E.

In sistendo aluum certa est vis maxima Sorbis: Massila at hæc vincunt, utraq; inepta cibus.

Sorbe.

Nomi. Lat. Sorba. Ital. Sorbe.

Qualità. Sono le sorbe astrettive, come le nespole, mà con effetto più debile: sono fredde nel primo, & secche nel terzo grado.

Sorbe migliori.

Scielta. Le migliori sono le grosse, odorifere, ben mature, senza corruptione, & che per qualche tempo siano state appese all'aria, ò conseruate nella paglia.

Gio-

Giouamenti. Mangiandosi auanti pasto stagnano tutte le sorti de i flussi, & quando si mangiano dopò pasto, fanno buon fiato, confortano lo stomaco, & sanano il vomito fouerchio.

Nocimenti. A chi ne mangia molte tardano alquanto la digestion, aggrauano lo stomaco, restringono il corpo, & generano grossi humori.

Rimedi. Bisogna vfarle più per medicamento che per cibo, & appresso di quelle si hà da mangiare il fauo, ò (come à noi si dice) la fabrica del mele; sono buone l'autunno, & l'inuerno per i gioueni, purchè ne mangino in poca quantità, che mangiandone troppo non generano sangue lodeuole.

V V A.

*Dulcis, & apricis delecta in collibus Frua,
Terrens huic cortex, feruidus humor inest.
Excipe*

*Excipe de nigris, quæ sit tibi gratior, albam
Neue infler, soles sit remurata duos.*

*Bacche quid hoc maius potuisti munere? nutrit
Hæc bene vesicæ, sed male sana nocet.*

Vua.

Nomi. Lat. Vua. Ital. Vua.

Qualità. L'vua matura è calida, et humida nel primo grado; l'acerba è fredda, et secca.

Scielta. La migliore è la bianca matura, dolce, et di scorza sottile, et che non ha granelli.

*Guardia-
ni delle vi-
gne.*

Giuuamenti. Nutrisce ottimamente, fa ingrassar presto, come si vede ne i guardiani delle vigne, rinfresca il fegato infiammato, prouoca l'orina, accresce gli appetiti venerei, gioua ancora al petto, et al polmone, gioua allo stomaco, et al dolor de gli intestini, alle reni, et alla veslica; quella che non ha granelli è miglior dell'altre, et è ottima per il petto, et per la tosse.

Nocumenti. Fà ventosita, cõturba il ventre,

ventre, genera dolori colici, apporta sete, et fa gonfiare, et doler la milza; la dolce ingrassa il fegato che è sano ma nuoce a quello che è duro; l'acera nutrice meno, et stringe il corpo, et accresce il catarro; l'vua conseruate in vinacci, ò in vasi longo tempo nucono alla vesica.

Rimedi. Mangiandosi l'vua nel principio del mangiare è manco nociua, et così accompagnandola con alcuna cosa salata, et granati, ò aranci, ò altri cibi acetosi; l'vua bianca è ^{Vua appesa.} manco nociua della negra; et se per alcuni giorni starà colta, et appesa, pde la ventosità, et diueta migliore. Seguitano hora altri dodeci frutti de gli alberi, che non si mangian tutti, mà solamente quel di dentro.

AMANDOLE.

*Feruet, & emollit si dulcis Amigdala, amare
Asperior, mensas nesciat ista tuas.* (Cels.)

Ilia-

Iliacum dulcis, tabemq; à pectore debet.

Quam bene distat? alit dulcis, amara necat.

*Nomi. Lat. Amigdala. Ital. Aman-
Mandorle dole, & Mandorle.*

Qualità. L' amandole dolci sono calde, & humide nel primo grado; l' amare sono secche nel secondo, & sono più astringeue, & più aperitiue, & più valorosamente purgano i meati delle viscere, assottigliando gli humori grossi, & viscosi.

Scielta. Le migliori sono le dolci, & fresche, non guaste dal tempo, & nate in luoghi caldi di quella specie, che si chiamano ambrosine.

Giouamenti. L' amandole dolci nutriscono assai, ingrassano, aiutano la vista, moltiplicano lo sperma, facilitano lo sputo, purgano il petto, & fanno dormire, aumentano la sostanza del ceruello, purgano le vie dell' orina, ingrassano i magri, aprono l' opilationi del fegato, della milza, & di

& di tutte le vene, leniscono la gola, nettano il petto, & i polmoni; il loro oglio gioua à i dolori colici, & alle passioni del petto; le verdi chiamate amandolini, si mangiano nel principio della primavera, sono appetitose, & alle donne grauide leuano la nausea. Si mangiano ancora la state, con vn poco di zucchero, quando il nocciolo è tenerello, & all'hora sono molli, & delicate; le amare sono rimedio contra l'vbriachezza, auanti pasto se ne mangiano sei, ò sette, amazzano le volpi dategliele à mangiare, & in tutte le cose nella medicina sono migliori delle dolci, & si come queste sono più soauì, così le amare sono più salubri.

Nocumenti. Mangiandose ne quando sono molto secche, sono di tarda digestione, dimorano molto nello stomaco, & fanno dolere la testa, generando colera.

Q

Rime

*Amãdole
confette.*

Rimedi. Si mangiano la state, quãdo i noccioli sono tenerelli come latte, ouero secche, senza scorza, con molto zuccharo, che le fã scender presto; quelle che si mangiano con la scorza sono difficili à digerire, per questo si deuono moderare, son buone à tutti i tempi, etadi, & complessioni, mà preparate, senza scorza, cõ zuccharo, ò mele.

A R A N C I.

*Proxima sunt, Itali dixere Nerantia primis,
Vincunt pelle, parum frigidus humor inest.
Verticibus miro sunt hæc gratissima odore,
Dulce sapit melius, pectoribusq; fauet.
Sunt folia arboribus seruata virentibus ipsis,
Cætera sunt mensæ commodiora tuæ.*

Aranci.

*Nomi. Lat. Nerantia. Ital. Aranci
Melangole, quì in Roma.*

Qualità. La scorza è calda, & secca

ca nel principio del terzo grado; la polpa, cioè la parte vinoso, fredda, & secca nel secondo grado; il seme è caldo, & secco nel secondo grado. *Dolci Ace-*
Idolci sono caldi temperatamente, *tosì. Di me-*
 & sono pettorali; altri sono acetosi, *zo sapore.*
 che sono freddi nel primo grado; altri sono di mezo sapore, che sono freddi; & secchi temperatamente.

Scielta. I buoni sono quelli, che sono assai graui, ben maturi, ben coloriti, con la scorza liscia, & di mezo sapore, perche i dolci sono alquanto caldi, & i bruschi freddi, che offendono lo stomaco.

Giouamenti. Le melangole dolci, mangiate auanti al cibo, sono convenienti allo stomaco in ogni tempo, & sono pettorali, sono buone per i malenconici, & per i catarrofi, & leuano l'opilationi; acetose smorzano la sete, & risuegliano l'appetito, il loro succo asperso sopra gli arrosti, ò pe-

Vino. *Poluere*, *che ammazza i vermini.*
 sei fritti dan lor gratia, è soauità, & con zucchero si mangiano auanti al cibo, come le dolci; altre sono di mezo sapore, & questo sono grate al gusto, risuegliano l'appetito, sono ottime nelle febri coleriche, & leniscono la gola, & leuano la sete; della lor scorza secca si fa poluere, la quale ammazza i vermini, & presa nel vino preserua dalla peste.

Nocimenti. Gli arāci bruschi stringono il corpo valorosamente, & lo fanno stitico, & ratreddano lo stomaco, & stringono il petto, & l'arterie, li dolci accrescono la collera nelle febri.

Rimedi. Si ripara i danni, che fan gli acetosi, aggiuntoui il zucchero, ouero mangiandoli appresso la sua scorza condita con zucchero, che è molto stomacale, & mangiando di quelli in poca quantità. Son buoni in ogni tempo i dolci per i vecchi, & gli

acetosi

acetosi ne i tempi caldi per i gioueni,
 & per i colerici, & sanguigni, mas-
 sime nelle febri pestifere.

C A S T A G N E.

*Castaneae stringunt, inflant, & grege, coquuntur,
 Et caput offendunt, his Venus alma viget.
 Quae tibi grata licet posito mollescam echino.
 Sicca est, & nimio castanea igne calet.
 In caput, & ventres inflata asperrima saevit,
 Ni spolia apportet mellis arundinei.*

Nomi. Lat. Castanea. Ital. Castagne.

Qualità. La castagna tanto dome- *Castagne.*
 stica, quanto saluatica è calda nel
 primo grado, & secca nel secondo è
 constrettiua, & disseccatiua.

Scielta. Le migliori castagne sono
 le grosse, & però sono migliori di tut- *Maroni.*
 ti i maroni, & dopò che sono colti, se
 per lungo tempo si cōseruano, si fan-
 no più saporiti, & più sani.

Giouamēti. Prouocano il coito per
 esser

esser ventose, danno grandissimo, & buon nutrimento, fanano i flussi, & pestate con mele, & sale, fanano il morso del can rabbioso; quando si cuocono sù le graticelle al fumo, & poi si mondano, & se ne fa la farina, che supplisce per far pane; cotte le castagne sotto la cenere leggiermente, & monde si cuocono in vn tegame con olio, & sale, & poi aggiuntoui pepe, & succo d'aranzi seruono per tartufi.

Pan di castagne.

Tartufi.

Nocumenti. Mangiate abundantemente ne i cibi, fanno doler la testa, & stitticano il corpo, sono dure da digerire, & generano ventosità, massime se si mangiano crude.

Rimedi. Sono manco nociue se si arrostitiscono sopra le brage, & si seppeliscono per vn pezzo nella cenere ben calda, & poi si mangiano cò pepe, et sale, ouero con molto zucchero, che così si conuengono à colerici, come

me co' l mele a' flemmatici; le lesse sono migliori, che le arrostitite nella padella sopra la fiamma, perche da quel fumo acquistano vna qualità soffocante, mà prima si cuocano sù le bragie, & poi si sepelliscano sotto la cenere calda per vn pezzo. Sono buono ne i tempi freddi, à tutte l'etadi, complessioni, pur che siano ben stagionate, ben cotte, & in poca quantità, & sopra si beua buono vino.

G H I A N D E.

*Desiccatur Quercus, Glandes genitalia sanat
Ulceras, & urinam emittunt, psuntque veneno
Morsibus infectis: simul inflammataque mulcet.*

Nomi. Lat. Glandes. Ital. Ghiande. Ghiande.

Qualità. Difeccano, astringono, & alquanto riscaldano.

Scielta. S'eleggano per mangiare quelle che stanno nel gozzo delle palombe arrostitite.

*Pane di
ghiandi.*

Giouamenti. Della farina delle ghiande al tempo della carestia i poveretti ne fanno il pane, come si fa quello delle castagne, & in Spagna si mangiano cotte sotto la cenere, come le castagne. Trite, & beuute con vino, giouano à i morsi de' velenosi animali, & à coloro c'hanno preso il veleno ouero hanno beuute le cantarelle, onde orinano por sangue; la lor poluere beuta con decottione d'anonide, ò di gramigna, gioua al mal della pietra, & beuta con latte di vacca vale contra il tossico; e se ne caua l'olio, che è buono per ardere, & per fare sapone.

*Pietra.
Olio di
ghiande.*

Nocumenti. Mangiate le ghiande ne i cibi fanno dolere la testa, & generano ventosità, & pessimi humori, il che fanno meno quelle che si ritrouano nel gozzo delle palombe saluariche arrostitite. L'olio, che si caua delle ghiande nō è buono per manghiare,

re, mà si ben per i panni di lana, & per il sapone, come s'è detto.

Rimedi. Bisogna mangiarne in pochissima quantità, & cotte nel gozzo delle palombe, ò arrostitite sotto la cenere.

LIMONCELLI.

*Affirij pariunt etiam Limonia campi,
Crediderim succo hæc vincere prima malo.
Cætera subducunt, nec prima vigoribus æquât.
Sic nullo varijs ordine dantur opes.*

Nomi. Latin. *Mala limonia.* Ital. *Limoni.*
Limoni.

Qualità. Hanno le medesime qualità, che i cedri, che sono tanto i grandi, quanto i piccioli, freddi, & secchi nel secondo grado, ma i maggiori sono più prestanti di succo, di scorza, e di carne.

Scielta. Quelli sono i migliori, che han-

hanno l'odor di cedro, che sian ben maturi, ben coloriti, & per alquanti giorni staccati de gli alberi.

Giouamenti. Hanno le medesime facultà, che i cedri; mà più debilmēte. Il succo loro risueglia l'appetito ferma il vomito, incide gl'humori grossi, & resiste alle febri maligne, ammazza i vermini; & il succo de gli acerbi preso alla quantità d'vn'oncia è meza, con maluagia, caccia le pietre delle reni, & i piccioli, fà questo effetto più valorosamente. Si tagliano questi minuti, & si pone sopra sale, acqua rosa, & zucchero, & mangiansi in compagnia delle carni, & de' pesci, che fanno venir' appetito, & fanno saper buono il bere, & dalle reni, & dalla vesica cacciano le renelle gagliardamente, & non si truoua falsa di questa migliore. Si mangiano ancora in luogo d'insalata tagliati minuti, con acqua mele,

Renelle.

Insalata.

& aceto, & fanno buono appetito,
& giouano alle renelle.

Nocumenti. Raffreddano gagliardamente lo stomaco, fanno venir i dolori colici, & fanno smagrire, *Smagrire* generano humori malenconici, non nutriscono, perche con l'acetosità loro mordicano lo stomaco, stringono valorosamente il ventre.

Rimedi. Si vsino di rado, & in poca quantità, senza la scorza, & che siano stati infusi nell'acqua, & ponendoui di sopra zucchero; & cannella; non si conuengono à stomachi frigidi. Sono buoni ne' tempi molto caldi per i giouani, & per i colerici, & sono nemichi à vecchi, & à flemmatici.

GRANATE.

Dulcia sunt madidi roris, sicci acria poma.

Punica, pulmonum hæc sunt mala, at illa bona.

Cun-

*Cuncta iuuant stomachũ, feruētes acris flāmas
 Extinguunt, cunctis mensa secunda datur.
 Sæpè remorbescit dulcisi uescitur æger,
 Vtraque cum distent, mēiere cur faciunt?*

Nomi. Latin. Malum Punicum. Ital.
Granate. Granato, da molti grani che in se contengono, & Melegrano, & Pomograno; ritrouansi dolci, forti, & vinosi, che sono quei di mezo sapore.

Qualità. Le dolci sono calde, & humide temperatamente, sono grate allo stomaco: le forti, & acetosi sono fredde nel secondo grado, & di molta stiticità; quelle di mezo sapore di mediocre natura.

Scielta. Le migliori sono quelle, che sono grosse, ben mature, & che siano facili à scorticare; & le acetose che habbiano assai succo.

Dolci. Giouamenti. Le dolci giouano allo stomaco, al petto, & alla tosse, & accrescono gl'appetiti venerei, & le acetose giouano al fegato, & alle fe-
 bri

Bri ardēti, & acute, ricreano la sicci-
 tà della bocca, estinguono la sete, &
 mitigano l'ardore dello stomaco, &
 alle cose medesime vale il lor vino, &
 il lor siroppo, smorza la colera ga-
 gliardamente, & proibiscono che le
 superfluità corrano alle viscere, &
 non lasciano falire i vapori alla te-
 sta, & tutte prouocano l'vrina. Le
 scorze si serbano che sono buone per
 dar odore à i panni, & alle vesti, et
 saluarle dalle tarme.

Nocumenti. Le dolci generano vè-
 tosità; et calidità, et però si prohibi-
 scono nelle febri; et le acetose sono
 nemiche al petto, et offendono i den-
 ti, et le gengiue.

Rimedi. L'vna forte leua il nocu- *Misflura.*
 mento dell'altra, et però si māgiano
 i granelli dell'vna, et dell'altra me-
 scolati insieme, et così da duo cōtra-
 rij si fa vn'ottimo tēperamento oue-
 ramente nelle acetose s'aggiunga vn
 poco

poco di zucchero; mà tutti i granelli
 dopò ben succhiati, si deuono sputar
 fuori; le dolei sono buone l'inuerno
 per tutti; & l'acetose, la state per i
 corpi colerici, & per i giouani, mà so-
 no nemiche à i vecchi, perche strin-
 gono il petto loro. Il lor succo non
 si hà da vfar solo, ma per compimen-
 to de i cibi; le mezate si mangino do-
 pò gli altri cibi con zucchero, ò sale,
 che così reprimono i vapori, ch'as-
 cendono alla testa.

N O C C H I E.

*Primus Abellianam campano à nomine cultor
 Dixerat, aridula est, sed minus illa tepet.
 Annisa ost capiti, & stomacho, tardissima lapsu
 Intumet, & lapides conterit atque ciet.*

*Nomi. Lat. Barilus, Nux Auellana,
 Nux Pontica, & Praenestina. Ital. Noc-
 chie, & Auellane.*

*Qualità. Le fresche sono tempe-
 rate.*

rate nelle prime qualità, mà le secche sono calde, & secche quasi nel principio del secondo grado.

Scielta. Le domestiche sono me- *Rosse.*
gliori delle saluatiche, le rosse, le grosse, & poco coperte, piene di molto humore, & che i vermi non le habbiano corrotte, ne toccate in modo alcuno. Le lunghe sono più soavi al gusto, che le ritonde.

Giouamenti. Danno più nutrimento delle noci, accrescono il ceruello & mangiate continuamente fino à tre, ò quattro nel principio del pranzo, liberano dal dolore delle reni, & dalla renella affatto; mangiate con *Renelle.*
ruta, & fichi secchi a digiuno preferuano dalla peste. Le tonde si cuoprono come i coriandoli, & sono gratissime allo stomaco.

Nocumenti. Tardi si digeriscono, nondimeno sono grate al fegato, fãno qualche vêtosità, generano mol-

ta

ta colera, et fanno dolori del capo, quando se ne m̄gia troppa quantità.

Rimedi. Si mangino che siano ben fresche, che frano state infuse nell'acqua, et asperse di zuccaro; sono da vsarsi in poca quantità, et le secche solo l'inuerno; i gioueni le mangino. et quei, che s'affaticano assai, et che sono gagliardi di stomaco, l'inzuccherate sono manco nociue.

N O C I.

Mille nuces poterat dixisse, sed unica iuglans.

Nux dicta est, linguæ iam nocitura tuæ.

Siccior arefcit stomachū, & caput i p̄ba vexat.

Mirum si nocuæ sit bene iunctia viæ.

Nomi. Lat. *Nux iuglans*, & *Nux regia*. Ital. *Noce*.

Qualità. Le verdi, et fresche sono calde nel primo grado, et secche parimente, le secche sono calde nel terzo grado, et secche nel secondo, mà con l'inuecchiarsi diuētano più secche,

che, & quanto più sono vecchie, tanto più fanno olio.

Scielta. Le migliori noci sono le grandi, longhe, mature, & che facilmente si mōdano, & sopra tutto che siano fresche, et non vecchie, nè corrotte dentro.

Giouamenti. Sciogliono i denti, che sono stupefatti, et mangiate con fichi *Denti.* ruta, et mandorle preferuano dai veleni mortiferi, et vagliono contra la peste; et due noci secche, et altri tanti fichi, et venti foglie di ruta, con vn *Peste.* granel di sale, peste, et mangiate à digiuno, preferuano dai veleni, et dalla peste. Mangiate le noci à digiuno giouano à i morsi de' cani rabiosi, masticandone poi alquante, et mettendone sopra il morso; la scorza verde delle noci supplisce in luogo di pepe nelle viuande. E molto *Pepe.* salutifero l'vso delle noci dopò che s'è mangiato il pesce, perche leua,

R et inci-

& incide la loro viscosità, & se ne fa
agliata per mangiarla co'l pesce, on-

Agliata. de li dice,

Post pisces nuces post carnes caseus adsit.

Annazzano le noci i vermini de
corpo, & condite con zuccaro, o
mele, & con garofani son molto uti-
li allo stomaco, & alle viscere fredde.

Noce nuocce. *Nocumenti.* E detta la noce, per-
che nuoce alla gola, alla lingua, & al
palato. che mangiate in troppa quan-
tità, massime le secche, eccitano la
tosse, & fanno doler la testa, fà crudi-
Ombra della noce. tà, vertigine, & sete. L'ombra della
pianta è nociua; che manda fuori vn
halito cattiuo, che aggraua la testa,
& offende quelli che vi dormono sot-
to, che quel graue odore subito pene-
tra nel cervello, & per questo si suol
piantare appresso le strade, & per
questa ragione ella con questi versi si
querela.

Nux,

*Nux ego iuncta via cum sine crimine vitæ,
A populo saxis prætereunte petor.*

R imedi. Mangiandole fresche infuse in buon vin rosso, & in poca quantità son manco nociue, & il nocumēto delle vecchie si leua, co'l farle stare per vna notte nell'acqua calda, & poi mondarle, & l'aglio leua ancora il nocumento loro, quelle che si condiscono co'l zuccaro, & con il mele, diuentano ottime per ofar ne i tempi molto freddi, & per scaldar lo stomaco; le secche son buone l'inuerno per i vecchi, per i flemmatici, & per i malenconici, pur che non patifchino strettezza di petto, messa vna noce nella pignatta fà cuocere prestamente le carni, & coli messa dentro ad vn pollo. Quando le noci fanno assai frutti, significano abbondanza di biade.

*Noci con-
cie.*

*Carni come presto
si cuocono*

Abondanza.

R 2 NOCE

NOCE D'INDIA.

*Indica nux calida est, atq; humida, digerit ipsa
 Flatus, lumbrorum mulcet, genuumq; dolores,
 Aluum tum sistit, ventrisq; animalia pellit,
 Vesicæq; malis confert, tussi q; medetur,
 Subuenit asthmaticis, tremulis, & reddit edētes
 Pingues, duritias mollit, confertq; potagris.*

Noce d'In
 dia.

*Nomi. Lat. Nux Indica. Ital. Noce
 d'India.*

Qualità. Sono queste noci calde nel secondo grado, & humide nel primo.

Scielta. Le fresche sono migliori delle secche, & quelle di Portogallo ottengono il principato.

Giuamenti. Mangiate queste noci aumentano lo sperma, generan buon nutrimento, giouano alla tosse, alla strettura del petto, & alla raucedine, *ingrassare* inghiottendo il suo liquore con siropo violato, la polpa ingrassa i magri, lodasi à dolor colici, à paralisie, al mal caduco, al tremore, & ad altre infirmità dei nerui, beuedosi in queste noci,

Nerui.

nocci, ò acqua ò vino, preserua da i dolori colici, & da molte altre infirmità, & gioua à i paralitici: il liquore che è dentro mitiga il dolore delle morici, & delle podagre, & delle gomme franciose; la polpa di dentro cotta in vna gallina con pignoli, & pistacchi, & canella, màgiandosi poi il tutto fa ingrassare i magri.

Magri.

Nocumetri. Mangiata questa noce aggraua lo stomaco, quantunque nò generi cattiuo nutrimento.

Rimedi. Bisogna vfarne in poca quantità, & più per medicamēto, che per cibo, & cotte con buone carni.

ORBACCHE.

Gingiuas, & labra iuuat vitia inde repellens.
Fagus confirmat, torpentia membra, tumores
Exiccet, crines denigrat, & illita confert
Profluuio crinum, tum impinguant denit
fructus.

R 3 *Nomi.*

Nomi. Lat. *Fagus*. Ital. *Faggio*, & il suo frutto *Faglioso*, & *Fagiola*, & *Orbacche*. *bacche*.

Qualità. I frutti del faggio hanno in se qualche calidità, & son astrettivi; l'animella che vi stà dentro è di dolce, & di grato sapore, massime à i ghiri.

Scielta. La fagiola fresca, è più grata della stantia.

Giouamenti. I noccioli del faggio mitigan i dolori delle reni, & cacciano fuori le pietre, & le renelle; de i frutti si ingrassano i porci, & altri animali, come tordi, & colombi, & i topi, & i ghiri, imperoche valentamente si ingrassan con essi, onde al suo tempo infiniti se ne prendono la notte nelle selue; & i forzi vengono à schiere da paesi lontani, insegnati dalla natura, à pascersene nelle selue; leggesi, che molti habitatori si sono diflesi dalla fame, sostenendo

Topi.

NOCH-

l'assedio con la fagiola.

Nocimenti. Sono questi frutti al gusto molto constrettivi, & però fanno stitico il corpo.

Rimedi. Non bisogna mangiar questi frutti, se non in tempo di gran necessit , & in pochissima quantit , ma si deuono lassare a' porci, & ad altri animali, che se ne ingrassino.

P I N O L I.

Ebullit, nimiumq; sinit pulmonibus imis

Debata, vix coquitur pinea sed bene alit.

Intestina fouet, nervis rigidoq; lapillo.

Subuenit, & Venerigrata, fugit Cibelem.

Nomi. Latin. *Pinei, nuclei.* Ital. *Pignoli.*

Qualit . Sono i pignoli caldi nel principio del secondo grado, & humidi nel primo.

Scielta. I migliori son quei pignoli, che son cauati dalle pigne domestiche, & massime da quelle che son femine, perche son pi  saporite, m 

R 4 sopra

fopra tutto, che non fian rancidi, mà freschi.

Giouamenti. Mangiati freschi nei cibi, nutriscono assai bene, & danno buon nutrimento, correggono l'humidità, che si putrefanno nelle budella, purgano il petto cotti con mele, & zuccaro, prouocan l'orina, ristorano le forze nei debili, nettano le superfluità delle reni, & della vesfica, giouano all'ardore, & destillation dell'vrina, conferiscono ne i dolori de i nerui; & delle sciatiche, sono vtili à paralitici, & alli stupidi, & à coloro che tremano, mondificano il polmone, & le sue vlcere, sono molto vtili ne i difetti del petto, & giouano à i tifici grandemente.

Reni.

Vesfica.

Tifici.

Nocumenti. Sono tardi alquanto da digerirsi, & danno vn nutrimento grossetto, & mordicano lo stomaco, & il ventre, quando se ne mangia assai, & che son rancidi, & eccitano la libidi-

libidine, & riēpiono la testa di vapori
Rimedi. Si infondono prima nell'acqua
 tepida almen per vn' hora, poi si
 mangino da i flemmatici co'l mele, *Con mele.*
 & da i colerici con zuccharo; son buo *Con zuc-*
 ni nei tempi freddi per i vecchi, mà *caro.*
 co'l mele, come si è detto, & per i gio-
 ueni, & conci co'l zuccharo.

PISTACCHI.

*Ignē nuceſ ſuperat, reneſ iuuat, & iecur humēſ
 Piſtachium; Hæc ſtomachi cæna ſenilis amat.*

*Nomi. Lat. Piſtacia. Ital. Piſtacchi,
 & Fiſtici.* *Piſtachi?*

Qualità. Son caldi, & ſecchi nel ſe-
 condo grado.

Scielta. I buoni ſono i grandi, di
 odore ſimile al terebinto, del quale
 ſono vna ſpetie, & che il frutto ſia
 colto da arbori vecchi, & ſia freſco,
 & verdeggiante, che è miglior del-
 l'amandole.

Giuamenti. Sono marauiglioſe in
 riſue-

risuegliare gli appetiti veneri, leuano l'oppilatione del fegato, & lo corroborano, purgano il petto, e le reni, sono vtili allo stomaco, che lo confortano, & proibiscono la nausea, assottigliano gli humori grossi, sono ristauratiui, & per questo si mettono nelle compositioni, che si fanno per chi vuole ingrassarsi; beuuti tutti nel vino conferiscono à i morsi de i serpenti.

*Ingrassa-
re.*

Nocumenti. Nuocono à i fanciulli, & à quei che son di calda complessione, perche assottigliano loro il sangue, & infiammandolo fanno venir la vertigine, & mangiati in poca quantità grauano lo stomaco.

*Vertigi-
ne.*

Rimedi. Si corregge il nocumento loro mangiandoli nel fin, ò nel principio del pasto, mangiandoui appresso grimosele secche, ò zuccaro rosato; sono buoni ne i tempi freddi, per i vecchi, & per i flemmatici, & catti-

cattivi per i gioueni, & per i colerici.
 Dicesi che nascono i pistacchi insi-
 tando l'amandole nei lentischi.

*Pistacci
 come na-
 scano.*

*Seguono i frutti delli dodeci Alberi, che
 si mangiano di fuori solamente.*

A M A R E N E.

Et frigus Cerasa inducunt austeracibiq;

*Vota ciens, siccant, cōstringūt robore firmā
 Non in ventriculo ceu dulcia corrumpuntur.*

Inde febris, atq; siti, hac faciles cōcedim⁹ vstis.

*Nomi. Lat. Cerasa austera. Ital. Ama-
 rene, & Marasche.*

Qualità. Queste amarene, che so-
 no cerasse austere stringono il ven-
 tre, incidono la flemma, & son con-
 strettive, rinfrescano, difeccano, &
 corroborano.

Scielta. Le migliori son le grosse, &
 ben mature.

Giouamenti. Sono grate allo sto-
 maco,

*Conserua
d'amere-
ne.*

maco, pche smorzano l'ardor della colera, & tagliano la viscosità della flemma, & fan venire appetito, si conseruano condite con zuccaro.

Nocumenti. Esasperano lo stomaco con l'acredine loro.

Rimedi. Si mangiano crude con zuccaro, ouero cotte, & condite con zuccaro, si riferbano nei vasi di vetro, che così riescono migliori, che crude, & sono molto conuenienti nelle febri pestilentiali; le crude son buone nei tempi caldi, & per quei che son colerici, mà non si conuen-gono à vecchi, nè à flemmatici.

BIRICOCOLI.

*Poma eadem dices quæ Persica, si tamen amplius
His corpus, nobis aurea forma datur.
Arboreos inter Fætus suauissima gustu
Armenia, & colerã frigore mala premunt.*

*Nomi. Lat. Mala Armeniaca, Præ-
socio.*

Socia. Ital. *Armeniache*, *Moniache*, &
Grisomole. & *Biricocoli*.

Qualità. Sono questi frutti freddi, *Biricocoli.*
& humidi nel secondo grado. *Ammoni-*

Scielta. Le armeniache, le quali son *niaci.*
così chiamate, perche furono portate
d'Armenia, sono le migliori, le gros-
se, ben colorite, molto mature, con
nocciolo dolce, chiamate alber-
ges, & che dall'ossa facilmente si
distachino, & siano dolcissime al
gusto.

Giouamenti. Sono grate allo stoma-
co, leuano la sete, risuegliano l'appe-
tito, fanno orinare: il lor nocciolo
amazza i vermini, & l'infusione fatta
con le secche gioua alle febbri acute;
si seccano al sole spartendoli per me-
zo, & aspergèdoli sopra zucchero pol-
uerizzato.

Nocumèti. Sono grati allo stomaco, *Stomaco.*
mà lo indeboliscono, son più corrot-
tibili che le pesche, muouono il flus-
so del

ventre, gonfiano, & riempiono il sangue di molta acquosità, & humidità, & lo dispongono à corruttione, son di pessima sostanza, si conuertono in colera, si putrefanno velocemēte riempiono il sangue di molta humidità, lo dispongono à corruttione, & generano febri pestilentiali, & fanno flemma grossa, & viscosa nel fegato, & nella milza.

Nota.

Rimedi. Si deuono pigliare nel principio del mangiare, beuendoci sopra vn poco di buon vino, ò mangiandosi appresso anisi, ò cibi cōditi con sale, ò con specie, ò cacio vecchio, & beuendoci appresso (come si è detto) buon vin vecchio odorifero.

CAROBOLE.

Effulcit Stomachū post cenam sumpta sed ante Profluuiū Siliqua ad vētris facit; ipsa recēsq;

Aluum dissoluit stomacho nocet, est ea sistens

Sicca, atq; utilior stomacho est lotiūq; mini-

stra.

Nomi.

Nomi. Lat. *Siliqua*. Ital. *Silique*, *Carobe*, *Carobole*, & *Guainelle*.

Qualità. Questi frutti sono disseccatiui, & ristrettiui. *Carobole.*

Scielta. Le migliori sono le fresche, & secche su le grate, che le fresche sono abomineuoli, & ingrate al gusto, mà secche diuentano dolci, & aggradeuoli, imperoche vi si congela dentro vn liquore simile al mele, co'l quale gli Indiani condiscono il gengeuo, li mirabolani, & le noci moscate.

Gionamenti. Hanno, le silique vn certoche simile alle ciregie, percioche mangiandosi fresche soluono il corpo, ma secche lo restringono, & sono più vtili allo stomaco, prouocano l'vrina, & la lor decottione beuuta mirabilmente gioua alla tosse, per la dolce, & melliflua sostanza loro; *Tosse.*
mangiate dopò cena fortificando lo stomaco, & aiutando la digestione.

NOCI-

Nocumenti. Sono di cattiuo nutrimento, sono difficili à digerire, et sol uono il ventre.

Rimedi. Bisognamangiarle secche, et non verdi, et dopò al cibo.

CIREGIE.

Sicca aluum sistunt, eademq; recentia soluunt:

Sunt Cerasa austeris dulcia sana minus,

His aluas fluida arcetur, famis improbus ardor

Crescit, idempta sibi, quam gula docta Coquo

Nomi. Lat. Cerasia. Ital. Ciregie.

Ciregie.

Qualità. Le dolci sono fredde, et humide, mà l'austere sonopiù fredde.

Cerase.

Scielta. Le migliori cerase sono quelle, che sono di dura sostanza,

Corgne.

ben mature, come sono le corgne, et le corbine, che l'aquaiole sono da fuggire, che sono insipide, et facilmente si putrefanno, delle austere le migliorison le palombine.

Dolci.

Giuamenti. Le dolci muouono il corpo, et presto sene scendono dallo stoma.

Stomaco à basso; mangiate la mattina cauano la sete, rinfrescano, & prouocano l'appetito; le secche stringono, massime le visciole; giouano, *Visciole* e sono grate, allo stomaco, perche smorzano l'ardore della colera, & tagliano la viscosità della flemma, & fanno venire appetito, massime cotte con buona quantità di zucchero sopra.

Nocuenti. Sono le dolci nimiche allo stomaco, massime l'aquaiole generano nel ventre lumbrici, & *Acquaiole* *le.* *Lumbrici* humori putridi, subito si putrefanno, & gonfiando lo stomaco, per il vèto che generano, quando se ne mangiano assai.

Rimedi. Bisogna mangiarne poche, & appresso, senza intermision di tempo, pigliare cibi che siano di ottima sostanza, salati, & acetosi; non si mangiano per cibo, mà per medicamento da smorzare la sete, & l'ardore

S di

di chi si affatica ne' tempi caldi, che in questi tempi sono buone per i giuueni, per quei che sono colerici, mà sono triste per i vecchi, & per i flemmatici.

C O R G N O L E.

*Corna nocēt stomacho, bruma male grata rigētī
Si tuus illa uoret uenter, auarus erit.*

*Nomi. Lat. Cornus. Ital. Corgniolo,
Corgnioli. & i frutti Corgnioli. & Corgniali.*

Qualità. Hanno facoltà questi frutti de disseccare valentissimamente, & d'astringere.

Scietà. Le migliori sono le grosse, & ben mature.

*Flussi. Sono efficace rimedio à tutti i flussi del ventre, imperochè constringono al pari delle nespo-
le, ò de i pruni saluaticchi; si concia-
no verdi, come l'uliuue, & delle matu-
re si fa conserua con zuccharo, & me-
le,*

le, che vale alla dissenteria, & à corroborare lo stomaco; et condite si possono dare à i febricitanti.

Nocumenti. Sono di poco nutrimento, et cattiuo, et sono difficili à digerire.

Rimedi. Si mangino in poca quantità nella seconda mensa, ben mature, et con zucchero.

DATTILI.

*Ardua dat dulci, pomum tibi palma tepore,
Cui dedit apta nimis nomina, forma teres,
Hæc caueas, tumidum, corpus turpedine replet:
Sic cædet vinci nescia palma tibi.*

Momi. Lat. *Dactylus, fructus palmae.*
Ital. *Dattilo.*

Qualità. Il dattilo contiene in se non poca calidità, quando è fatto dolce, onde sono questi frutti caldi nel secondo grado, et humidi nel primo.

Dattilo.

S

2

Sciel-

Scielta. Si eleggano quelli, che siano dolci, maturi, & che di dentro siano sinceri.

Giouamenti. Ingrassano, piacciono al fegato, sono buoni per la tosse, & lubrificano il corpo.

Nocumenti. Generano vn fangue, che subito si muta in colera, nucono à i dēti, & alla bocca, & fanno venire fuori le morici, mordono lo stomaco, riempiono il corpo di crudi, & viscosi humori, i quali sono tanto viscosi, che fanno oppilatione, non solo nel fegato, mà ancora nella milza, in tutte le viscere, & in tutte le vene, onde poi si generano lunghe, & cattiuē febri.

Morici.

Rimedi. Sono manco nociui mangiandosi cotti, & conditi con zucchero, come sono gli altri frutti; ouero mangiando appresso a' crudi qualche cibo acetoso, ouero conditi con aceto. Non sono buoni in nessun tē,

po,

po, per nessuna età, & nessuna complessione, salvo che quando sono cōditi con zucchero.

FOLCERACHE.

Vtilis est, Lotus stomacho, sed fructu edēdo est, Aluum eadē sistit cōmendat, & oris odorē.

Nomi. Lat. Lotus. Ital. Frutti del Loto, & Folcerache, & Polserache. Folcera-
che.

Qualità. Il frutto del loto è partecipe di qualità constrettiva.

Scelta. Di questi frutti sono le migliori le fresche, & non le secche.

Ciòamenti. Il frutto del loto è dolce, buono à mangiare, & facile allo stomaco.

Nocumēti. È ristrettivo del corpo.

Rimedi. Bisogna mangiarne in poca quantità.

GIVGGIOLE.

Magna placent, rissim sedant stomachumque bacesunt.

Humentifrigent Zexipha temperie .

*Serica bacca rubens thoraci , & renibus affert
Præsidium, nutrit, concoquiturq, parum .*

Giuggiole *Nomi. Lat. Zizipha. Ital. Giugiube,
& Giuggiole .*

Qualità . Le giuggiole mature sono temperate così nel caldo, come nell'humido .

Scielta . Si elegghino le mature , et ben rosse .

Giouamenti . Giouano al petto , alle reni , et alla vessica : fermano i vomiti causati dell'acredine de gli humori, se ne fa siroppo, ilquale condensa il sangue colerico, et le materie sottili, che discendono al petto ; et si mettono nella decottione pettorale , per domare l'agrimonia del sangue , et cauar fuori il suo humore seroso: gioua alla tosse, et all'asprezze delle fauci . Nei cibi sono solamente dalli sfrenati fanciulli , et dalle donne molto le giuggiole desiderate .

Nociv-

Nocimenti. Sono di pochissimo nutrimento ; molto malageuoli da digerire , et imperò molto contrarie allo stomaco .

Rimedi. Bisogna vfarle in poca quantità, et solamente per medicina et non per cibo, che se ne fà nelle spe tiarie lo siropo giugiubine.

Siropo.

MIRABOLANI.

Tutta Mirabolanum est inter medicamina: confert .

Ad iecur, ad renes, Stomacumque & viscera, frenat

Scammoniū, tū quæ medicamina ferre laborē Deijciēdo solent, obstructis nō datur unquā.

Nomi. Lat. Mirabolanum. Ital. Mirabolano.

Mirabol

Qualità. Sono freddi, & secchi, ^{ni.} astringenti, acidi, et constrettiui.

Scielta. I più lodati sono quelli, che sono ben maturi.

S 4 Cio =

Gionamenti. I conditi con zuctaro, massime i cheboli, sono migliori de gli altri, che solano manco: i mirabolani citrini, cheboli, indi, emblici, & bellirici, seruono piú per medicina, che per cibi, & per questo quei, che vorráno saper le virtù loro, cerchino nel nostro Herbario.

Nocumēti. Solo questo nocumēto hanno i mirabolani in loro, cioè *Opilationi* che augumentano le opilationi.

Rimedi. Non si diano à gli opilati, nè à coloro, che sono disposti à cadere in tal difetto, ouero si diano cōditi, & ben preparati.

OLIVA.

*Torpesce Olea exacuit, sed auara palatum
Vix alet, arentam mollior aluus amat.*

*Ignē leui, nisi salsa tepens imitata smaragdus
Feniculo, atq; acido rore refecta sapit.*

*Stringit Oliua recens condita, refrigerat, egre
Concoquitur, stomacho mitior apta minus.*

Nomi. Lat. Oliua. Ital. Oliua.

Oliua.

Qua-

Qualità. Il frutto quando è ben maturo è mediocrementemente caldo, mà quando è immaturo, è veramente più freddo, & più costrettivo, corrobora, e ferma il ventre; le condite in salamoia sono calde nel secondo grado, & hanno vn poco di virtù astringente, & corroborante.

Scielta. Le migliori sono quelle di Spagna; vogliono esser ben condite, & nate in luoghi aprici, & grosse & con picciolo osso, come quelle della nobilissima città d'Ascoli.

Giouamenti. Incidono la flemma nello stomaco, & le condite eccitano l'appetito, & la lor salamoia lauandosi la bocca, stringe le gengiue, & ferma i denti smossi; quelle che si conseruano nell'aceto smorzano la colera, fermano il vomito, & sono molto migliori. Conciansi in diuersi modi, si come nel nostro Herbario habbiamo detto à pieno.

NOCU-

Nocumenti. L'oliue condite danno, poco nutrimento, et tardi si digeriscono; le salate infiammano il sangue, & leuano il sonno.

Rimedi. Rifogna mangiarne in poca quantità, et le condite con aceto sono migliori, et che habbiano buona concia; sono buone ne i tempi freddi, à tutte l'etadi, et complessioni, si deuono mangiare l'oliue in fine dell'altre viuande, per corroborare lo stomaco; et aiutare la digestione; ma a i tempi nostri si mangiano nel principio, nel mezo, et nel fine delle mense, con le carni, con i pesci, et cõ l'oua, ma con grande errore, perche

*Ordine ne
à cibi.* (come al suo luogo s'è detto) bisogna ne i cibi seruare l'ordine.

P E S C H E.

*Rore sumus pluuiò mox putrescentia, ventre
Fida calescenti, si modo prima damur.*

Mollia

*Mollia laxamus ventres, siccato tenemus,
Nos tenuit Persis sed tibi grata sumus.*

Pesche.

*Nomi. Lat. Persica. Ital. Pesche, &
Persiche.*

Qualità. I frutti sono freddi, et humidi nel secondo grado; l'amandole loro poi sono caldi, et secche.

Scelta. Le migliori persiche sono le odorifere, ben colorite, ben mature, et che da gli ossi facilmente si distacchino, che siano anco di ottimo sapore. Si lodano a'fai le duracine, che non si staccano, che sono più saporite, et hanno del cotognino, et però si chiamano persiche cotogne.

Le noci persiche sono le migliori di tutte.

*Persiche
cotogne.
Noci per-
siche.*

Gionamenti. Sono buone allo stomaco, et lubrificano il corpo, quelle che si staccano dall'osso, et che sono ben mature, si deono mangiare nel principio del pranzo, che generano appetito, mà appresso bisogna beue-
re

re vin buono, che sia vecchio, & odorifero, & per questo si infondono nel vino, ilquale non per questo diuiene venenoso, perche habbia tirato à se alcuno veleno del persico, mà diuenta tristo, & sciapito, perche le psiche, che sono porose, hanno tirato à se lo spirito, & l'anima del vino, & però egli resta suanito, & senza virtù.

Nocumenti. Rilassano lo stomaco, genera humori, che subito si inaceriscono, & si corrompono, per esser di natura molle, & aquosa, onde generano per lo più ancora ventosità; *Duracine.* ma le duracine non fanno tanti danni, & per lor proprietá generano l'hidropesia, onde alcuni per questo, credendosi di corregerle, mondano, & l'infondono nel vino, mà commettono maggiore errore, perche il lor succo nociuo più tosto viene trasportano alle vene, e cosi diuentano più nociue.

Rimedi.

Rimedi. Beuasi appresso vino buono odorifero, & aromatico, essendosi mangiati à stomaco voto; mà le duraccine si deuono mangiare dopò pasto, che così rinfrescano la bocca dello stomaco, & la sigillano, come fanno parimente le secche; sono buone la state per i gioueni, & per i colericici, mà nucono à vecchi, & à i flemmatici, & à coloro, che hanno lo stomaco debile; mà cotte sotto la cenere sono cibo delicatissimo, & gratissimo à gli amalati, che li aiutano nelle passioni del cuore; e co' loro grato odore leuano la puzza del fiato, che viene dallo stomaco; ra legrano l'animo: le secche sono più sane, & fanno migliore stomaco, & fermano i flussi. I nocioli de i persichi mangiati leuano il nocumento dei frutti, giouano à i dolori del corpo, ammazzano i vermi, dissolouono le ventosità, mondificano lo stomaco,

&

Fiato fetido.

Pesche secche.

Virtù de i nocioli di persici.

Pietre.

& aprono l'opilationi del fegato, & lo confortano, spezzan le pietre delle reni; & della vesflica, & le liberano da gli escrementi flemmatici, & in fomma sono molto conuenienti per conferuar la fanità, se ogni mattina se ne mangiano ottto, o dieci; mà à chi hauesse'l fegato troppo caldo bastano due, ò tre.

P R V G N E.

*Pruna licet vario decorata colore nitescant,
Frigens, & pluri clafsa liquore flunt;
Solunt, corda fouent ardentia prima refofcunt
Prandia funt Sirij nobileora foli.*

Prugne.

Nomi. Latin. Pruna. Ital. Prune, & Susine Prugne, & se ne trouano infinite fpetie.

*Dolci.
Auftere.*

Qualità. Sono i pruni freddi, & humidi; ritrouanene di più fpetie, & alcune sono dolci, & alcune acerbe, & auftere; sono fredde nel principio del

del secondo grado, & humide nel fin
del terzo.

Scielta. Sono molto lodate le da-
mascine, ò damascene massime le bē
mature, & dolci, le quali sono così
chiamate da Damasco città di Soria.

Giouamenti. Purgano la colera, *Diapru-*
smorzano il calore, leuano la sete, *no.*
rinfrescano, humettano il corpo, on-
de cuoce il lor succo, e serbasi per ec-
citar l'appetito, & per estinguere à i
febricitanti la sete, & se ne fà elet-
tuario con scamonea, & senza, per sol-
uere il ventre, & con polpa di pruni
damasceni, & manna si fà il nostro *elettuario*
elettuario durantino, con infusion di *durantino*
lena, polipodio, anisi, & cinnamo-
mo, che presone alla quantità di me-
za oncia nel principio del pranzo, lu-
brica piaceuolmente il corpo, & è *olentino?*
gratissimo al gusto, come la coro-
gnata.

Uocumenti. Nuoco no à quei c'hã-
no

no lo stomaco debole, & freddo; à i decrepiti, & flemmatici, & à quei che patiscono dolori colici.

Rimedi. Si rimedia à i nocumenti delle prune mangiandole ben mature, nelle prime mense, con zucchero, ò mangiandoui sopra cibi salati, & bevendoci buono vino; sono ottime p i gioueni, ne i tempi molto caldi, & p quei, che son colerici, & sanguigni.

Seguono i ratti dell' Herbe.

C E D R V O L I.

*Abstergit Cucumis friget pariterq; satius,
Ordine bino humet, vesicaq; ulcera sanat,
Urinamq; ciet, renocant animoq; liquentes
Olfactu, morsusq; canum folia illina sanant
Cum vino, à mensis inuat hos arcere ferentes
Leihales succos stomacho nisi forte coquant.*

Cedruolo. *Nomi. Lat. Cucumis satius. Ital. Cedruolo.*

Qualità. Sono freddi nel fin del secondo grado, & humidì nel terzo.

Scielta.

Scielta. I migliori sono i lunghi grossi, & bē maturi, con colore gialetto, & i piccioli sono migliori dei grandi.

Giouamenti. Rinfrescano mirabilmente quei c'hanno ardor nello stomaco, leuano la sete, smorzano la collera, & prouocano l'vrina, mondate dalla scorza, & fatte lunghe, & larghe, & sottili, & infuse in acqua fresca, messe su la lingua de' febricitanti, leuano loro la sete, non lasciano rasciugare, & diuentar nera la lingua, nè il palato, anzi smorzano la sete, rinfrescan l'ardor delle febbri, & mantengono la bocca humida, & fresca, bolliti con zucchero leuano la sete piú valorosamente.

Nocurmenti. Sono durissimi da digerire, generano flemma, & humori viscosi, & tal volta velenosi nel corpo, & nelle vene. Dalli quali poi in processo di tēpo si causano febbri lunghe, & di mala qualità, & nuocono

T à gli

Sete.

à gli stomachi freddi, che non li digeriscono mai.

Rimedi. Son men nociui mangian-

Insalata doli in insalata con cipolla, basilicò,
di cedruo dragoncello, menta, rugheta, & pepe,
li. ò altri cibi simili. Sono pessimi in
 tutti i tempi, à tutte l'etadi, & à tutte
 le complessioni. Sono cibo per genti
 rustiche, che si faticano assai, & c'han
 no lo stomaco molto caldo, mà non
 è cibo da persone delicate. Cotto è
 manconociuo.

COCOMERO.

Aluo. & vessicę Cucumer stomachoq, salubris :
At venerem obtundit, non bene coctus obest,
Hic bilem subigitq, si tim, stomachoq, calenti,
Gratus erit, Medici si sapit arte coqui,
Ne diuturna tamen sit concomitata, cauet,
Febris in assiduos si datur esca cibos.

Cocomero. *N omi. Lat. Anguria. Ital. Cosome-*
ro, & Anguria.

Qualità. E il cocomero freddo, &
 humido nel secondo grado.

Scielta.

Scielta. I migliori son quelli che sono grandi, & ben maturi.

Giouamenti. E valorosissimo il cocomero per refrigerio de gl'assetati la state, vale nelle ardentissime feбри che sminuice il calore, & gioua alla aridità della lingua, i semi son rimedio alle reni, & alla vesica, prouocando l'vrina: sono molto conuenienti alli stomachi caldi, & secchi, ristorano quei che patiscono suanimenti, per il fouerchio calore; la polpa dei cocomeri, si tiene in bocca per l'aridità della lingua.

Nocumenti. Usandosi troppo è ^{Lingna} di cattiuo nutrimento il cocomero, ^{arida.} et se presto non passa dallo stomaco, corrompesi, & conuertesi in humore simile à mortiferi veleni, si minuisce il seme genitale, & estingue gl'appetiti venerei, genera nello stomaco stemma viscosa, la quale diffondendosi cruda p le vene, cagiona longhissime

T 2 febri,

febri, fanno i cocomeri à quei c'hanno la flemma nello stomaco nausea, et ragionano dolori colici, et passioni ipocondriache.

Rimedi. Non bisogna mangiarlo nel principio della mensa, perche à guisa di rafano ascende ad alto; in fin del mangiare è manco nociuo, et è più facile à digerire; sono i cocomeri inimici a' vecchi, et alle fredde, et humide complessioni, et il rimedio è di mangiare vn poco di seme d'ameos; à i gioueni sono più conuenienti, et parimente à sanguigni; et cotti sono manco nociui.

F R A G H E.

Arriident astate cibis corrupta^q3 febre.

Fraga creant oculis visceribusq³ fauent.

Fraghe.

Nomi. Lat. Fraga. Ital. Fraghe, & Fragole.

Qualità. Sono fredde nel primo grado, et secche nel secondo.

Scielta.

Scielta. Le migliori sono le rosse, ben mature, grosse, di grandissimo odore, et domestiche, et quelle de' nostri monti di Terrasanta, et di Monte nero, che le nostre pastorelle portano à noi chiuse nelle scorze de gli arbori.

Giuamenti. Sono al gusto gratissime, smorzano l'ardor, et l'acutezza del sangue, et estinguono il feruor della colera, rinfrescādo il fegato. Leuano la fete, prouocano l'orina, et eccitano l'appetito. Il lor vino dissecca i quossi del viso, e chiarifica la vista applicato à gl'occhi, leuandone le nuuolette, *Quossi?* *Vino di* *fraghe.* alterge la pelle del viso guasta da' morbiglioni. Le fraghe nel suo veleno prèdonoda i rospi, ò da serpenti, da quali son spesso calcate, essendo poco da terra lontane. Fermano le dissenterie, & i flussi delle donne, et giouano alla milza. La decoctiō delle frōdi, et delle radici, gio-

T 4 ua beu-

*Acqua di
fraghe.*

beuuta all'inflammation del fegato
& mondifica le reni, & la veflica, &
l'acqua stillata dalle fraghe ferma il
fluffo del fangue in tutte le parti.

Nocumenti. Son di poco nutrimen-
to, & facilmente fi corrompono nel-
lo ftomaco; nuocono le fraghe forte-
mente à i tremoli, & paralitici, & à
quei che patifcono dolori di nerui.

*Vino di
fraghe.*

Et il lor vino imbriaça. Si putre-
fanno facilmente, onde chi ne mägia
affai, cade fpeffo in febri maligne.

Rimedi. Bifognà nettare prima dal-
le frondi, & da ogni bruttezza, lauar
le con buon vin bianco, & poi man-
giarle afperfe di zuccaro. Sono con-
uenienti nei tempi caldi a' giouani,
& à compleffioni coleriche, & fan-
guigne, & à ftomachi non deboli, &
fi deuono mangiare auanti à tutti gli
altri cibi, & in poca quantità, co-
me le cerafe, & i mori, & gli al-
tri cibi fugaci.

M E.

MELONI.

Abstergit, lapidem minuit Pepo, mitigat aestus;

Huic male concocto pessimus humor erit.

Nomi. Lat. Pepo. Ital. Melone, & ^{Meloni} Peponi.

Pepone.

Qualità. Sono i meloni, & i pepo-
ni freddi nel secondo grado; & i me-
loni humidi in fin del secondo, & i
peponi nel terzo grado.

Scielta. Si eleggano quei, che son
di odore, & di sapore esquisite, nel gu-
sto sommamente grati, & che siano
freschi; & maturi.

Giouamenti. Rinfrescano valoro-
samente, nettano il corpo, prouoca-
no l'vrina, cauano la sete, & eccita-
no l'appetito; quei che ne mangiano
assai s'assicurano della pietra, & dal-
la renella, & per questo Albino Im-
peratore se ne dilettaua in modo, che
vna sera mangiò cento persiche di
Campagna, & dieci meloni di Ostia,

Albino

Imperato

re.

T 4 i qua-

i quali à quel tēpo erano i più lodati.

Nocumenti. Fanno ventosità, & dolori nel ventre, & però se ne deuono astenere quei che patiscono dolori colici, perche generando cattiuo nutrimento, facilmente si conuertono in quelli humori, che ritrouano nello stomaco, & difficilmente si digeriscono, per la lor frigidità, & così eccitano vomito, & flussi colerici, & corrompendosi generano febri maligne con petecchie.

Rimedi. Non si deuono mangiare se non à stomaco voto, perche essendo di facile conuersione, subito si mutano in quell'humore, che ritrouano nel stomaco. E buon rimedio ancora il mangiar co'l melone il cascio vecchio, & cose salate, & beuendoci appresso ottimo vino, mà non molto potente, & mangiando poi altri cibi di ottima sostanza; sono buoni nei tempi caldi, & ardenti, &

con-

conuengono in ogni età, eccetto che
alli decrepiti, che nuocono à flem-
matici, & à malenconici grãdemēte.

Z V C C A.

*Succi aquei, cursus rapidiq, Cucurbita, bilem
Vincit, & Iliacum non bene cocta, ciet.*

*Quã bene grata tamẽ cucũq, admixta secũdat
Huic externa magis quam sua forma placet.*

Nomi. Lat. Cucurbita. Ital. Zucca.

Zucca.

*Qualità. E fredda, & humida nel
secondo grado.*

*Scielta. Le migliori sono le lunghe,
fresche, & tenere; le verdi deuono ef-
fer leggieri, & dolci.*

*Giouamenti. Gioua a' colerici, smor-
zando la sete, rinfresca il fegato, &
solue piaceuolmente il corpo. Le frit-
te sono molto piũ sane, che le lesse,
imperoche nel friggere lasciano grã
parte del loro aquoso humore, & cofi
danno migliore, & piũ copioso nu-
trimento.*

No.

Nocumenti. E di cattiuo nutrimento, & si corrompe, cambiandosi con quell'humore che troua nello stomaco, & perche è insipida, riceue quel sapore, & genera l'humor simile à quella cosa, con la qual si condifce. Nuoce a' freddi, & à i flemmatici, genera molta ventosità, & però indebolisce lo stomaco, & nuoce à gl'intestini, fà i dolori colici, & i premiti.

Rimedi. E manco nociua, apparecchiata con cose agre, come agresta, & simili, & parimente con cose false, & calide, come sono senape, pepe, & cipolla, & petrosello; è buona ne i tēpi caldi per i gioueni, & colerici.

A V E R T I M E N T I N E L L E C A R N I.

LE Carni più d'ogn'altro cibo nutriscono, perche essendo calde, & humide, facilmēte si transmutano in sangue, & danno grandissimo nutrimento.

trimento; circa le quali bisogna seruar queste regole.

I. Sempre si auertisca, che gli animali, le carni, l'herbe, i frumenti, & i vini si eleggano de i luoghi alti, & odoriferi, che sian da ottimi venti ristorati, & da soq̄ui raggi del sol ritreati, doue non siano stabbi, nè stagni, & che in essi le cose si conseruino lungo tempo incorrotte.

II. Che si fuggano tutte le carni de gli animali, che stanno nelle paludi, & nelle stagni, & nelle lagune, come sono l'anitre, & l'oche.

III. Le carni de gl'animali troppo gioueni, & troppo vecchi, sono cattiuē, dure, secche, neruose, & di poco nutrimento, & difficili à digerire; quelle de gl'animali troppo vecchi, come quelle de' gioueni, sono troppo humide, & piene di superfluità, quantunque per il ventre più facilmente discendano.

IIII. La

IIII. La carne de gli animali maschi è più calda, più secca, & più facile à digerire, che quella delle femine, la quale è più fredda, & più humida, & per questo più indigestibile, & quindi auuiene, che la carne delle femine è miglior per i febricitanti, che quella de' maschi, perche è manco calda, & più humida; & per questo s'hanno da dare la state à gl'infermi le polanche, et non li pollastri.

V. Ogni carne feminina genera sangue cattiuo, più che quella dei maschi, eccetto le capre, che sono di più laudabil nutrimento, che non sono i becchi.

VI. La carne salata nuoce, generando sangue grosso, et malencnico, perche dissecca gradamente, poco nutrisce, et genera cattiuo succo.

VII. La carne grassa, presto si digerisce, genera nondimeno molta superfluità, et per questo è di poco nutrimento.

trimento, leua l'appetito, impedisce la digestione, et fa languido lo stomaco; la magra è di maggior nutrimento, et genera poca superfluità; onde la mezzana tra queste due è la più p̄stāte, p̄che genera sangue tēperato.

V I I I. Le carni de gl'animali volatili son più leggiere, più secche, et di più facil digestione, che quelle de gl'animali quadrupedi, et per questo sono conuenientissimi à coloro, che attēdono più à gli essercitij dell'animo, che del corpo, p̄che più facilmente de gl'altri si digeriscono, p̄che generano sangue chiaro, mōdo, spiritoso, et molto atto à gli essercitij della mēte, et alla speculatione dell'intelletto.

I X. Le carni d'animali saluatiche son migliori di quelle de' domestici, et il sangue generato da loro ha poche superfluità, per li molti loro essercitij, et fatiche, et perche vi-
uono

uono in zere più secco, massime quelli, che soggiornano ne i monti, & per questo la carne loro si conserua più longo tempo incorrotta, perche hanno poco grasso, & per questo generano poche superfluità, meglio nutriscono, & generano sangue migliore: mà gli animali domestici sono più humidi de i saluaggi, per l'otio, & per l'humidità dell'aere, nel quale stanno.

X. Ne' tempi, & complessioni humide, la carni, che declinano alla siccità sono più conuenienti, mà i tempi, & complessioni secche, & età, & per i vecchi sono più à proposito le carni, che habbino dell'humido.

XI. La carne del castrato è migliore, per che è di temperata complessione, perche è più calda delle feminine, & de' maschi più frigida.

XII. La carne di animal negro è più leggiera, & più soaue, che quella

quella di animal bianco.

X I I I. La carne, che circonda l'osso, e di più laudabile nutrimento, & la carne della parte destra è più leggiara, & più facile à digerire della sinistra, & quella della parte anteriore è meglio della posteriore, perche le carni anteriori sono più calde, & più facili à digerirsi, mà le posteriori son più fredde, & più grosse; & la carne, che è più propinqua al cuore, è più prestante, che quella, che n'è più lontana, perche corroborata dal calor del cuore, si fà più atta à nuotrire.

X I I I I. Le carni, che declinano alla siccità, bisogna lessarle, & quelle, che declinano all'humidità arrostitirle, per contēperare l'humidità loro, & per questo le carni di conigli, di lepori, di cerui, & caprij, bisogna lessarle, & l'eliffatione tempera la loro siccità; mà la carne di porco, di castrato, & di mōtone, si deue arrostitire.

XV. La

XV. La carne arrostita nello spiedo, è grossa, et di gran nutrimento, mà si digerisce più difficilmente che quella che si lessa, et per questo non bisogna riempirsene: la lessa è di più facil digestion, dà più laudabil nutrimento, et per questo è più conueniente, che l'arrostita. Mà è da notare, che le carni molto grasse, bisogna arrostitirle, et le magri per il più lessarle, perche il fuoco consuma la grassezza loro, si come la magrezza riceue humidità dall'acqua. Nel pranzo si conuengono più le carni lesse, et nella cena l'arrostitite, et che essendo più difficile à digerire, la notte meglio si digeriscono. Le carni fritte generano fastidio, nausea, grauità di testa, et difficilmente si digeriscono, se bene sono di gran nutrimento.

AGNEL

A G N E L L O .

*Anniculus placeat, vel si sine testibus Agnus,
Pinguior est Hædo, quum calet olla mores.*

Nomi. Lat. *Agnus*. Ital. *Agnello*. *Agnello*.

Qualità. E l'agnello caldo nel primo grado, & humido nel secondo, mà il lattante è humido nel terzo, & hà molta viscosità, mà quãdo hà l'anno, non abbonda di tanta humidità, che subito leuato dal latte gli cresce il calore, mancandoli l'humidità.

Scielta. Che sia d'vn'anno, maschio, & che sia nato di primauera, & habbia pasciute herbe odorate.

Giouamenti. Genera buon nutrimento, facile à digerirsi, massime quando si è pasciuto d'herbe odorifere, vale contra l'humor malencnico, & gioua à coloro che stanno nei paesi caldi; & ne i tempi caldi, & à quei che sono di colerica, & adusta complessione.

V

Quel

Quel che non allatta è migliore, facilmente si digerisce, genera buono, & più copioso nutrimento.

Notamenti. La carne d'agnello giovane lattante, è humida, viscosa, elementosa, mucillaginosa, & di grosso nutrimento, & per questo nuoce molto à i flemmatici, & massime à i vecchi, ne i tempi, & paesi freddi, genera molta viscosità nello stomaco, perche hà in se foverchia humidità, & tanto più quãto è più giovane; non è conueniente à gl'infermi, massime à chi patisce mal caduco, ò altre passioni del ceruello, & de' nerui.

Mal caduco.

Rimed. Non si mangi se nõ d'un anno, & che non habbia usato il coito, & cuochisi arrosto, con saluia, rosmarino, aglio, & garofani, & con altre cose calde, che dissecchino l'humidità, & mangiandola questa carne, si accompagni con carne salata, & mēta; si mangi con false che habbino del-

dell'incisiuo, & del disseccatiuo, come è la salsa fatta di mostaccioli Napolitani infusi in aceto, pestandoli bene, & aggiungendoui succo di petrofello, ouero cō l'aglio, cime, e succo di petrocello, pan rostito, insuppato prima nell'aceto bianco forte ben pesto insieme; mà arrostita è molto meglio, che bollita.

Salsa.

B E C C O.

Cum male olet, siccat, fit iam Caper improbus, absit,

Et cadat ante focos victima Bacche tuos.

Nomi. Latin. Caper, & Hircus. Ital. Becco, Becco.

Qualità. E questa carne calda, & secca, & dei gioueni è manco male, massime se siano castrati.

Giouamenti. Gioua à quei, che sono smisuratamente grassi.

Nocumenti. E carne puzzolente,

V 2 è di-

*Mal ca-
duco.*

è difficile a digerire, & genera cattivo nutrimento, patisce il mal caduco, onde a gli huomini, che sono disposti a quel male è perniciosissima; genera humor malenconico, & ventoso.

Cottura.

Rimedi. Bisogna in tempo di necessità, mangiar questa carne, che sia grassa, & giouene, & sia lessa con herbe odorate, & cauoli, & si mangi con agliata; i beechi castrati sono manco nociuu, & i montani son manco feridi, & la lor carne è più secca, che quella del domestico.

BUE, VITELLO, E TORO.

*Assiduos habeant vitulos tua prandia in usus,
Cui madida, & sapido iuncta tepore caro est.
Terrea bilem affert terram digesta per annos
Nunc eme sic stomacho fit leuis esca tuo.*

Bue?

*Nomi. Lat. Bos, Vitulus, & Taurus.
Ital. Bue Vitello, & Toro.*

Qualità. E la carne di vaccina fredda
nel

nel primo grado, & secca nel secondo, mà quando è vicina alla natiuità hà più dell'humido, che le carni gioueni de gli animali, che per natura son secchi, sono temperate.

Scielta. Il bue deue esser giouane, & grasso, & auezzo all'aratro; la vitella, che sia lattante, & di madre, che habbia pasciuto di ottimi pascoli. *Vitella.*

Giouamenti. Il bue è di grandissimo nutrimento à quei che molto si affaticano, & genera loro molto sangue, & stagna il flusso colerico: la vitella dà grandissimo nutrimento, & genera ottimo sangue, facilissimamente si digerisce; la campareccia è men buona della mongana.

Nocumenti. Il bue è di pessimo nutrimento, tardi si digerisce, genera varici, & infirmità malenconiche; la vitella è di grossa sostanza, & per questo nuoce ai conualescenti. Il Toro?

Vaca. torro è peggiore di tutti, che à carne grossa, fibrosa, dura, secca, fetida, & di cattiuo nutrimento; la vacca è cattiuissima, massime la vecchia.

Rimedi. La carne di vaccina si tenga nel sale per vintiquattro hore, & si cuoca bene: la vitella cuocassi in compagnia di galline, ò capponi grassi, & ponghisi seco il petrosello.

B V F A L O.

Bufalo.

*Bubalus hinc abeat, ne ve intret prædia nostra,
Non edat hunc quisquã sub iuga sæper erat.*

Nomi. Lat. *Bubalus.* Ital. *Bufalo.*

Qualità La carne del bufalo è carne grossa, che non si legge, che entrasse nelle mense de gli antichi, nõ dimeno à i tempi nostri si mangia di molti, & si lodano i lombi di bufaletti, il fegato, la lingua, & le zinne delle femine, che allattano, & è cibo ordinario de gli Hebrei.

*Cibo d'he-
bri.*

Scielta.

Scielta. Sia giouene, & grasso.

Gionamenti. Si mangi in poca quantità, pche nō è da stomachi delicati.

Noctumēti. Difficilmente si digerisce, genera nutrimento grosso, & viscoso. Mangiata questa carne fresca, oltre che è ingrata al gusto, moue il flusso del corpo.

Rimedi. Salata questa carne è mào nociua, & hà migliore sapore.

Nam sapit esca male, quæ datur absq; sale.

C A P R E T T O.

Hædulus ad domini saltet, sed frigidus, aras.

Vix calet, ille ægris vda alimenta feret.

Nomi. Lat. *Hædus.* Ital. *Capretto.* Capretto

Qualità. E di caldo temperamento fin al secondo mese, et è carne laudabile, et temperata tra l'humidità, et siccità.

Scielta. Si elegghino i negri, et rossi, mào che non arriuino à sei mesi, anzi

V 4 che

che siano lattanti, et siano maschi.

Giouamenti. Dà ottimo nutrimento, si digerisce presto, conferisce alla sanità mirabilmente, gioua grandemente à gli infermi, et a i conualescenti, et a coloro, che non molto si affaticano, et a gli studiosi.

Nocumenti. Nuoce il capretto ai vecchi decrepiti, et a quei che hanno lo stomaco freddo, et acquoso.

Mal caduco. Nuoce a quei che molto si affaticano, et a quei che patiscono dolori colici, ò mal caduco.

Rimedi. Si rimedia cuocendolo ben bene, et non alleffo, ma arrosto, massime le parti di dietro, che non sono tanto humide, quanto quelle dauanti, et si mangino con aranci, la lessa si mangi fredda.

C A R P I O.

*Iam canibus laqueos iniungite, can lacer uđã
Tingit humnum roseo sanguine Capreolus.*

Hic

Hic optata feret nobis fomenta calore.

Vda leui modicis moxq, fouenda focis.

*Damula adusta magis, si matris ab ubere raptæ
est.*

Huic prior in nostro forte erit orbe locus.

Nomi. Latin. Capreolus, & Dama.

Caprio.

Damma.

Ital. Caprio Capriolo, & Damma.

*Qualità. E caldo, & secco nel se-
condo grado.*

*Scielta. Si eleggan. de i caprij, &
delle damme, quelli che siano gioua-
ni grassi, & assai esercitati, che cosi si
dissoluoano loro i tristi humori, diuen-
gono piu facili a digerire, & il san-
gue che generano ha pochissime su-
perfluita, nondimeno tira vn poco al
malenconico, come, quasi quello di
tutte l'altre fiere.*

*Giouamenti. E di grande, & buono
nutrimento, & in questa supera tutte
l'altre carni saluaggie, vale contra la
paralifia, dolori colici, & smagra i
troppo grassi.*

Nocui-

Nocumenti. Nuoce à i magri, et estenuati, perche generando sangue asciutto, ne vengono à patire i nerui, massime se l'animale è vecchio, che all'hora è più difficile à digerire; è cattiuo cibo ne i tempi caldi.

Rimedi. Quando si cuoce, si bagni assai con olio, ò con grasso, acciò la carne si faccia più humida, et più facilmente si digerisca; mangiasi alle *Pasticci.* tauole de i grandi questa carne lessa, arrostita, et in pasticci, si conuiene l'inuerno per i flemmatici, mà non conferisce a' gioueni, et à i colerici. Si querelano questi animali così,

*Dente timetur aper defendunt cornua Ceruū
Imbelles Damæ quid nisi præda sumus?*

C A S T R A T O.

*Hunc amo, si duri per pascua Montis anhelat;
Maluero si auri vellere diues erit.*

Castrato. *Nomi, Latin. Veruex. Ital. Castrato.*
Qua-

Qualità. E questa carne calda, et humida temperatamente.

Scielta. Si eleggano i gioueni d'vn' anno, che cosi la carne loro è molto buona, et molto conueniente per sani, et per gli ammalati, massime se i pascoli loro faranno in colli d'herbe odorifere, come sono i nostri di Gualdo, che cosi questa è meglio di tutte le carni.

Giouamenti. Genera questa carne buono sangue, perche è soaue, et di buono nutrimento, et facilmente si digerisce. Il brodo di castrato è ottimo, et vale molto contra l'humor malenconico, et mantiene l'humore in temperamento, et equalità; si mangia lessa con petrosello, ouero i quarti di dietro arrostiti, con rosmarino, et aglio, battuti prima con i bastoni.

Nocumenti. Quando il castrato è vecchio, nuoce la sua carne, perche
 si

si dissecca: si per la età, si ancora per il mancamento de' testicoli, & è difficile a digerire, & manca della suavità, & gratia.

Rimedi. Non si mangi la carne de' vecchi, & mangiando quella de' gioveni cotta a lessio, si accompagni con herbe aperitiue, & cordiali, & cotta arrosto, si accompagni con saluia, rosmarino, & aglio, come si è detto; è buona questa carne in tutti i tempi, in tutte l'etàdi, in tutte le complessioni, & in tutti i paesi.

C E R V O.

*Terreus est, volitat sed Cervus: retia tendas
 Ne fugiat. nervis cum tumuere fauet.
 Si vereare nigram bilem, sit captus anhelus.
 Esca cani, cordis, sed prius ossa legas.
 Illa venenatum poterunt depellere viris.
 Sic nihil est penitus, quod sine laude voces.*

Nomi.

Nomi. Lat. *Cervus*. Ital. *Cervo*.

Cervo

Qualità. E caldo nel primo grado, fecco nel secondo.

Scelta. Si elegga giouene, ò lat- tante, ouero che sia stato castrato.

Giouamenti. La carne de i cerui piccolini castrati è lodata per carne di buono nutrimento, che così pde ogni malitia; il corno del ceruo abbrusciato, scaccia tutti gli animali velenosi; et l'osso, che si ritroua nel suo cuore, è molto cordiale, resiste a i veleni, & per questo si mette nelle theriache.

Osso di
cuordi cer-
uo.

Notamenti. Questa carne genera grosso, & malenconico humore, difficilmente si digerisce, & è di poco nutrimento, genera paralisia, & fa tremuli, & quartanarij.

Rimedi. Cuocendosi in compagnia d'altre carni d'animali grassi, ouero in pasticci, con molto lardo, ouero sia di cerui gioueni, ò castrati

Pasticci

de-

depone la sua malitia; non si mangi la state, massime dai vecchi, et dai malenconici, l'inverno si mangia più sicuramēte, perche la state mangiano vipere, et serpenti, il lombo è la sua parte migliore.

CONIGLIO.

Credideram leporem, sic forma simillima fallit

Ambo super fætant, dente vel aure pares.

Ambo timent, distant tamen, vda cuniculus affert

Fercula, viscosum semimitata gluten.

Hunc torre igna tamē, suffossa evertere Castra

Bethydis audebit si modo credis aquis.

Coniglio.

Nomi Lat. Cuniculus, Ital. Coniglio,

Et picciol lepre, per la gran similitudine,

che con quello tiene, Et dal continuo ca-

Mine.

minare, che egli fà sotto terra, hanno

imparato i soldati di far le mine, onde

disse il Poeta.

Gaudet in effossis habitare Cuniculus antris,

Demonstrat tacitas hostibus ille vias.

Qua-

Qualità. E freddo nel principio del primo grado, et secco nel secondo, et la sua carne è manco secca della leporina, et di men cattiuo nutrimento.

Scieltà. Si elegga il giouane, grasso, d'inuerno, et che la sua carne all'aria della notte sia diuentata tenera, et frolla, che i vecchi hanno carne impura, poco sana, et poco grata al gusto.

Giouamenti. Da buono nutrimento, et copioso, consuma l'humidità superflue, et le flemme, che ritroua nel stomaco, et lo conforta, sono queste carni più bianche, nè tanto secche come le leporine, et per quello meglio nutriscono, et più facilmente si digeriscono; prouocano l'orina, et giouano à coloro, che patiscono l'elefantiasi.

Nocumenti. Nuoce à i malencorici, massime à i decrepiti, et ne i tē-
pi

pi caldi, che genera grosso nutrimento, et non molto buono, et non è questa carne molto grata al gusto.

Cottura. *Rimedi.* E manco nociua questa carne, facendola vn poco bollire, et poi arrostitirla con herbe odorifere, garofani, noce moscate, ò canella, et lardo, ò strutto.

GHIRI.

*Nil iunat umbrosi latitare cul. ilibus antri
 Glis tibi vita. Et mors hic tibi somnus erit.
 Nec pingui nocuisse malo, ingeniosa libido.
 Interdicta gula noxia quæ que vocat.*

Ghiri. *Nomi.* Latin. Glis. Ital. Ghiro, è animale molto simile à i topi, che la maggior parte dell'anno dorme, & l'inverno per il sonno si ingrassa, mà la state mangia ghiande, noci, & castagne, onde disse il Poeta,

*Tora mihi dormitur hyems, Et pinguior illo
 Tempore sum quo me nil nisi fomus alit.*

Quæ.

Qualità. Son caldi, & secchi.

Scielta. Si elegghino i grassi, & grossi.

Giouamenti. Nutrifcono gagliardamente, & fono al gusto diletteuoli; appresso i Romani furono in gran pregio nelle mense loro; ma appresso i Greci non furono in alcuna consideratione. Sono vtilissimi à i paralitici, e giouano à quei che patifcon la fame canina, per la graschezza loro.

Nocumenti. Se non fon grassi, difficilmente si digerifcono, & generano humor malenconico, & freddo, & grosso nutrimento; & effendo troppo grassi distruggono l'appetito, offendendo lo stomaco.

Rimedi. Si mangiano fritti nella padella, oueramente arrostiti cò herbe odorate, & specie, ò sale, & cose aromatiche.

LEPORÈ.

*Auriti Leporis mihi pulpamenta reponas,
 His meus abradi iam didicit stomachus.
 Ignea sunt, aluum durant sed renibus arctas
 Et femori norunt hæc referate vias.
 Inppiter alme, datur lepori si sexus utorque,
 Nec fera, nec mabus est, omnibus esca placet.*

Lepre.

*Nomi. Lat. Lepus. Ital. Lepre, &
 Lepore dalla leggierezza de piedi così
 detto, & dalla velocità del corso, che
 gli sono state date in cambio dell'armi,
 per difendersi dalle bestie, & da i cac-
 ciatori.*

*Qualità. E la lepre secca nel se-
 condo grado, & calda nel principio
 del primo.*

*Scielta. La migliore è la giouene
 presa da i cani nella caccia, con mol-
 to tranaglio, sia d'inuerno, & la car-
 ne si frolli al sereno della notte.*

*Giouamenti. I leporotti son mol-
 to soauì, & grati allo stomaco, cotti
 in acqua, vino, & saluia, ouero arro-
 stiti*

stiti con saluia, & garofani, ò fattone pasticci datoli prima vn bollore: gio- Pasticci :
 uano à quei, che son troppo grassi, &
 desiderano smagrire. Fan buonico- Smagrire
 lore in viso, onde scherzando disse
 il Poeta,

Si quando leporem mitis mihi, Gellia dicis,

Formosus septem Marce diebus eris,

Si non derides, si uertum Gellia narras,

Edicti nunquam Gellia tu leporem?

Il sangue della lepre mangiato
 fritto gioua alla dissenteria, alle po-
 steme de gl'intestini, & a i flussi in-
 uecchiati, rompe la pietra delle reni;
 & della vessica; il ceruello della le- Renelle.
 pre arrostito gioua mangiato altre-
 mor de i membri, & co'l medesimo si
 facilita l'uscita de i denti à i fanciul-
 li, & sminuisce il dolor, il quaglio
 beuuto con aceto gioua al mal cadu-
 co, facendo bagno co'l brodo della
 lepre, conferisce à i podagrici.

Nocumenti. Tardi si digerisce, ge-

X 2 nera

nera grosso sangue, stringe il ventre, induce vigilia, & sogni fastidiosi, genera sangue maleuconico, onde nuoce à i malenconici, & a quei che studiano, & dà poco, & cattiuo nutrimento, & fà malenconico.

Rimedi. E manco nociua cuocendosi piena di lardo, ò di altro grasso, con molte specie aromatiche. Non è buona se non l'inuerno, et per i gioueni, et per i sanguigni.

MONTONE.

*Non Aries facilis coctu est, alimenta ministrat
Pessima, nec gulæ, ventriculone placet.*

Montone.

Nomi. Lat. *Aries.* Ital. *Montone.*

Qualità. E simile alla carne di becco, mà più facile à digerire.

Giouamenti. Non hà in se virtù alcuna, et per questo è stata dalle men-
se sbandiua in molti luoghi.

Nocumenti. La carne del montone, tanto giouene quanto vecchio, è di

catti-

cattiuo nutrimento, difficile à digerire, et infuaue, percioche è di fetido odore, et di cattiuo sapore, et similmente quella della pecora.

Pecora?

Rimedi. Il vero rimedio è di non mangiarne, et sbandirlo dalle mense, come a bominuole, et nociuo, eccettuando in Francia, Spagna, Prouenza, et in molti altri luoghi per i pascoli di rosmarino, salvia, origano, et altre herbe odorifere.

PORCO DOMESTICO.

Sus tibi cænofo sit cæna domesticus ore,

Grata ferat nobis mensa hyemalis aprum.

Nomi. Latin. Cus. Ital. Porco.

Qualità. È caldo nel primo grado, humido nel fin d'el secondo, ma il lattante è più humido, et per questo le porchette si deuono fuggire, perche apportano molto danno.

Porco?

Scielta. Quello è migliore, che sia ne

X 3 trop-

tropo picciolo, nè troppo vecchio, ma di meza età, & sia maschio, & alleuato alla campagna, & ne i monti.

Giouamenti. Dà copiosissimo, & lo deuol nutrimento, mantiene il corpo lubrico, & prouoca l'orina, i preficiutti, & l'altre parti salate son buone per eccitar l'appetito, & per cuocer con l'altre carni, che dà lor gratia, & fa saporito il bere; incide le Hemme.

Bere.

Nocumenti. Nuoce questa carne alle persone delicate, & che viuono in otio, fa venir le podagre, & la sciatica, massime se è di porco lattante, & perche è troppo humida, & tropo viscosa, & di molti escrementi, facilmente si putrefà, & conuertesi nelli humori cattiu, che ritroua nello stomaco, genera flemma, & dolori colici, pietre nelle reni, & opilationi del fegato; le scrofe hanno la carne legnosa, & piena d'humor malenconico,

Scrofe.

conico, generano grosso nutrimento, onde quelli che frequentano il mangiar troppo questa carne, abbondano di molti escrementi, l'asflogna, rilassa lo stomaco, leua l'appetito, prouoca la nausea, & facilmente si conuerte in colera.

Remedi. E manco nociuo il porco mangiato in poca quantità, di meza età, & che la carne sia magra, mà di animal grasso, salipresa, arrotita fresca, con herbe odorate, oueramente cotta nella graticola con sale, finocchio, ò piu artima, che così è più gioconda al gusto, & è più sana, perche non hà tanta superflua humidità; è buona questa carne nei tempi molto freddi, per i gioueni che hanno lo stomaco caldo, & che molto s'affaticano; mà nuoce à vecchi, à studiosi, & ad otiosi.

Cottura.

PORCO SILVESTRE.

*Sustibi canoso sit cana domesticus oro,
 Grata ferat nobis mensa hyemalis Aprum,
 Ille licet curvat de vertice montis, aquosa.
 Carnis erit pluri sed tamen apta cibo est.
 Hunc feritas sylvaq; domant, & inania saxa.
 Post melius posita rusticitate sapit.*

Cignale.

*Nomi. Lat. Aper. Ital. Cignale, &
 porco seluaggio.*

Qualità. E caldo nel primo grado,
 & humido temperatamente, percio-
 che nonhà tanta humidità, quanto
 hà quella del domestico, ilche nasce
 dalla fatica, dall'aria, & da i pascoli.

Scielta. Il migliore è il giouane,
 grasso, & preso nella caccia d'inuer-
 no, & sia frollo.

Giouamenti. E nobilissimo cibo, si
 mangia per il più arrosto, dà copioso
 nutrimento, è carne, che presto si di-
 gerisce, la miglior carne è quella de
 i porci siluestri, che più liberamente
 vanno vagando, & massime ne i monti
 si in-

si infalano questi come i domestici,
& serbansi all'vso, Nell'Isola di S.
Thome, tanto i porci domestici, co-
me i saluaticchi sono ottimi, che si nu-
triscono di quelle canne, onde si ca-
ua il zucchero.

Porci otti-
mi.

Nocumenti. Nuoce à gli huomini
che viuono otiosamente, & à qlli, che
hanno lo stomaco debile, & pieno di
flemme, perche genera escrementi
assai in quelli, & accresce l'humidità,

Rimedi. Si leua il nocumento loro
cuocendosi questa carne in brodo
lardieri, ouero in pasticci con molte
specie, che cosi si confuma la super-
fluità di questa carne, la quale non è
buona se non l'inuerno, per quelli,
che sono colerici, & sanguigni, & che
si esercitano assai.

S P I N O S O.

*Vtere Echino Hilaris, stomachũ fouet, Iliã mol
Humet, & urinae firmat loca laſa fluētis. (lit.
Febribus antiquis cibus eſt aptiſſimus, ægris
Proſicit, & neruis ſale ſi conditus edatur.*

Riccio.

Nomi. Lat. *Echinus, & Herinaceus:*
il maggiore Iſtrix. Ital. Riccio terreſtre: il
maggiore Iſtrice, & Spinoſo.

Qualità. E il maggiore, & minore
ſpinoſo, freddo nel primo grado.

Scielta. Quello ſpinoſo è il meglio-
re, che ſia ſtato per vn gran pezzo
trauagliato nella caccia, in tẽpi mol-
to freddi, & che all'aria ſoſpeſo, ſia
diuentato frolo.

Giouamenti. Dà gran nutrimento,
riſueglia l'appetito, fà dormire, & dà
forza à quelli, che molro ſ'affatica-
no, & la ſua carne mangiata non la-
ſcia ſconciare le grauide, gioua à gli
hydropici, & à quei che patiſcono
elefantia, & renella.

Ne-

Nocumenti. E la carne del riccio, & dello spinoso tarda da digerirsi, genera molta flemma, & molta viscosità, aumenta l'humor malencouico, & nuoce à quei che patiscono le morici.

Rimedi. Perde la sua malitia questa carne, cuocendosi in pasticcio con molte specie, ouero arrosto, con herbe odorifere, aglio, & canella, mà che sia diuentata tenera, & frolla al sereno, & si conuiene ne i tempi freddi, come si è detto.

AVERTIMENTI NELLE PARTI DE GLI ANIMALI.

F Rà le parti de gli animali, alcune son migliori dell'altre, percioche tutte l'estremità, come il capo, il collo, i piedi, la coda, sono rispetto al resto, dure, di poco, & grosso nutrimento, & difficili à digerire, mà più saporite, & migliori sono le parti circa l'ali, circa il collo, circa il petto, & circa il dorso.

*Parti de
gli anima
li.*

PAR-

PARTI DE GLI ANIMALI.

*Quadrupedū effodias oculos, cerebella volucrū
 Vda nimis, calidum ni piper addit erunt.
 Sunt aquea, & pluuio si turgent vbera lacte,
 Carne minus sapiunt, nec sine lacte placent
 Colla, iecurq, calent, collum, sed fortius humet,
 Gallina, Anser, Anas, mollius hepar habent.
 Pes placet anterior, sed non minus ala, tepores
 Aerios non est hæc imitata minus.
 Det volucrum acrios renes coquus, ipse lienē,
 Pulmonem, ventres, siccaq, corda vores,*

Capo.

Capo. Il capo sia d'animale tem-
 perato in compleffione, & di età me-
 diocre: quei di capretto sono me-
 gliori, danno grandiffimo nutrimento
 al corpo, prouocano l'orina, foluono
 il ventre, & eccitano gli appetiti ve-
 nerei, mà mangiandone troppo in-
 grossano l'humor sottile, & generano
 i grossi, grauano lo stomaco, perche
 tardi si digeriscono, & difficilmente
 passano, se nõ si mágiano con sapor
 fatti

fatti con senape, come mostarda forte, ouero con altre cose aromatiche; è il capo caldo nel primo grado, & humido nel secondo; è per i gioueni, & p i colerici buono ne i tēpi freddi.

Occhi. Gli occhi degli animali da pochi si mangiano, sono di natura acqua, sono composti di sostanza dissimile per la grandezza, hanno in se viscosità, onde difficilmente si digeriscono, eccettuando però quei de' capretti.

Occhi.

Ceruello. Ogni ceruello nuoce allo stomaco, & induce nausea, è cibo flemmatico, di grosso nutrimento, difficile à digerire, ma condito con sapore, & cose aromatiche diuentà migliore; il ceruello degli uccelli, massime dei montani è molto buono, mangiato con origano, pepe, & simili aromati, & con aceto, per leuare la loro humidità.

Ceruello.

Zinne. Quā sono co' latte, piacciono molto

molto à i golosi, massime quelle di scrofe, & di vacche, se ben si digeriscono, danno buon nutrimento, mà quando lo stomaco non le passa, generano nutrimento crudo, & viscoso.

Collo.

Collo. I colli de gli uccelli, son come le code de' quadrupedi duri, e difficili à digerire, mà per il moto che fanno, generano manco superfluità. I colli de' colombi arrostiti sono buoni per i conualescenti, & per tutti quelli, ch'haessero poco appetito.

Fegato.

Fegato. Il fegato di tutti gl'animali quadrupedi, è pessimo cibo, perche tardi si digerisce, fatica lo stomaco, e l'aggraua, ritardando la digestione, mà impastato l'animale con fichi secchi, aranti che li amazzi, mà che sia maschio, & giouene, è delicatissimo al gusto, dà vn' ottimo nutrimento al corpo, & particolarmente, sana quei, à cui nel farsi notte manca la vista tale è quello delle oche ingrassate

con

con

con latte, ouero di gallina grassa, ò di porco impastato di fichi secchi, si leua il nocumẽto del fegato cuocendolo bene sinche sia consumato il sangue che tiene, et sia cotto con saluia, ò lauro, poi sia circondato con la ratta, & si cuoca perfettamente, & sopra si ponga succo di aranci. Li fegati delle galline, ò capponi tengono il principato, il secondo luocotiene quello del capretto: il terzo quello delle oche; il quarto quello de' porci, è buon il fegato in ogni tempo, in ogni età, & in ogni complessione, purchè habbi le conditioni sudette.

Polmone.

Polmone. Il polmone tanto è più facile del fegato, & della milza à digerire, quanto è più raro, mà nutrisce meno, et dà nutrimento più flemmatico.

Cuore.

Cuore. Hà il cuore vna sostanza fibrosa, & dura, onde facilmente concuocesi, & digeriscesi, mà condito bene,

bene, & ben digesto dà non poco nutrimento, & buono.

Milza.

Milza. La milza molti piace al gusto, per vna acerbità, che in se cõttiene, mà è di cattiuo nutrimento, e come recetacolo dell'humor malencónico; fà quelli che l'vsano troppo ne i cibi malencònici, quella del porco è manco nociua.

Reni.

Reni. Le reni sono di fastidioso sapore, di cattiuo nutrimento, difficili à digerire, massime de gl'animali vecchi, mà de gli animali gioueni, & che allattano, come quelli di porchetti, & di capretti son migliori.

Trippa.

Trippa. La trippa è buona per le persone, che trauagliano, & faticano assai il corpo, perche è più dura della carne del suo animale, è fredda, & secca nel secondo grado, gioua à quei che sentono grand'ardore nello stomaco, & nel ventre, perche genera humori freddi, nuoce à quei, che patiscono

sono le varici, la lepra, & altri mali malenconici; la migliore è quella dell'animale grasso morto nella sua bella età, ben pascolato netta, & grassa, & sia cotta molto bene, & per lungo tempo in brodo grasso, & lessa cō menta, & spetie assai, & non è buona se non in tempi freddi per i giouani, & per quei che son di calda complessione, & ch'hanno lo stomaco gagliardo, & che molto s'affaticano; il primo luogo tiene quella de i capretti; il secondo di vitella; il terzo della vacca; & il medesimo si può dir de gl'intestini, che si è detto della trippa.

Ale. L'ale degli uccelli sono di ottimo nutrimento, perche non hanno superfluità alcuna.

Testicoli. La sostanza de i testicoli è simile à quella delle mammelle, danno al corpo ottimo nutrimento, moltiplicano lo sperma, & ac-

Y

crefco-

crescono il coito, quei de i galli impastati, & di polastri, sono soau al gusto, & di ottimo nutrimento, & si dice, che tantum nutriunt, quantum ponderat; quelli d'animali vecchi sono di tarda digestione, & grauanano alquanto lo stomaco, mà cuocendofi prima con pulegio montano, & sale, & poi friggendofi con butiro fresco, ò stufati con sughi acetosi, sono mà conociui; conuengono ne i tempi freddi, ad ogni età, & complessioni, ecceto a' decrepiti, & flemmatici.

Piedi.

Piedi. Sono i piedi migliori quei dauanti, perche facilmete per la fatica si digeriscono, generano humori viscosi, & grossi, si deuono mangiare nella prima mensa; i piedi de gli ucelli sono inetti al cibo, mà queide' capretti, d'agnelli, di vitella, ò d'altri animali giouani che fiano di molta fatica, giouano a' colerici, & a' chi hà il sangue sottile, fanno dormire,

nu-

nutriscono copiosamente, saldano le vene rotte sul petto, giouano a' tifici, & eccitano l'appetito, nuocono à quei, che patiscono dolori colici, la podagra, & altri mali delle giunture, e la sciatica; sono buoni d'ogni tempo per i gioueni, & per i colerici, mà fanno danno à i vecchi, & à i podagrosi, mà cuocendosi bene allesto, finche siano disfatti, & poi apparecchiandosi con aceto, zaffarano, si leua loro ogni malignità.

B V T I R O.

Lac dabit Aerij tibi condimenta Butiri.

Nec mirū è gelido marmore flammamicat;

Pectora demulcet ventremq; doloribus apta.

Non sunt plura gule, sed satis ista Coquo.

Nomi. Latin. *Butirum.* Ital. *Butiro.*

Butiro.

Qualità. E il butiro caldo, & humido nel principio del primo grado.

Scielta. Il migliore è il fresco, &

Y 2 dol-

dolcissimo, & quel di pecora è più lodato, che si caua dalle ricotte, pestate bene con acqua tepida, & poi gittata da alto in acqua fresca, che di sopra viene à galla; il butiro il quale si mette nelle pampane, & tiensi à congelare in cantina, fatta ribollire poi quell'acqua, se ne ricaua la ricotta, aggiungendoui prima vn poco di sale.

Giouamenti. Purga valentemente, et mangiasi con zucchero, et con mele, per maturare i catarrhi grossi, che tira fuori le superfluità, che sono raccolte nel petto, et ne i polmoni per freddo, sana l'asma, et la tosse, massime mangiato con mele, et amandole amare, mitiga i dolori, nutrisce assai, et bene.

Nocumenti. Rilassa lo stomaco, et l'indebolisce à chi molto l'vsa, induce la nausea, et dispone alla rogna, et alla lepra.

Butiro di ricotte.

Lepra.

Rime.

Rimedi. Gli si leua i nocumenti mangiando appresso di quelli cibi cōfortatiui, stitichi, et astringēti, ouero zuccaro rosato vecchio, è buono in ogni tempo, et conferisce a' gioueni, et a' i vecchi, che purga loro il catarro, cuocesi, per conseruarlo con sale, et riferba la sua virtù, di aprire, et nettare il petto. *Conserua.*

C A S C I O .

*Si calet antiquus siccescens Caseus, humet
Et gelidus nouus est, inter utrumq, placet.
Si nouus impinguat, siccatur vetus, attamē ambo
Et capiti, & stomacho, pectoribusq, nocent.
Mensa ferat medium, vel nullum, renibus illis
Sunt nocui, & iecori nil habet iste boni.*

Nomi. Lat. *Caseus.* Ital. *Cascio, & Cacio.* *Cacio.*

Qualità. E freddo, et humido nel secondo grado il fresco, ma il vecchio è caldo, et secco.

Scielta. Il cascio buono è il fresco, fatto di latte temperato, et che sia di ottimo pascolo.

Giouamenti. Mollifica, & ingrassa il corpo il fresco, è gratissimo alla bocca, & non nuoce allo stomaco, & di tutti gli altri cascij è più digestibile, mà che non sia troppo condensato, & si hà da mangiare quel giorno che si fà; il pecorino è il migliore degli altri, il vecchio fa molti danni, & per questo si mangi in poca quantità che serua per sigillo dello stomaco; perche,

Casus est sanus, quem dat auara manus.

Nocumenti. Il vecchio difficilmente si digerisce, induce la sete, infiamma il sangue, fà la pietra, oppila il fegato, passa tardi, & offende le reni, massime à chi hà lo stomaco assai debole.

Rimedi. Mangiandosi seco in compagnia noci, mandorle, pere, & mele, e manco nociuo, non s'hà da usare troppo, è pasto di dura digestione, & ricerca vn gagliardo stomaco, &

si

si conuiene, à gioueni faticanti, &
non a' vecchi, & otiosi.

L A T T E.

Dulce sapit subito cur lac putrescit, aquosum est.

*Quod prestat? capre post? ouis inde? Euis.
Cui nocuum? Capiti, putridis, & febris, ora
Inficit, & nervos sed bene pectus alit.*

*Quando bibam? primum quum fugis ab ubere,
somnia*

*Huic m' meo, & matus, mixtaq; mensa nocet.
Tot petis, unum oro: cur in contraria fertur,
Et modo lac referat, & modo fluxa tenet?*

Nomi. Latin. Lac. Ital. Latte. Latte.

Qualità. E humido nel secondo
grado, & quanto al caldo è tempera-
to; è composto di tre sostanze, l'yna
acquosa, detta siero, che è freddo, &
humido, nitroso, & solutiuo; la se-
conda è grossa detta butiro, & è tem-
perata; la terza è grossa, della quale
si fa il cascio, & questa è grossa, visco-
sa, & stematica.

Y 4 Sciel.

L'asinino. *Scielta.* Il più pregiato latte è l'humano, il secondo il bouino, il terzo è il pecorino, il quarto è il caprino, et l'ultimo è il bufalino.

Giuamenti. Accresce il ceruello, ingrassa il corpo, gioua à gli ethici, leua l'ardore dell'vrina, nutrisce assai, fa bello colore del corpo, accresce il coito, leua la tosse, allegra il petto, et ristora i conualescenti, et itifici, beuendone alla quantità di trè oncie, con vn poco di zuccharo dentro, et poi non si mangi nulla; et non si beua, non si moua, et non si dorma, finche non sia digerito.

Nocumanti. Nuoce à chi hà la febre, à chi hà doglia di capo, a chi patisce dolori colici, a chi hà male a gli occhi, a i catarrosi, a chi ha la pietra, à gli opilati, a i denti, et alle gengiue.

Coditura.

Rimedi. E manco nociuo se auanti che si beua vi si pungà dentro vn poco di sale, ò zuccharo, ò mele, accioche

che nello stomaco non si congeli, et si piglià digiuno. E buono ne i tempi caldi per i gioueni, et per quei che hanno buono stomaco, et non per i vecchi.

C A P I D I L A T T E.

Pectoribus confert, vires gerit atque butiri.

Flos lactis, capiti, ventriculoq, nocet.

Nomi. Sono i capi di latte il fiore del latte, poco dal butiro differenti, & si cava no dopò che il latte è bollito vn poco.

Qualità. Sono caldi, et humidi nel primo grado.

Capi di latte.

Scielta. I buoni sono i freschissimi. et fattià fuoco lento, quando si leuano dalla massa del latte.

Giuuamenti. Sono pettorali, come il butiro, et aggradeuoli al gusto, et leuano l'asprezza, et siccità dello stomaco.

Nocumēti. Tardi si digeriscono, anzi sopra nuotano a gli altri cibi, son di
gros-

grosso nutrimento, & facilmente fanno vapori che ascendono alla testa.

Rimedi. Sono manco nocivi, se si mangiano in poca quantità, & si mangino con zucchero, o mele dopò pasto. E pasto più da gioueni, & colerici, che da vecchi, perche ricercano lo stomaco gagliardo.

GIONCATA.

*Ventriculi ardorē extinguit lac nomine iunior.
Atque sitim sedans prava alimenta parit.*

Nomi. Lat. Gioncata, da i gionchi, ne quali si conseru.

Qualità. E freddo nel secondo grado, & humida temperatamente.

Scielta. La buona è quella, che è di latte, alquale non sia stato leuato il butiro, che sia fresca, & di ottimo pascolo.

Giouamenti. Smorza la sete, & l'ardore dello stomaco a chi l'ha molto caldo, & potente per digerirla.

Nocumenti. Ristringhe il petto, & perche manda vapori al capo fa talhora soffocatione, & lincope, & come ogni latte quagliato, & congelato, subito mangiato si putrefa, & se dopo pasto si prende, fa discendere a basso tutto il rimanente del cibo indigesto, & crudo; si digerisce con difficoltà, & bisogna hauere gagliardo stomaco; genera vn nutrimento grosso, che fa venire la pietra, fa venire la *Pietra* lienteria, & è cibo da usarsi nei tempi molto caldi, & è più conforme a i gioueni, & a i colerici, che a i vecchi.

Rimedi. Si mangi di rado, con zucchero, per primo pasto.

R I C O T T A.

*Ventriculo, nervisq, recēs inimica Recocta est,
Conciliat somnos, sedat, & esā sitim.*

Nomi. Lat. *Recocta.* Ital. *Ricotta.*

Qualità. E fredda, et secca nel primo

mo

mo grado.

Scielta. La buona è quella fatta di ottimo latte, & fresca.

Giouamenti. Gioua a gli huomini di calda compleffione, conferisce a chi ha il fluffo di humori colerici, fmorza la fete, & l'ardor della collera, & prouoca.

Ricotta
Renelle. *Nocumenti.* Nuoce allo stomacho, massime freddo, & indebolisce i nerui; & la salata è peggior della fresca perche dà cattiuissimo nutrimento, fa venir fete, restringe il ventre, genera ventosità, accresce la renella, & la pietra nelle reni, et ne i vasi orinarij; difficilmente si digerisce.

Rimedi. E manco nociua mangiandola molto fresca, et calda in vltima mensa, con molto zuccaro, et in poca quantita; son buone per i gioueni, et i colerici, et per quei, che faticano assai, et se ne può mangiare d'ogni tempo; se ne caua il butiro, come si è detto

detto nel capitolo del Butiro, la fiorita è migliore assai,

Fiorita

AVERTIMENTI NE

GLI UCCELLI.

LE differenze della natura degli uccelli si discernono dal tempo, dall'età, dal vitto, dal luogo, et dall'aria, et dall'esser castrati. Bisogna dunque considerare il

Differenze

Tempo. Perche nel tempo, che vanno in amore, tanto i domestici, quanto i saluaticchi, sono poco atti a i cibi, percioche si estenuano per la fatica, et per la sollecitudine non mangiano, ilche manifesto appare ne i domestici, che le galli nel'inverno, che vanno in amore si ingrassano assai, si fan tenere; altri uccelli poi sono migliori la state, nel qual tempo mangiano le biade; altri l'autunno, perche mangiano vue, fichi, pomi, bacche, et altre cose simili; altri hanno

tempo.

hanno più grato l'inverno, come le merle, i tordi, l'ocche siluestre, le grue, e tutti li vccelli acquatici.

Vitto.

Vitto. Perche altri si nutriscono di carne, come sono l'aquile, i nibij, gli auoltori, & altri ch'hanno l'vgne adunche, che non sono riceute ne' cibi; altri mangiano i vermicelli: & molti viuono di biade, come palumbi, i piccioni, le tortore, & altri simili; & in somma altri si nutriscono in terra, altri ne i fiumi, altri ne' laghi, & altri nel mare, e non pochi se ne ritrouano che si pascono d'herbe; & è da sapere, che oltre a ciò le carni degli vccelli seluaggi, sempre hanno il sapore di quelle cose, delle quali si pascono, come di formiche, di vermi, di pesci, di loto, & di fango.

Luoco.

Luoco. Sempre gli vccelli montani si preferiscono a i campestri, & a quelli delli stagni, paludi, o laghi, che per la varietà de i luoghi, si variano
ancora

ancora le carni nell'esser secche, & vuote d'efcrementi, facili à digerire: oltre à ciò più foave, & più vtile si fa l'animal castrandolo, come apparisce nei capponi.

Età. Perche la carne de gl'uccelli gioueni, sempre è migliore di quella de' vecchi, la quale è dura, secca, fibrosa, difficile à digerire, & pochissimo nutrimento. Mà veniamo hora alle carni d'uccelli particolari, che vengono in vso de' cibi.

A N I T R A.

*Tota tibi apponatur Anas, sed peTore tantum,
Ex ceruice sapit, cætera redde coquo.*

Nomi. Lat. Anas. Ital. Anitra.

Qualità. E calda, & humida nel secondo grado. *Anitra.*

Scielta. La buona è la giouene, grassa, & trolka, & la saluatica.

Giouamenti. L'anitra è più calda di

di tutti gli uccelli domestici, le sue
 alle, & il fegato sono molto lodati,
 perche danno presto, & buono nutri-
 mento; quando è grassa, ingrassa,
 & molto nutrice lo sperma, accende
 la libidine, & caccia la ventosità, dà
 forza al corpo. Il fegato dell'anitra
 è delicatissimo, è molto sano, e
 sana i flussi hepatici. È molto lo-
 dato il petto dell'anitra, e la ceruice
 ancora.

Nocimenti. È di dura digestio-
 ne, & di grosso nutrimento. A quei che
 sono di calda complessione accende
 la febre, & gl'infiamma, oltre che que-
 sta carne è difficile à digerire, è di
 cattiuo, & escrementitio nutrimento.

Rimedi. Sono manco nociue le
 saluatiche, & le giouani, & che morte
 due giorni prima si frollino al sere-
 no, poi si mangino arrostitite piene
 d'herbe odorifere, & specie. Le vec-
 chie sono pessime, massime quelle che
 stanno

Cottura.

stanno nelle città, che si nutriscono di fango, & di sporcitie. Le migliori sono quelle che stanno all'aere libero, all'acque correnti, che sono più grate al palato, di migliore nutrimento, le infalate, & vecchie si lascino à Giudei, che le mangiano di continuo, onde non è merauiglia se diuentano per il più malenconici, & hanno cattiuo colore, nero, & plumbeo. Si conuengono l'anitre ne i tempi freddi, à quei ch'hanno lo stomaco molto caldo, e che fanno molto esercizio.

Giudei.

B E C C A F I C H O.

*Et capiti, & stomacho, & vètri Ficedula pinguis
Vtilis, ac febris noxia semper erit.*

*Si sapit, & calida, arescit Ficedula, quæris
Cur piper? ut melius si bibis inde coquas.*

*Nomi. Lat. Ficedula. Ital. Beccaficho, p- Beccaficho.
che mangia i fichi, del qual disse il Poeta.*

*Cum me ficus alat, cum pascas dulcibus vuis,
Cur potius nomen non dedit vna mihi?*

Z

Que-

Questo nome l'hanno solamente l'autunno, mentre mangiano fichi, & ne gl'altri tempi si chiamano Melancorifi, perche hanno negra la cima della testa, onde si legge quel verso,

Su^o Melancoriphus quod mihi fruscus apex.

Qualità. Sono i beccafichi caldi, & humidi nel primo grado.

Scielta. I migliori sono i grassi, nel tempo che si nutriscono di fichi, & dell'vua, ben maturi.

Giouamenti. Sono nelle tauole de i Signori molto stimati, perche sono al gusto delicati, si digeriscono facilmente, & nutriscono valorosamente. Danno ottimo nutrimento, non grauanano lo stomaco, anzi lo confortano, lo ristorano, & lo fortificano, risue-

**Conuale-
scenti.** gliano l'appetito, massime à i conualescenti, sono cordiali, generano spiriti vitali, per questo fanno stare allegri quelli che li mangiano.

Febricitanti. Non sono buoni à i febricitanti.

bricitanti, & perche facilmente per la gentile sostanza loro si conuertono in quelli humori putridi, che ritrouano nello stomaco.

Rimedi. Si cuocono i beccafichi grassi, cō fette sottili di lardo, & frō- *Cottura.*
di di saluia, ouero si cuocano in bicchieri larghi sēza piedi, mettēdo prima vn strato di fiore di lardo, mescolato cō sale, & fior di finocchio, & sopra ponēdo i beccafichi bē netti, gitādoli sopra della mistura medesima, & poi coperto di bicchiero cō carta bianca bagnata, si metta sopra la cenere calda, & si cuocano; ouero si rinuoltino cō la medesima mistura nelle pāpine, & si cuocano sotto la cenere.

CAPPONE.

*Sit Puer aut falso Cibeles pro nomine pœnas
Exigat, & posito sit tibi teste Capus.
Sic bene pinguit eris, sic iam dormire licebit
Et pariet Raucæ fercula plura gulæ.*

Z 2 Nomi.

Capponè.

Nomi. Lat. *Cadus.* Ital. *Capponè,* &
Gallo castrato.

Qualità. E il capponè temperato
in tutte le qualità.

Scielta. Il migliore è il giouane,
grasso, ben pasciuto, & alleuato alla
campagna aperta.

Giouamenti. Dà migliore nutri-
mento, che tutti gl'altri cibi, nutrisce
molto, accresce il coito, & si preferi-
sce à tutte le altre carni, perche ge-
nera perfetto sangue, & agguaglia
tutti li humori, fà buono ceruello, ec-
cita l'appetito, si conuiene à tutte le
Vista. complessioni, gioua alla vista, forti-
fica il calore naturale, mà non biso-
gna che sia troppo grasso.

Podagre.

Nocumenti. Nuoce alle persone
ociose il mangiarne molto, per la grã
copia di sangue che genera, & per
questo fà venire le podagre, alquale
male sono i capponi medesimi sot-
toposti.

Rimedi.

Rimedi. Bisogna mangiarne poco, & fare molto esercizio; è buono à tutti i tempi, à tutte le etadi, & à tutte le complessioni, & per questo da molti viene detto quapone.

C O L O M B I.

Cellaris mihi sint conuiuia prima Columbae.

Cum fugit hęc nidos ausa volare suos.

Tunc calidi humentisq; cibi est facilisq; culinae

Obtusi nimirum prima cruoris erat.

Condiat hanc labrusca tamen dum sirius ardet;

Et repleant calidos acria poma uteros.

Nomi. Lat. Colombi. Ital. Piccioni.

Colombi

Qualità. Sono i piccioni caldi, & Piccioni

humidi nel secondo grado, i saluatici sono più caldi, & manco humidi.

Scielta. Quei che stanno in colombaia, & nelle torri sono i migliori di tutti, massime quando escono de' nidi, & cominciano à buscarsi da mangiare, & sono ben grassi.

Z 3

Gio-

*Piccioni
Casalèghi.
Piccioni
ditori.*

Giouamenti. I piccioni così i casalèghi, danno lènghi, come quei delle torri, danno buono nutrimento, generano buono sangue, conferiscono à i vecchi, & à i flemmatici, corroborano le gambe, sanano i paralitici, accrescono il calore à i debili, aiutano venere, purgano le reni, & facilmente si digeriscono. Vlandoli al tempo della peste saluano dalla contagione, purchè non si mangi altra carne. I seluaggi sono molto lodati nelle passioni delle giointure, & conferiscono alla vista, che è debole per mancamento de spiriti visui, & giouano al tremore di tutto il corpo, & accrescono le forze.

Vista.

Nocumenti. Offendono le còplexioni calde, acendono il sangue, onde non si conuengono à febricitanti. Grauanò la testa, & specialmente le teste loro, & infiammano il sangue, & molto maggiormente ciò fanno i seluaggi.

seluaggi, iquali son di difficile digestione, come sono anche i casalenghi, iquali generano la schirantia, & fanno venire la febre. Piccioni casalèghi.

Rimedi. Leuandosi loro la testa sono manco nociui, & parimente cuocendosi in brodo grasso, stuffati con agresta, prugne, guiscirole, ò con aceto, & coriandoli. Sono buoni l'inverno per i vecchi, & per i flemmatici.

FAGIANO.

Phasidaiam uelat Argos auem, quassata recardat,

Debuerat primo discubuisse thoro.

Illaeuis stomacho est, suaves imitata tepores,

Non uolet in mensas rustica turbat uas.

Vix sicca est, Volucrũ primi huic ðbẽt honores

Nec male, cum fuerit Regius ante puer.

Nomi. Lat. Phasianus. Ital. Fagiano, & fasano, perche fasano; chiamasi cosi da Phase fiume di Colchi, perche iui è gran moltitudine di questi ucelli. Fagiano.

Qualità. E la carne del fagiano tẽ-

Z 4 perata

perata in tutte le qualità, & è mezzanatra quella della perdice, & del cappone.

Scielta. I migliori fagiani sono i gioueni grassi, & presi in caccia.

Giouamenti. La sua carne è temperata, alla natura humana conuenientissima, & è cibo da Principi, & gran Signori, conforta, & corrobora lo stomaco, è di gran nutrimento, ingrassa, & i macilenti, & estenuati con questo cibo, subito si rifanno, & così gli ethici, & tifici, & conualescenti, accresce, & vigora tutte le virtù, & da questo cibo non si genera souerchia humidità; la carne del fagiano in somma è miglior di quella de' polli, perche è più secca per l'aria, per il nutrimento, & per l'essercitio maggiore che fa.

Nocumenti. Il souerchio uso dei fagiani, fa venire le podagre; mà perche i fagiani non danno solido nutrimento,

Podagre.

mento.

mento, mà generano sangue sottile, per questo non è cibo conueniente à contadini, nè à quelli, che s'affaticano assai, che à questi si conuengono cibi grossi, & viscosi.

Rimedi. Bisogna mangiarne moderatamente, e farne parte a' Medici; è buono il fagiano l'autunno, & l'inuerno per tutte l'etadi, & complessioni delicate.

G A L L I N E.

*Est Gallina cibus nulli bonitate secunda,
Si Vesperlinus subito te oppresserit hospes,
Hec gallina, mallum, respondet dura palato,
Doctus eris vinam musto mersare falerno.
Hæc teneram faciet.*

Nomi. Latin. Gallina. Ital. Gallina. Gallina.

Qualità. La carne della gallina è temperata in tutte le qualità.

Scelta. La negra è la miglior cò la cresta eleuata, & doppia, co'l pizzo rosso, & sia grassa, et giouene, et che non habbia

*Gallina
negra.*

habbia ancora fatto oua, & le saluatiche son le migliori.

*Galline
saluati-
che.*

Ciouamenti. Dà al corpo humano gran nutrimento, facilmente si digerisce; quando è frolla genera buono sangue, & essendo carne temperata, non si conuerte in collera, ne in flemma, ma genera buon sangue, & restaura l'appetito, accresce l'intelletto, chiarifica la voce, & hà mirabil proprietá nel temperar le complessioni humane, & il medesimo fanno li pollastri, che non habbino cominciato a cantare, ne a montar le galline, che i lor testicoli son di nutrimento grandissimo, & quando son grossi facilmente si digeriscono, & si cõuēgono in ogni tempo, e in ogni età, massime la state i pollastri cotti con l'agresta.

Nocimenti. Le galline vecchie difficilmente si digeriscono.

Rimedi. Bisogna frollarle, il che si fa

pre-

presto affocandole viue co'l vino, facendo bollir con loro vn rametto di fico, ò vna noce dentro.

G A L L O.

Est vigil excubitor Gallus, Timere leones.

*Quē Lybici, huic sicca est, & male grata caro
Maxima testiculis positus tibi gloria Galle,
Somno, aluo, Veneri gratus est, & Cybeli.*

Nomi. Lat. Gallus. Ital. Gallo.

Gallo.

Qualità. La carne del gallo è più calda di quella delle galline, & più secca, & è nitrosa.

Scielta. Per medicina s'eleggano i galli vecchi.

Giouamenti. Sono vtili più per medicina, che per cibo, percioche il lor brodo beuto dissolue le ventosità, & gioua a quei che patiscono dolori colici, muoue il corpo, prouoca venere, & il sonno.

Nocimenti. Hà carne dura, & difficile a concuocersi.

Rimedi. Bisogna frollarli bene.

GAL.

GALLO D'INDIA.

*Galli Africani impinguunt, gignuntq, podagras,
Illorum tamen est optima mensa caro.*

Nomi. Lat. Gallus. Africanus. Ital.

*Gallo d'India. Gallo d'India, se ben furono portati in
India. Italia non dall'India, mà dall'Africa, per
cibo de' Prencipi.*

*Qualità. È caldo, & humido nel
secondo grado.*

*Scielta. I migliori galli d'India
sono i gioueni, & quelli che sono in-
grassati alla cāpagna, morti d'inuer-
no, & fatti frolli all'aria della notte.*

*Giouamenti. Di sapore, & di bontà,
& di nutrimento non cedono i polli
d'India a' polli nostrani, anzi la loro
carne è ottima, & candidissima, &
supera tutte l'altre nell'esser grata al
gusto, & nell'esser sana, percioche è
più facile à digerirsi, di migliore nu-
trimento, & di minore superfluità, &
gene-*

genera ottimo sangue, purchè sia bē frolla, et ben cotta arrostita, cotta in forno, ò bene cotta à lessò, ristaura i deboli, et i conualescenti, accresce lo sperma, et inuita al coito.

Nocumenti. Nuoce à chi nō si essercita, et fà venire catarri, et podagre. *Podagre.*

Rimedi. Bisogna mangiarne di rado, et in poca quantità, et arrostito con specie.

L O D O L A.

*Igneas Galeata mihi est præpinquis Aluada,
Sibrevior, ne sit cæna molestam mihi:
Durius alius erit sed ius dabit illa solvens,
Cit male quod nocuit sponte iuuare solet.*

Nomi. Lat. Aluada, & Galerita. Ital. Calādra.
La maggiore si chiama Calandra, che hà Lodola.
il capello in testa, & la minore Lodola,
senza cresta, & picciola.

Qualità. Sono calde, et temperatamente humide.

Scielta. Le migliori sono le minori,
ma si.

massime quando son grasse.

Giouamenti. Le lodole, che l'autunno se ne trouano in gran copia, & parimente l'inuerno, che sono grasse, danno buon nutrimento, eccitano arrostate l'appetito, facilmente si digeriscono, massime arrostate con salua, & lardo, ò lesse con diuersi condimenti, mà bisogna che siano ben cotte, grasse, & gioueni, son buone l'autunno, & l'inuerno a tutte le complessioni, & la galerita lesa in brodo, gioua alli dolori colici, & al medesimo vale la sua cenere.

Nocumenti. E questo uccello senza nocumento alcuno, eccetto che i vecchi difficilmente si digeriscono.

Rimedi. Questi uccelli vecchi bisogna mangiarli ben conditi, & siano freschi. Pelati si conseruano nella farina.

MER-

M E R L I.

Si mihi pinguis erit Merulus, tua gloria cedat
 Turde, salutiferos vult mea mensa cibis.
 Igneus ardor inest maior tibi sistitis ambo,
 Tu grauior redolens ni tibi bacca fauet.
 Si tamen aucupijs, laqueo vel rete latenti,
 Falletis, inde mihi non minus ipse places.

Nomi. Latin. Merulus, & Merula.
 Ital. Merlo, & Merla.

Qualità. Sono i merli, & le merle *Merli.*
 calde, & secchi nel principio del se-
 condo grado, come i tordi.

Scielta. Li migliori sono i grassi, &
 presi ne i tempi molto freddi.

Giouamenti. Tanto i bianchi, come
 i negri, nutriscono assai, quando son
 gioueni, & grassi, molti stimano che
 la lor carne sia migliore di quella de
 i tordi, mà s'ingannano manifesta- *Tordi.*
 mente, percioche quella de i tordi è
 più soaue, anzi non mancano di qlli,
 che hanno in odio i merli, perche si
 nutri-

nutriscono di vermi, et di locuste.

Nocumenti. Sono difficili à digerire, et la loro carne è dura à digerire, massime quando sono vecchi, & nuocono à i vecchi, & à quelli che patiscono emicrania, & frenesia.

Rimedi. Sono màco nociui cuocèdo si in brodo di buona carne, stufati cō petrosेमоло, & altre herbe aperitiue

OCHA.

*Anser. Anasq, tibi sit plena domestica succo,
Si validi es stomachi, rustica dura nimis.*

*Anseribus magis ardet Anas, præstantior alis,
Est cibus, hæc profunt vocibus, & veneri.*

Ocha.

Paueri.

Nomi. Lat. Anser. Ita. Ocha, & Paiero.

Qualità. E calda nel primo grado, & humida nel secondo; i paueri sono più caldi, & humidi.

Scieltà. I paueri sono li migliori, mà grassi, alleuati alla campagna & vicino all'acque, le migliore parti sono il fegato, & l'ale.

Gio-

Giuuamenti. La carne dell'ocche giouani dà buono nutrimento, & ingrassa quei che sono magri, & macilenti. Pasciute l'ocche di latte, fanno il fegato molto giocondo, che nutrice assai, si digerisce bene, & è di ottimo nutrimento; la palma de' piedi dell'ocche, arrostita, & cotta integamente con creste di gallo, sono al gusto gratissime; la carne dell'ocche, accresce lo sperma, accende la libidine, & fa la voce più acuta, & più chiara, sono l'ocche utili per molti rispetti, cioè per la piuma, per la carne, & per lo sterco, & per il grasso.

Nocumēti. E la carne dell'ocha difficile à digerire, hà molte superfluità, è più calda che quella de i colombi, & per questo non si conuiene à febri-citanti, massime quella dell'ocche vecchie, che de i paueri è manco nociua: gli Hebrei ne mangiano assai, & però sono malenconici, & scoloriti. *Hebrei.*

A a

Rimedi.

Rimedi. Si leua il nocumento delle vecchie, lessandole bene, & i gioueni arrostandoli con herbe odorate, & specie; l'ocche saluatiche sono migliori delle domestiche, si conuencono l'inuerno, à quei ch'hanno lo stomaco molto gagliardo, & che fanno molto esercizio, onde à vecchi non sono molto conuenienti, massime la state.

O V A.

*Ouū alis, & recreat, coitūq, & semē andauget,
Semper nata modo, si sapit, oua bibe.
Humida sunt celerisq, cibi, flammæq, tepentis,
At durata, time, nec diuturna uores.
Mollia pectus alunt, ruffim sedantia, raucis
Vocibus apta nimis, gaudia nobis agunt.
Hæc stomachum mulcent, renes, iecur optima
ventri,
Vessicam mira sedulitate fouent. (scunt,
Sunt bona, sed facile, & subito tamē oua putre.
Sic nihil ex omni parte iuuare potest.
Nomi.*

Nomi. Lat. *Oua*. Ital. *Oua*.

Oua

Qualità. Son calde, & humide temperatamente, perche il bianco è freddo, & il rosso è caldo, & tutti due hanno dell'humido.

Scielta. Quelle delle galline grasse, pasciute di grano, & che son calcate da' galli, & nate fresche sono le migliori, & dopò quelle de fagiani, mà quelle dell'ochie, & dell'anatre sono cattive, perche hanno graue odore, & difficilmente si digeriscono, & per questo si eleggano di galline giouene- *Oua buone.*
ni, & siano piccole, & lunghe, & fresche, piccole, perche vengono da animale giouene, & grasso, lunghe, perche dimostrano la fortezza del calore, & per questo, à questo proposito si dice questo distico,

Regula Doctorum debet pro lege teneri,

Quod bona sint ova, parvula, longa, noua.

Giouamenti. Nutriscono molto, & presto prouocano il sonno, onde

A a 2 son

son molto conuenienti à i vecchi, & à i conualescenti, eccitano il coito, accrescono lo sperma, giouano a tifici, allargano il petto, rischiarano la voce, massime le forbili, & le tremule, beute con vn granello di sale, quelle che si chiamano sperdute, sono migliori mangiate con sale, & cō specie, & agresto, perche bollite co'l guscio loro, si proibisce la esalatione de' lor vapori, le dure difficilmente si digeriscono, ma di tutte le fritte son più difficili.

Notamenti. Tardano la digestione, se appresso loro si mangiano subito altri cibi, si conuertono facilmente in quelli humori, che ritrouano nello stomaco, le dure son difficili à digerire, & fanno venir le lentiagini nella faccia.

Rimedi. Si mangiano le fresche, & si m̃agi solamēte il rosso, & tra l'oua, & altri cibi si ponga qualche intervallo

uallo di tempo, & non mangino mai
co'l pesce.

P A S S E R I.

Ardet, & est mollis Passer durissimus aluo,

Si vis esse salax, hic cerebella dabit.

Cur neget? huic subitam sunt adducetia mortē

I, Venus hinc, solas ni modo perdis aues.

Passero.

Nomi. Lat Passer. Ital Passero.

Qualità. E più caldo di tutti gl'al-
tri uccelli, & è la sua carne secca, &
però essendo calidissimo, è tanto lus-
furioso, et per questo non finiscono
l'anno i passerì.

Scielta. Si eleggano i passerotti na-
ti nelle torti, ò ne i monti, nel tempo
dell'autunno, che si pascono di vue,
& grani, et sono più grassi, et acqui-
stano buon succo, nè sono tanto lus-
sufuriosi; il passer solitario è mi-
gliore.

Passero

Giouamenti. I passerotti danno buon *troclocidite*
nutrimēto, & aiutano il coito, il passe *de.*
ro troclocidite hà mirabil virtù cō-

tra le pietre delle reni, & della veflica

Nocumenti. Sono i passeri ingrati al gusto per la troppo ficcità loro, difficilmente si digeriscono, infiammano, & generano cattiuo nutrimento, cioè colerico, & malenconico, & eccitano la libidine.

Rimedi. Bisogna mangiarne in poca quantità, & le femine, & i passerotti, & l'autunno, che sono nutriti d'vua, & di grani.

PAVONE.

Cui bene seruata nocuit custodia vacce,

Ignex cui flamma est, cui caro lenta putret;

Qui licet oblectet, sitq; in regalibus ingens

Delitium, pigre, nec leuis ille dapis.

Si tamen ante alios, Pavonem, hortensius edit;

Sic avis emeruit, dira salaxq; Venus.

Pavone.

Nomi. Lat. *Pauo.* Ital. *Pavone.*

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo.

Scielta. Il migliore è quello, che è alle-

alleuato in buon'aria, & sia giouene, & frolo.

Giouamenti. Nutrisce assai, massime quei ch'hanno lo stomaco caldo, & che si essercitano.

Nocumenti. Sono di dura, & tarda digestione, generano fangue malenconico, & dāno cattiuo nutrimento, nuocendo à chi viue in cōtinuo otio. Sono questi animali dannosi à gli horti, & à i tetti.

*Pauoni
dannosi.*

Rimedi. Si mangiano i gioueni, & che siano ben frolli, & che siano stati per alquanti giorni appesi per il collo, con vn gran peso à i piedi l'inverno al sereno, arrostiti con garofani, & altre cose simili.

P E R D I C E.

Obfuit ingenium Perdici, effrena libido.

Pernicet, Aucupium ni modo fallat avis.

Grata tepescenti stomachum siccata liquore,

Cor tumidumq; potest prima fovere iecur.

A a 4

Sì

*Si timet excelsos cum sit leuis illa, volatus,
Palladia casus seruat ab arce suos.*

Perdice .

Nomi Lat. Perdix Ital. Perdice, & Starna montana, che hà il becco rosso.

Qualità. E calda nel primo grado, & secca nel secondo.

Scielta. Il migliore è il giouene, & maschio, chiamato Pernicone.

Giouamenti. Genera buono, et sottil nutrimento, presto si digerisce, ingrassa, dissecca la humidità dello stomaco, et conferisce à conualescenti; è ottima; et lodata più della gallina; accresce il coito, et non lascia far corruttione nello stomaco; conferisce mirabilmente à quei ch'hanno il mal Francesè, il fegato gioua al mal caduco, mangiato vn'anno continuo, hauendo però la licentia da chi si conuiene.

*Mal Fran
cese.*

Nocumēti. Le vecchie sono di durissima carne, et di cattiuo sapore; nuoco no à i malēcōici, et restringon il corpo

Rimedi.

Rimedi. Non si mangino se nō gio-
uinette, et le vecchie si frollino l'in-
uerno al sereno della notte.

STARNA

*Extern a est volucris quæ vulgo Starna vocat̃
Cũt Venerem, huic cædit Gallica dira lues.*

Nomi. Lat. *Externa.* Ital. *Starna.*

Starna.

Qualità. E la sua carne temperata.

Scielta. Le migliori son le giouani,
le frolle al sereno.

Giouamenti. E la sua carne simile à
quella della pernice, di buon nutri-
mento, & dicono che guarisce il mal *Mal Fran*
Francesce, seguitando per vn'anno *cese.*
mangiar' ogni dì vna starna, et non al
tro, hauendone però debita licenza
da chi si conuiene.

Nocumenti. Le vecchie son diffici-
li a digerire, et generano cattiuo, e
malenconico humore.

Rimedi. Si mangino le giouani, et le
frolle, et ben condite.

QVA-

Q V A G L I A.

Sint autumnales croceo tibi pabula lumbo,

Sive Coturnices, sive vocas Qualeas.

Sē sibus hęc mala sūt, tenebrisq; replētia fuscis

Ventri inuisa, malis febribus exitium.

Si tamen vlla tuos circumuolitauerit orbes,

Cęna tibi non sit, sed leue prandiolum.

Quaglia. **Nomi.** Lat. *Coturnix.* Ital. *Quaglia.*

Qualità. E calda nel primo, & humida nel secondo grado.

Scielta. Si eleggano quelle, che sian nudrite in luoghi doue non sia l'ellaboro, che sia presa da vccelli di rapina, e che sia grassa, & ben frolla.

Giouamenti. Gioua à malenconici, che con la loro humidità temperano la siccità di quello humore, son di gran nutrimento, & grate al gusto.

Nocumenti. Si corrompono facilmente, & preparano i corpi alle febbri, & generano tremore, & spasmo, & mal caduco, secondo alcuni, perche

Mal caduco.

che questo uccello patisce di questo male, quantunque molti dicano, che questo non s'intende delle quaglie, mà d'vn'altro uccello maggiore: in somma non bisogna usarle troppo spesso, perche generano escrementi vitiosi, & prontissimi à putrefarsi, & quelle grasse rilassano lo stomaco, & fanno perder l'appetito; se adunque alcuno vorrà mangiarne, elegga le quaglie gioueni, & ben carnose, mà non troppo grasse.

Rimedi. Con l'aceto, & co'l coriandro se gli leua la malignità loro. Bisogna mangiarne di rado, & l'autunno, quando hanno il gozzo pieno di grano, oueramente si nutriscono in casa; non si conuengono a' vecchi, nè a flemmatici; l'autunno son manco nociue, come s'è detto, che in altra stagion dell'anno, & si de- uono arrostitir con diligenza, ne si de- uono condir con lardo, ma con altro grasso,

grasso, come di vitella, ò simile, la sta-
tenon si mangino, che all'horason
molto estenuate, e nutriscono i lor fi-
gliuoli, et per questo accendono fa-
cilmente le febri, et fanno ricadere i
conualescenti.

Conuale-
scenti.

S T O R N O.

*Sturne peregrinas mendices aridus vvas,
Socratici cena nolumus esse tua.*

Storno.

Nomi. Lat. *Sturnus*. Ital. *Storno*.

Qualità. E caldo, & secco, mà quan-
do è grasso è humido.

Scielta. Si eleggano i gioveni, et i
grassi al tempo dell'vua.

Giuamenti. Giouano gli storni, quan-
do sono ben grassi dall'vua, à coloro
che sono estenuati, et secchi, che nu-
triscono assai.

Nocumenti. Quando son magri dif-
ficilmente si digeriscono, et genera-
no humori malenconici fuor dell'au-
tunno; sono cattiuo cibo, perche si
pasco.

pascono di cicuta, ch'è a noi pernicioso veleno. *Cicuta.*

Rimedi. Non si mangino se non al tempo dell'vua, laquale è dalli storni marauigliosamente bramata, e subito presi si tagli loro la testa.

T O R D O.

Inter aues Turdus si quis me iudice certetis

Inter quadrupedes gloria prima Sues.

Nomi. Lat. *Turdus.* Ital. *Tordo.*

Tordi.

Qualità. Sono caldi, et secchi nel principio del secondo grado.

Scelta. Si elegghino quelli al tempo dell'inuerno, che siano grassi, et pasciuti di grani di ginepro, e di mortella; la lor carne è di buon sapore, et al gusto gratissima, massime arrostiti grassi subito, che fon senza cauar loro gli intestini, vn cibo laudatissimo.

Giouamenti. Danno, se bene non molto, almeno buon nutrimento, che facilmente si digeriscono, et non sono

ven.

ventosi, massime i môtani; sono molto conuenienti a i deboli, & a i conualescenti, percioche fanno buon sangue, & presto si digeriscono, massime quelli grassi.

Emicrania.

Nocimenti. I vecchi, & i magri difficilmente si digeriscono, generano humori malenconici, massime quei che han la carne nera, & nuocono a coloroche patiscono emicrania, & frenesia.

Rimedi. Si mangino i grassi, giouani, & freschi, arrostiti con saluia, & lardo, oueramente si cuocano nel brodo di buona carne, stufati con petrosello, vua passa, & altre herbe aperitiue; son buoni ne' tempi freddi, in ogni età, & complessione, eccetto à i molto vecchi. Si fuggano i vecchi, & macilenti, & i negri.

TOR.

TORTORE.

*Nos rapit in Venere Turī, licet ipsa Mineruæ
 Casta dicata, fugit vidua hæc consortia cunctæ,
 Perpetuo gemit, aventiq; immurmurat ulmo
 Nō mandenda recens, sistit, uentremq; fluētē
 Comprimit, adstringit, dissentericisq; medetur.
 Postremus meliorq; cibus, stomachoq; salubris.*

Nomi. Lat. Turtur. Ital. Tortore.

Qualità. Sono calde, & fecche nel
 secondo grado.

Scielta. Le migliori son le giouani,
 & pasciute alquanti giorni in casa,
 accioche acquistino vn poeo di hu-
 midità.

Giouamenti. Danno ottimo nutri-
 mento, son di buon sapore, presto si
 digeriscono, fortificano lo stomaco,
 accrescono il coito, assottigliano
 l'ingegno; si danno vtilmente arro-
 stite con garofani, & succo di aranci,
 ne i flussi, & nella dissenteria.

Nocumenti. Le tortore vecchie nuo-
 cono

cono a i colerici, & a i malenconici, perche la lor carne hà in se molta siccità, onde son di difficile digestione, & generano sangue malenconico.

Rimedi. Si mangino le gioueni, & grasse, tenute in casa a cibare per alquanti giorni di cibi humidi, & si tēgano due giorni morte al sereno della notte; son buone ne i tempi freddi, per i vecchi, & per i flemmatici.

VCCELLETTI MONTANI.

GLi altri vccelli minuti di monti son migliori di quei, che stanno in luoghi piani, in stagni, paludi, & luochi acquosi, & campestri, percioche quei che stanno ne i monti sono più caldi, & più seccchi, & di m̃aco superfluità: onde generano sangue sottile, facilmente si digeriscono, & se saranno grassi, daranno laudabil nutrimento, & molto vtile a i cōualescenti, & a certi infermi, &
al-

all'incontro, quelli vccelletti, che vi-
uono nell'acque difficilmente si di-
geriscono, danno grosso nutrimento,
percioche hanno la carne piena di
molta superfluità. Et questo basti per
hora hauer detto de gli vccelli; resta
hora, che veniamo à i pesci.

AVERTIMENTI NEI PESCI.

I Pesci rispetto alle carni sono di
minor nutrimento, mà grosso, flē-
matico, freddo, & pieno di superflui-
tà, i marini sono di maggior nutri-
mento, che gli altri, & i tassatili sono
megliori, sono difficili à digerire, & i
segni della indigestion loro, sono la
sete, essendo che tutti generano se-
te, dimorando lungamente nello sto-
maco, alcuna volta si corrompono.
Circa i pesci adunque si seruino que-
ste regole.

I. Tutti i pesci s'hanno da māgiar
B b caldi,

caldi, & non freddi.

II. Non bisogna riempirsi troppo di alcuna sorte di pesci, mà se ne deve mangiare minor quantità, che non si fa delle carni.

III. Non è da usare molto, nè spesso i pesci, & quando si usano si mangiano conditi con aniso, finocchio, & spetie, per disseccare in qualche modo l'humidità loro.

III. Non si mangino i pesci dopo grande esercizio, o fatica, perche all'hora si corrompono facilmente, nè bisogna mangiarli dopo gli altri cibi, chi ha lo stomaco debole, o ripieno di mali humori, nessuna sorte de pesci usi, e per questo si devono dare à i conualescenti, & vecchi, perche più tosto sminuiscano il calor loro, che l'accrescano.

V. I pesci, & la carne alla medesima mensa si proibiscono, così i pesci, & il latte, o latticini, perche causano

fanno molte cattive infirmità, nè men
si conuengono con l'oua.

V I. I pesci grossi, & viscosi insa-
lati alquanto, sono migliori de i fre-
schi, & manco nociui, mà non siano
troppo salati, percioche il sale è mol-
to molesto al ceruello. I pesci freschi
generano flemma acquosa, mollifi-
cano i nerui, e non si conuengono se
non à stomaco caldo. I maritimi, ò
vn poco salati non sono tanto humi-
di, & per questo sono migliori. I sala-
ti, & secchi sono di cattiuo nutri-
mento.

V II. E ancora d'auertire, che
quanto l'acqua in cui giacciano i pe-
sci è più morbida, e più profonda, tã-
to più prestanti sono i pesci in essa
nutriti.

V III. I pesci maritimi, sono
migliori di quei dell'acque dolci,
perche sono più caldi, & per la sal-
sedine dell'acqua, manco humidi. Il

Bb

2

nu-

nutrimēto loro è più propinquo delle carni.

IX. Frà i pesci maritimi, & fluuiatili, sono più laudabili quelli, che stanno in luoghi petrosi, da poi negli arenosi, & nell'acque dolci, & chiare, & correnti, doue non siano sporcite; mà sono cattiuu quei pesci che viuono nel fango, nelli stagni, & nell'acque ferme.

X. Tutti i pesci tanto marini, quanto fluuiatili, li migliori son quelli, che nõ sono molto grandi, & che non hanno carne dura, nè secca, & ne i quali non è grassiezza, non mucillagine, nè sapore, ò odore cattiuo, non viscosi, mà fragibili non presti à corrompersi, mà che si mantengano assai, & che non habitino in stagni, ò in luoghi fordidi, & che habbino molte squame, & molte spine.

XI. Sono i pesci freddi, & humidi, & per questo nuocono alle fredde

com-

compleSSIONI, & à i nerui, quātunque
moltiplichino il late, & lo sperma, &
siano à collerici conuenientissimi.

XII. La migliore cottura, & pre-
paratione de' pesci, è arrostitirli sopra
i carboni, ò sopra la graticola; il les-
farli è il secondo modo: il friggerli, e
il più cattiuo modo, massime per
quelli ch'hanno lo stomaco debole.
Gli arrostiti adunq; sono migliori
de' lessi, & i lessi migliori de' fruttis;
mà è da auertire, che i pesci arrostiti,
non si deuono coprire, accioche pos-
sino esalare i lor vapori.

ANGVILLA.

*Phlegmaticis epulū minime est Anguilla salu
Huic lent oris enim copia, alitq; nimis: (bre,
Fit melior transfixa veru, moxq; ignibus asā,
Vt fit enim aridior, sic mage grata gula.*

Nomi. Lat. Anguilla. Ital. Anguilla. Anguilla.
Qualità. E fredda nel primo grado,
& humida nel secondo.

B b

3

Sciel =

Scielta. S'eleggano quelle, che la primauera si prendono in mare arenoso, & non fangoso, & subito presa sia cotta. Quelle dell'acque chiare son le migliori, come quelle del lago di Bolsena, & altri laghi limpidi e chiari.

Giouamenti. E di delicatissimo sapore, dà buon nutrimento, & salata conseruasi lungamente, & diuene ottima per gli stomachi flemmatici.

Noiuenti. Mangiandone troppo offende lo stomaco, difficilmente si digerisce, che la sua carne è viscosa, vñandone troppo spesso, & in troppa quantità genera la pietra nelle reni, & nella veslica, fa venir la podagra, & i dolori artetici, offende tutte le viscere, & principalmente nuoce alla testa, massime quelle che nascono nell'acque torbide; le salate nuocono a' malenconici, percioche accrescono quell'humore; & in somma chi

man-

mangia troppo anguille si mette à pericolo della vita.

*Anguille
pericolose*

Rimedi. Sono manco nocive quelle che scorticate fresche, & s'entra-
te, gittata via la testa, & la coda s'ar-
rostiscano con alloro, spesso asper-
gendoui sopra poluere di zuccaro,
fior di farina, & canella. Le sottili si
mangino fritte, con pepe, & succo di
aranci, & s'auertisca, che siano mol-
to ben cotte.

A G V C C H I A.

*Carne Raphis solida, & dura est. egregia, domat.
Coctura succi sed tamen usque boni est.
Si fiet ergo semel stomachum virtute valentis.
Et calidum ventrem nacta potenter alet.*

Nomi. Lat. Acus. Ital. Agucchia.

Qualità. E difficile à digerire.

Agucchia

Scielta. Quei più grossi sono me-
gliori.

Giouamenti. Sono di buono nutri-
mêto, massime mangiati fritti questi

B b 4 pesci,

pesce, che potentemente nutriscono.

Nocumenti. E la lor carne dura, & difficilmente si digerisce.

Rimedi. Si mangiano fritti con agresta, ò succo d'aranci, oueramente si mangino salati, che così molti li mangiano crudi co'l pane.

CALAMARO.

Antiquis abiecta fuit Loligo, probatur

Sed nunc, hancq, petunt sepe probatq, coqui.

Calamaro

Nomi. Lat. Loglio. Ital. Calamaro, perche hà dentro del corpo vna vessica piena d'vn negro liquore, che pare inchiostro, ilquale quando hà paura esce fuori, come auiene à gli huomini timidi, che si muoue loro il corpo, & così intorbida l'acqua, & saluasi da i pescatori.

Qualità. E freddo nel primo grado, & humido nel secondo.

Scielta. Il migliore è il picciollino, perche è più tenero, & più presto si digerisce, & che non sia preso in mari morti, & sia pregno.

Gio.

Giuamenti. E delicatissimo al gusto, accresce l'appetito, & è di molto buon nutrimento.

Nocimenti. I grandi difficilmente si digeriscono, & nucono particolarmente à i paralitici.

Rimedi. Si cuoprono di farina, & si friggono, & aspersi di succo d'aranci, si mangiano in ogni stagione, & in ogni età, pur che non siano grandi. Sono ancora manco nociui, & meglio si digeriscono cotti in acqua, & vino al pari, aggiuntoui olio, pepe, sale, & herbe odorifere, mà si cuocono co'l lor negro liquore, che senza esso son manco soauì.

C A P P O N E.

Quantumuis mutos pisces Natura creauit,

Coccyx effictæ nomina vocis habet.

Est autem duræ carnis, siccaq; nihilq;

Leni in ea, aut modicum, nil quoq; fellis inest

Ab

At vero gladio partēs dissectus in ambas.

Frigitur, & multo gratior esse solet

*Vtq; minus cuculi desint, & in ea re, & undis
Viuunt, longe alios terra frequenter alit.*

Nomi. Lat. Cuculus, & Coccyx. Ital.

Cappone . Cappone.

Qualità. E freddo, et humido moderatamente.

Scielta. Il grosso è migliore.

Giouamenti. E pesce molto sano, et di gran nutrimento.

Nocumenti. Ha carne dura, et difficile a digerire.

Rimedi. Fritto, et māgiato con succo d'aranci, ouero lessò nell'acqua è più grato.

CARPIONE.

*Carpios, Salmonē, & Truttā bonitate videntur
Ingeniti succi, & carne referre sua.*

Carpione . Nomi. Lat. Carpio. Ital. Carpione.

Qualità. E caldo temperatamente, et humido nel principio del primo grado.

Scielta.

Scielta. I migliori sono i freschi.

Gionamenii. È nobilissimo tra tutti gl'altri pesci, et è tanta la gratia del suo sapore, che à veruno altro pesce è secondo; hà carne tenera, dà ottimo nutrimento, & in qualunque modo si mangia, ò fritto, ò arrostito, ò lessò, sempre è soauissimo; portasi marinato per tutta Italia, et si conferua con fronde di lauro, mirto, et cedro. *Coditura*

Nocumenti. Non apporta danno, ò nocumento alcuno, se non che la sua carne (come cosa gentile) presto corrompesi.

Rimedi. Gli si leuino subito le scaglie, et le budella, si faccia stare nel sale p sei hore poi si frigga nell'oglio poi si asperghi sopra aceto, nel quale sian bolliti garofani, pepe, canella, et zaffarano; è buono in ogni tempo, ad ogni età, et ad ogni complessione.

CEFALO.

C E F A L O.

*Tam Cephalus stupidus sensu est, ut si caput ab-
Ex omni corpus parte latere putet.* (dat.)

*Cæno, & a quis vivit, cæni resipitq; saporem
Coctus iudicio nec valet ille meo:*

*O Cephale, ò, Capito, sic namq; vocabimus illu,
Cui caput, & magnum, sed sine mente caput.*

Nomi. Lat. Cephalus, & Capito. Ital.
Cefalo.

Qualità. E freddo nel primo grado,
Bottarghe et humido nel secondo; delle sue oua
salate si fanno le bottarghe.

Scielta. Il migliore è quello, che è
preso in mare non fangoso, mà are-
noso, & sassoso, & che il lito guardi à
Settentrione, & non sia grauido, nè
grasso troppo, che questi sono insi-
pidi.

Giuamenti. E delicato al gusto, dà
buon nutrimento, & il suo brodo
muoue il corpo.

Nocimenti. Quando è d'acqua fan-
gosa

gosa nuoce allo stomaco, non si digerisce, & genera tristi humori, & molte superfluità.

Rimedi. I grossi si cuocano à lessò, *Cottura* 7
ò si faccino arrosto con l'origano; i
piccioli si friggano, & si mangino
con succo d'aranci, l'autunno, &
l'inverno.

D E N T A L E.

*Si quando Piscem mandis Συνοδον & ciauetos,
Nimirum lapides in capite ille gerit.*

*Nam mihi cum sola distent ætate Synagris,
Et Synodon fiet hic maior, at ille minor.*

*Synagridos gemmis gemma Synodontidas ergo
Ante feres, aliqua sibi onitate valent.*

Nomi. Lat. Synagris, & Dentices. Dentale 7
Ital. Dentale.

Qualità. E caldo nel primo grado,
& secco nel secondo.

Scielta. Il migliore è il grasso, & pre-
so in Schiauonia, & accociato in ge-
latina, come fãno gli Schiauoni, che
li por-

li portano cotti con l'aceto, sale, et molto zafferano, et tagliati in pezzi ne fan gelatina.

Ciouamenti. Nutrisce grandemente, mà se è molto grasso, non nutrisce tanto, et meglio si digerisce, stringe il corpo, onde è conueniente nelle dissenterie.

Nocumenti. Tardi, et difficilmente si digerisce, aggraua lo stomaco debile, et però non si conuiene a vecchi, nè a flemmatici.

Rimedi. Si cuoca nell'acqua, con molto olio, et sale, ò vero arrostando lo, et bagnandolo spesso d'olio, et d'agresta, ouero facendone gelatina con aceto, et spetie, et zafferano è cibo delicatissimo per i gioueni, et per i colerici l'inuerno.

FRAGOLINO.

*Non crassam, non viscosam laxam atq; fluentem,
Et duram carnem non Erythrinus habet.*

Carz

*Carnibus aurata accedit, laudabilem sanguis
Procreat, an non dum sunt satis ista tibi.*

*Nomi. Lat. Erythrinus. Ital. Rubeli, Fragolino
& Fragolini, perche sono di colore rosso,
simile alle fraghe: pesce di mare.*

Qualità. E temperato nelle qua-
lità attive, mà è humido nel primo
grado.

Scielta. Il migliore è il fresco,
fritto, massime l'inverno.

Giouamenti. Questo è nobilissimo
pesce, genera buono nutrimento, &
è molto salutifero à chi l'vsa, perche
hà la carne tenera, & saporita, & fa-
cile à digerirsi, & di molto nutri-
mento.

Noamenti. Mangiandosi in so-
uerchia quantità, nuoce à i vecchi,
et à i flemmatici, eccita venere, putre
fatto nel vino, et beuuto, fa venire à *Vino come*
noia il vino, come l'anguilla soffoca- *si rende no*
taui dentro, et beuuto poi il vino. *ioso.*

Rimedi. E più sano cotto fritto, et
con.

condito con succo di aranci, et pepe, ouero arrostito, mangiato caldo con succo di agresto: è buono ancor lessò condito con herbe odorate, ma ssime l'inuerno.

G R A N C H I O.

*Sat bene Căcer alit, q̄ curua fluēta frequētato
 Humeclatq̄, etiam corpora nostra satis.
 Si partes igitur solidæ sunt febre prehensæ,
 Cuius quam magno est, hic satis auxilio.
 Vi quadam, valat occulta, canis ic̄tibus atris
 Fert magnam quamuis sit rabiosus opem.
 Seu per se cinerem sumas seu pane suillo,
 Et thure immixtis, intrepido ore voras.
 Aethrion vrebat viuos, cineremq̄ parabat,
 Antidotum vera cum ratione datum.
 Arida vis illis, cum præscriptiq̄, vigorem.
 Acquirit, has quis opes neget esse Deum?*

Granchio

Nomi. Lat. Cancer. Ital. Granchio.
Qualità. E freddo nel secondo grado, et humido nel primo.
Scielta. I migliori sono quelli che sono

sono appresso i fiumi, ò altre acque dolci, & che siano presi di primauera ò d'autunno, à luna piena, e quei che sono teneri.

Giouamenti. Gioua à tifici, perche è di gran nutrimento, muoue l'orina, accresce il coito, purga la renella, & conferisce à quei, che sono morfi da cani rabbiosi pigliando la sua cenere, e si feccano i granchi nel forno, & si danno per quaranta giorni à chi è morso da cano rabbioso, mà bisogna cauterizare cò ferro il luogo offeso, & fare pigliare poluere della rosa canina; con aqua, ò con latte ingrassa, et per questo gioua à i consumati, et resiste alla colliquatione de i membri con la tenacità sua, et sana l'ulcere del polmone.

Nocimenti. La sua carne è alquanto difficile à digerire, onde genera humore grosso, et flemmatico à chi ne mangia in troppa quanti-

tà, & per questo è nociuo à i flemmatici.

Cottura.

Remedi. Si cuocano bene sù la brascia viua, & poi si mangiano con pepe, & con aceto forte; è buono nei tempi caldi per i gioueni, & per i colerici, & per quei che hanno lo stomaco molto caldo.

G A M M A R I.

*Astacus, & molli carne est, & deniq; suauis
Præditus, hincq; ideo per facile excoquitur.
In capite ipsius si quis lapis inueniatur.
Discito quod Renum comminuat lapidem.*

Gammari.

Nomi. Lat. Astacus. Ital. Gammaro.

Qualità. Sono i gammari come i granchi, freddi nel secondo grado, & humidì nel primo.

Scielta. Quelli de fiumi sono migliori di quelli marini.

Gionamenti. Giouano à gli ethici, & à i còsunti, ingrassandoli, & cò ls

lo.

loro tenace humidità resistono alla colliquatione de i membri solidi, & con la frigidità al calore strano inuechiato ne i membri, sono di gran nutrimento, & il loro brodo gioua à gl'asmatici.

Nocumenti. Generano humori flēmatici, & sono di difficile digestione.

Rimedi. Cuocendosi come i granchi sù la brascia viua, & poi mangiandosi cō pepe, & con aceto, & meglio si digeriscono; sono buoni per i sanguigni, & per i colerici ne i tempi caldi.

L A C C I A.

*Thrisa boni satis est succi, cum pinguit: ori,
Hæc stomacho ingratum, nec nociturū epulīs
Scilicet ut patrias sedes, pontumq; reliquit,
Dulciq; innat aqua, nam satis illa places.*

Nomi. Latin. *Thrisa.* Ital. *Laccia.* *Laccia.*

Qualità. E fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Cc 2 *Scielta.*

Scielta. La migliore è quella, che è presa in acque dolci, et non in mare, perche queste sono aride, secche, et dure mà come entrano ne i fiumi, subito diuentano grasissime, et al principio di Giugno tornano in mare à partorire. Quelle del Tenere prese di Maggio, ò di Aprile tengono il principato, et siano piene di oua.

Giouamenti. E delicata al gusto, et dà molto nutrimento al corpo, prouoca il sonno, et hà in capo vna pietra che conferisce alla quartana.

Quartana

Nocuenti. Nuoce quando è presa in mare, perche hà la carne dura, et secca, che difficilmente si digerisce, onde nuoce à coloro ch'hanno lo stomaco debole, perche genera flemma.

Rimedi. Se si cuoce nell'acqua con aceto, et sale, et si mangia con sapore acetoso è migliore; ouero fatta arrosto,

rosto, bagnata con aceto, et olio, co'l finocchio, saluia, o rosmarino; si conuiene a ogni età, et complessione, mangiata in poca quantità, di primauera, presa ne i fiumi, et piena d'oua.

LAMPREDA.

Lēpetra carne quidē est molli, lettoris habetq̄s

Non nihil, at magni nunc tamen est precij.

Vere edito hęc, si quidē æstiuis insuauior estur.

Temporibus, nam durior efficitur.

Impulsas (mirum) puppes vento illa secundo.

Sistit, & inceptum sæpe moratur iter.

Nomi. Lat. *Lampetra*. Ital. *Lampre* *Lãpreda*.
da, & chiamasi così, perche sempre stãno lambendo le pietre.

Qualità. E calda temperatamente, et humida nel primo grado.

Scielta. La migliore è quella, che è presa ne i fiumi la primauera, che all' hora è più grassa, et hà la spinal midolla più tenera.

Giuuamenti. Dà ottimo nutrimento,

Cc 3 accre-

accresce lo sperma, è delicatissima al gusto, & pretiosissima nelle mense.

Nocumenti. Si digerisce alquanto tardi, massime se non sia ben cotta, & ben condita, offende i podagrofi, & chi patisce difetti di nerui.

Rimedi. Si affoga dentro la maluasìa, & gli si ferra la bocca con noce moscata, & i buchi con garofani, & si cuoce in vn tegame con nocciolle, pane, oglio, spetie, & maluasìa; è buona d'ogni tempo, per ogni età, & complessione, eccetto che per i decrepiti, per quei che patiscono ne' nerui.

L V C C I O.

Lucius obscuris vitam qui degit in undis

Perior eo in parvis qui fere degit aquis.

Namq; mali succi est, qui stagna, lacusq; frequentat,

At qui pura subit sæpè fluentia valet.

Luccio.

Nemi. Latin. Lucius. Itat. Luccio.

Qua-

Qualità. E freddo, humido nel secondo grado.

Scielta. Il migliore, è quel di fiume, ouero di laghi non fangosi, & deue esser grande, fresco, & grasso.

Giouamenti. Dà il luccio molto nutrimento, le sue mascelle abbrusciate, & ridotte in poluere, & beuute con vino al peso di vna dramma, rompono la pietra. *Pietra.*

Nocumenti. Ed è dura digestione di cattiuo nutrimento, & aggraua lo stomaco, moltiplicando la flemma.

Rimedi. Cuocasi à lessò, insieme con herbe odorate, & con oglio, & poi mangiasi con sapore bianco, ouero si arrosta nella graticola con origano, & aceto; si conuiene l'inuerno à gioueni, & a' colerici; è pasto graue, mà quando è preso in fiume, è più digestibile, e molto manconociuo.

L V M A C A.

*Cochlea, quæ salus habitat communiter undas,
 Ventriculo utilis est, & cito ventre meat.
 Utilis, & stomacho quæ terras incolit, at quæ
 Flumina amat, virus nescio quod respicit.
 Cumq; sient plures species varièq; vidende.
 Plus alijs veniet, grata marina mihi.*

Lumache. **Nomi.** Lat. *Cochlea.* Ital. *Lumache.*

Qualità. È fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scieltà. La migliore è quella, che è colta in luoghi mōtuosi, & colli ameni, & lontani da paludi, c'habbia pacificate herbe odorifere, sia purgata, & coperchiata al tempo dell'inuerno; sono buone ancora quelle delle vigne, mà molto migliori sono quelle, che si colgono nelli spineti oue nascono lupuli.

Giouamenti. Gioua allo stomaco, & è grata al gusto, nutrisce assai, è ottima per i tifici, & smorza l'ardore della collera, & la sete, & prouoca il sonno;

sonno; è ottima per gli ethici.

Nocumenti. Difficilmente si digerisce, & facilmente si conuerte in fiè. *Tisici*;
ma, onde nuoce à chi patisce di pietra, ò di renella.

Rimedi. Cuocendosi bene in compagnia di herbe odorate, come menta, calamento, petrosello, & aglio, cò oglio, ma che sia molto ben cotto. Il migliore modo di mângiarle è lessarle prima, & poi frigerle, & mangiarle con la salsa; ouero lesse che sono, si metta dentro nel loro guscio vn poco di saturegia, ottimo, & poi si ricuocano sopra la brascia; la marina è migliore di tutte, & manco nociua, massime ne' tempi freddi, & quando è bē purgata è buona per i gioueni, per i colerici, & per quei ch'hanno il calore naturale gagliardo.

O M B R I N A.

*Terra, & aqua, fuluo simul auro vescit vni-
Fit magna à multis propterea precij.* (bra

Quip-

Quippè huic alba caro Truttarū more viden-
da est

Firma, suo stomachum quæq; sapore iuuat.

Ombrina.

Nomi. Lat. *Vmbra*, Ital. *Ombrina*.

Qualità. E calda temperatamente,
& humida nel primo grado.

Scielta. La migliore è la più grassa,
& la più saporita, & trà tutte le parti
solida più il ventre.

Giouamenti. Dà buon nutrimen-
to, facilmente si digerisce, tempera
l'ardor del sangue, & dopò lo sturio-
ne è il più nobile, et il più saporito
pesce, che si mangi.

Noamenti. Nuoce allo stomaco
freddo, tardi si digerisce, non essendo
ben cotta, et genera opilationi.

Rimedi. E manc o nociua cuocédosi
a lessò nell'acqua, & nell'aceto, e poi
mangiādosi co'l sapor bianco; ouero
arrostita piena di garofani, mangiā-
dola con oglio, e agresto; è buona ne
giorni caniculari, per i gioueni, e per

ico-

i colerici: ma nuoce alle p̄sone otiose, a' vecchi, & a i flemmatici.

O R A T A .

*Pisciculis, sese, & Conchis Aurata saginat,
Maxillaq̄, illos asperiore domat.
Carne autem media est, oriq̄, accommoda valde,
Haudq̄, exors succi dicitur esse beni.*

Orata.

Nomi. Lat. Aurata. Ital. Orata.

Qualità. Nel caldo è temperata, ma è secca nel primo grado.

Scielta. La migliore è quella, che è presa d'inverno in alto mare, e non in mare morto, & il principato hanno quelle, che son prese nei mari di Levante.

Giuamenti. Dà copioso, & buon nutrimento à chi la digerisce bene, & accresce il coito.

Nocumenti. E difficile à digerire, perche hà la carne molto dura.

Rimedi. Cuocendosi in acqua, & oglio con zafferano, specie, vua pa-
fa,

fa, et herbe odorate, ouero fu la graticola, mangiandola con olio, & aceto marinata; è buona d'inuerno, nel qual tempo è più saporita; conferisce à i gioueni, & à i colerici, & à quei che molto si essercitano, & hanno gagliardo lo stomaco.

O S T R I C A .

Lubrica nascentes implent Conchilia Lune .

Sed non omne mare est generose fertile teste .

Muricæ Baiano melior lucria peloris

Ostrea Cireis Misene oriuntur Echini

Pettinibus patilisiactans se molle Tarrētū .

Ostrica.

Nomi. Latin. *Ostre.* Ital. *Ostrica.*

Qualità. E calda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scielta. La migliore è quella del lago Lucrino, massime presa ne i mesi, che hanno R, & siano mangiate fresche.

Giouamenti. Risueglia l'appetito, accresce il coito, & muoue il corpo.

Nocumenti. E difficile à digerire, accre-

accresce la flemma , & fa opilationi .

Rimedi. Si mangi con pepe, olio, & succo di aranci , dopò ch'è cotta sù la brascia, che non si deue lessare, si conuiene ne i tempi freddi à i gioueni, & à i colerici, & a quei che hanno lo stomaco molto gagliardo.

R A N O C H I E .

*Ranarum alba caro, sed semper durior est,
Ipsa recens infusa tamen non tempore paruo
In Lympha tenera, efficitur nutritq, potenter,
His cōfert qb. & ipsis, & simul hētica moxa est
Cum sale, cumq, oleo coctæ, si denique edantur.
Contra serpentum vis illis cuncta venena.*

*Ranarum cū melle cinis quando illitus illo est,
Implet Alopecias sanguem sistitq, fluentem.*

Nomi. Lat. Rana. Ital. Ranocchie.

Qualità. Sono fredde nel secondo ^{Ranocchie} grado, & humide nel primo.

Scielta. Le migliori sono quelle, che habitano nell'acque grosse, & benformate, & non generate al tempo della pioggia.

Gio-

Tifici.

Giouamenti. Cotte lesse con olio, et sale, et mangiate sono la theriaca de i veleni di tutte le serpi, la lor decottion fatta con aqua, et aceto, vale a i dolori de i denti, nella lepra, et à gli spasimi; sono vtilissime à i tifici, et la lor decottione gioua alla tosse antica, massime cotte in brodo di pollo, o di cappone, et humettando prouocan soauemente il sonno; la cenere

Fiele di ranochie. del lor fiele, beuuta con vino, al peso di vna dramma, sana la febre *Quartana.* quartana.

Nocumenti. Essendo nate di putredine, et dimorando nell'acque putride, danno putrido nocumento, et però causano dolori de gli intestini difficilmente si digeriscono, nutrifcono poco, et generano sangue malenconico, grauano lo stomaco, accrescono le flemme, et quando sono morse dalle serpi, o andando in amore, non si deuono mangiare, percioche

che danno gran perturbatione al ventre, et allo stomaco, et fanno orinar sangue.

Rimedi. Siano ben cotte, et bene aparecchiate, con false fatte di herbe odorifere, et calde, et con vn poco di aglio delle ranocchie son buone à mangiare solamente le scorticate prima, et tenute in acqua fresca per ventiquattro hore, sono manco nociue mangiate con specie, con succo di aranci, ò di limoni; son buone ne i tempi caldi per i gioueni, et per i colerici, ma non per i vecchi, nè per flemmatici, nè per gli otiosi,

S A R D A.

Cum muria Sardinia duos feruatur in annos.

Fitq; garum hinc toto corpore felle caret.

Quare aliqui cum oleo, & sale, purgata integra in olla

Gratticula, vel eam si voluere coquuntur.

Nomi. Lat. Sardinia, & Sarda. Ital.

Sar-

*Strada
Alice Sar
della.*

Sarda, & quando è Sardina si sala, & chiamasi Alice, & quando è Sarda si sale parimente, & chiamasi Sardella.

Qualità. E fredda nel principio del primo grado, & humida nel fin del medesimo.

Scielta. La migliore è quella, che è presa la primauera, in mare arenoso, & non fangoso.

Gionamenti. Presa subito cotta, & mangiata, è di buono nutrimento, & di delicatissimo sapore, le farde salate risuegliano l'appetito, nettano lo stomaco delle superfluità, & però se ne concede in poca quantità à i conualescenti, nel principio del mangiare, purchè non habbino troppo sale.

Noiuenti. Genera ventosità, massime se si mangia la sua spina, & hà dell'humido.

Cottura. *Rimedi.* Cuocendosi in vn tegame, ò sù la graticola d'etro vn foglio di

dicarta cō olio, petrosello, & pitar-
tima, ò con sale, & origano, per alcu-
ni pochi giorni conseruandosi, si ri-
media à i suoi nocumenti, si conuie-
ne la farda à tutte l'etadi, & com-
plessioni, la primauera, pur che
non se ne mangi in troppa quan-
tità.

S P I G O L A.

Albo ex iure Lupus, tenuiq, elixus aceto.

Affectis adfert febribus auxilium.

Gignit enim tenuē succum sanguemq, probatū,

Quando caro ipsius per facile excoquitur.

Non Galli iecori cedit non Anseris hepar.

Illius succi, vel ratione boni.

Inuenies capitis duros in parte lapillos,

Qui renum duros comminuant lapides.

Spigola.

Nomi. Lat. Lupus. Ital. Spigola.

*Qualità. E fredda, & humida nel se-
condo grado.*

Scielta. La migliore è la cādidissima,

V. I. c. Dd & mol.

& moltissima, & presa nel Teuere tra li due ponti, & specialmente nel mese di Gennaro, il quale è chiamato per questo Spigola.

Spigola.

Giouamenti. E di sapore delicatissimo, rinfresca assai generando humore freddo, & sottile di sostanza, è molto grata nelle tauole di grandi, & la pietra che hà in testa rompe le renelle, e le pietre.

Pietre.

Nocimenti. Nuoce ài cattarrofi, massime quando è grauida, percioche genera molti escrementi in ogni stagione.

Rimedi. E manco nociua cotta in acqua, & aceto, & poi mangiata con sapor bianco acetoso, ouero cotta sopra la graticola, mangiandola con oglio, aceto, & sale, & così cōferisce ad ogni età, & complessione, massime nel mese di Gennaro.

STURIONE.

*Haroum tantum capiant Acipensera mensæ,
Mille etenim nummum non mihi piscis erit.
In pretio nullus Romæ magis extuit unquam,
Ornent regales munera rara dapes.*

*Nomi. Lat. Sturio, Acipenser. Ital.
Sturione.*

Sturione.

Qualità. E caldo nel principio del primo grado, & humido nel secondo.

Scielta. Il migliore è quello, che è preso ne i fiumi, ne i quali si fa più grasso, & più saporito, che nel mare.

Gionamenti. Nutrisce assai, accresce il coito, & rinfresca il sangue, & si stima nelle tauole per cibo pretiosissimo, & che tenga il primo luoco; delle sue oua salate, si fa il cauiaro, che si mangia cotto, & crudo, per suegliar l'appetito, & per far bere con gusto, & della polpa se ne fanno li scheinali, che sono salati, & secchi al fumo, che sono appetitosi à mangiare,

D d 2 mà

mà non son buoni per catarrosi, & podagrosi.

Nocumenti. Hà la sua carne grassa, che genera humor vischioso, difficilmente si digerisce, & tanto più, quanto è più fresca.

Rimedi. E manco nociuo mangiandone la testa, & la pancia solamente, & sia frollo, cotto à lessò nell'acqua, & aceto, & poi mangiato con sapore bianco acetoso, con canella dentro à ciò resti in parte corretto.

T E L L I N E.

*Et bene alunt Tellinæ, & ventrem sæpius esæ,
Sed coctæ modicis ignibus exonerant.*

*Condita sale moxq̄, igni feruente crematæ,
Vrentem reddunt non leuiter cinerem.*

*Hinc eedri exceptus succo, sensimq̄, perunctus,
Impellit glabras usq̄, manere genas.*

Nomi. Lat. *Tellina.* Ital. *Telline.*

Qualità. Sono calde nel primo grado, & secche nel secondo.

Scielta.

Scielta. Le migliori sono grande,
& fresche.

Giouamenti. La lor decottione fa
lubrico il corpo, prouoca l'orina, so-
no grate al gusto; la cenere delle sa-
late con succo di cedro, prohibisce il
rinascere de' peli.

Nocumenti. E la lor carne di tarda
digestione, & graua lo stomaco, fa ve-
nir la sete, stringe il petto, & genera
le renelle.

Rimedi. Bisogna purgarle ben dal-
la rena, ponendole per vn giorno
nell'acqua fresca, & sbattẽdole con
la scopa, poi si cuocono con cipolla
soffritta, & vino, aggiungendoui her-
be odorifere, petrosello, & specie:
son buoue ne i tempi freddi per i vec-
chi, per i flemmatici, & per quei che
s'affaticano assai.

T E N C A.

Escrementitio succo, crasso atque tenaci

Tinca est propterea non placet illa mihi.

D d

3

Lw

*Lucius (ut prohibent) læsum se vulnere, Tinca
Affricat, & mira tandem ope liber abit.
Per medium secta, & carpo plantisq; quibusdã
Aetulis admota in febre frequenter opem.*

Tenca.

Nomi. Lat. Tinca. Ital. Tenca.

Qualità. E fredda, & humida nel secondo grado.

Scielta. S' elegga la femina presa in fiume, ò in lago non fangoso l' autunno, & non l' inuerno. Quelle del lago di Perugia son buone, mà ottime sono quelle del lago di Monte Rosoli.

Giouamenti. E di gran nutrimento, ma escrementoso; tagliate le tenche per lunghezza di schiena, & applicate alle piante de' piedi, & de' polsi, mitiga l' ardor delle febbri, & l' abbrevia.

Nocumenti. Si digeriscono tardi, grauanò lo stomaco, & sono di cattivissimo nutrimento, massime quelle che nascono nelle paludi, mangiate ne i giorni canicolari.

Rimedi. Cuocendosi con aglio, & herbe

herbe odorate, & spetie, al forno son
 manco nociue, & parimente cotte
 con oglio, cipolla, & vua passa, ò ri-
 uerfciate, & empite con mēta, aglio,
 petrofello, & aneto, mangiandole cō
 aceto, ò agresto. E la tenca cibo da
 vsarsi in tempi freddi, da' gioueni, da
 i colerici, & da quei che molto s' affa-
 ticano.

TESTUDINE.

*Carne satis pingui grata, & Testudo suauis est,
 Si coquitur posito tegmine mollis erit.
 Mansa phthisim putrem soluit, tumidūq; lienē,
 Fitq; venenatis vermibus Antidotum,
 Sensibus exhibita est alimentū nobile, morbum
 Tollit & herculeum, quid olet oua bibat
 Calda parū humescit fluuios, mōtesq; peragrat
 An caro vel pescis sit, peris est media.*

Nomi. Lat. Testudo, à testa qua tegi-
 tur. Ital. Testudine, & Tartaruca, sono Testudine
 animali di mezzana natura, trà gli ani-
 mali, & i pesci, come le Lumache. Tartaruca.

Dd. 4 Qua.

Qualità. E fredda nel secondo grado, & humida temperatamente.

Scielta. Le migliori sono quelle che non sono aquatiche, mà terrestre, grosse, piene d'oua, & pasciuta, prima che si mangi, di buoni cibi in casa.

Giouamenti. Sono di grandissimo nutrimento, & per questo si danno ultimamente a' tifici, & estenuati; il sangue loro beuto gioua à quelli che patiscono di mal caduco; della carne della tartaruca cotta se ne fa pesto à gli infermi, per rinfrescarli, & ristorarli.

Pesto per infermi.

Nocumenti. Genera sangue grosso, flématiqueo, fa gli huomini pigri, & dormigliosi, e tardissimamente si digerisc.

Rimedi. Sia ben cotta, gettando via la prima, & seconda acqua, & bene apparecchiata, con herbe calde, pepe, zafferano, & rossi d'oua; son buoni per i gioueni, per i colerici, & per quei che molto s'affaticano.

TON.

TONNO.

*Iste Tynnus piscis redolet unum vescitur illos
Nutrit enim liquidis saepe Ticinus aquis.*

Nomi. Lat. *Tynnus*. Ital. *Tonno*.

Qualità. E freddo nel primo grado,
& humidon nel secondo.

Tonno]

Scielta. Il migliore è il giouene,
preso del mese di Settembre, & si de-
ue prendere più tosto la carne ma-
gra, che la grassa.

Giuuament. La sua carne sana i mor-
si de' cani rabiosi; il suo ventre, che è
grassissimo, & moltodesiderato nelle
tauole, salato, si chiamatarantello; &
la carne magra salata è la tonnina,
l'oua si salano; & se ne fanno bottar-
ghe, come di quelle del cefalo, lequa-
li cose tutte eccitano l'appetito.

Tarantello.

Tonnina.

Bottarghe

Nocumenti. Genera molto escre-
mento, tardi si digerisce, graua lo
stomaco, & accresce la flemma.

Rimedi. Fresco si coca sulla graticola,

con

con sale, & coriandro, aspergendolo continuamente di oglio, & aceto, cō vna mappa di finocchio, ò vn rametto di rosmarino.

TRIGLIA.

*Dura caro Mulli est, valdeq; friabilis, ergo
 Si bene conficitur sumpta potenter alet.
 Est oculorum aciem assiduus si cedat in usus
 Obtundit, Nervos nec satis esa inuat.
 Extinctus vino tantam vim infundit in illud.
 Ut vel matri obsit (magne cupido) tue.
 Namq; novos operam veneri nauare maritos.
 Fœcundasq; novas impedit esse deas.*

Nomi. Lat. Mullus barbatus, Ital. Balbone, & Triglia.

Qualità. E calda nel primo grado, & secca nel principio del secondo.

Scielta. La picciola è miglior della grande, & presa in luoghi sassosi, & non in luoghifangosi, & mari morti.

Gionamenti. E molto grata al gusto, & di buon nutrimento, affogata nel vino,

vino, & mangiata, estingue gli appetiti venerei, & beuendosi il vino fa venire in odio ogni forte di vino, posta la triglia sopra i morsi di velenosi animali, li sana. *Vino.*

Nocumenti. E di dura carne, & tardi si digerisce; beuendosi il vino doue sia affocata la triglia fa l'huomo impotente, & la donna sterile, & fa venir in odio il vino. Usata la triglia troppo spesso offende la vista. *Vista.*

Rimedi. Si cuoca sopra la graticola, mangiandosi con oglio, & succo di aranci; ouero fritta, si condisca con aceto, spetie, & zafferano, & cosi per molti giorni conseruerassi, & farà molto migliore: è buona ne' tempi caldi, per i gioueni, & per i colerici, & per quei ch'hanno lo stomaco gagliardo, & per quei che molto si esercitano.

TROT-

T R O T T A.

*Si vitam Truttae spectes, si denique mores
Salmoni certè persimilem esse feress
Quin veluti fluvii salmo est, lenteq, paludis
Qualem nunc Gualdi sæpius esse licet.*

Trotta.

Nomi. Lat. Trutta. Ital. Trotta.

Qualità. E fredda nel principio del primo grado, & humida nel fine del primo.

Scielta. Che sia grossa, & presa in rapidissime acque, oue sian sassi, come le nostre di Gualdo, & non in laghi stagnanti.

Giouamenti. Nutrisce ottimamente quella di fiume che si digerisce presto, & genera vn' humor freddo, che rinfresca il fegato, & il sangue, & però sono le trotte buone nelle febre ardenti, come salfatili, & digestibili, accrescono lo sperma: et son buone ne i tempi caldi per i gioueni, & colerici, & nõ p i decrepiti, et stēmatici.

NOCH-

Nocumenti. Subito si corrompe,
& però subito presa si deue mangia-
re; nuoce à i vecchi, à i stematici, et
à chi hà lo stomaco debole. *Emicra-*
nia.

Rimedi. Si cuoca in egual parte di
acqua, & aceto, & mangiasi con sapo-
ri acetosi, ouero si mangi nel modo,
che si è detto del carpione.

Finiscono i Pesci.

CONDIMENTI.

A C E T O.

Discutit, adstringit, refrigerat, utile acetum

Ventriculo, est nocuum cui nigra bilis obest.

Ulceras si ventris, vel pectora siccet, aceti

Commoditas tamen est non tibi parua quocumq;

Frigore si poterit neruis nocuisse, rependit

Damma, potest ægro si reuocare famem.

Nomi. Lat. Acetum. Ital. Aceto.

Aceto.

Qualità. E l'aceto freddo nel secódo
grado, rispetto al calor del vino, et tã
to piú quanto è il vino piú vecchio,
et piú

& più potente, mà hà vn certo calore, che hà acquistato dalla putredine, basta, che la trigidità supera in lui la calidità; & l'aceto fatto di vino debole, è più freddo, mà fatto di vin vecchio è manco freddo, mà la sua penetrantia non procede dal calore, mà dalle parti sottili, & acute fredde come è l'aere boreale, & è oltre à ciò secco nel terzo grado.

Scielta. Il migliore è quello, che è fatto di ottimo vino, & che dentro ci siano le rose, & sia vecchio.

Giouamenti. E incisiuo, digestiuo, & aperitiuo è ottimo per smorzare l'ardor della collera, & la sete, fortifica le gengiue, eccita l'appetito, apre l'opilationi, aiuta la digestione, & conferisce allo stomaco caldo, & humido, debilita il sangue, & la collera, onde nuoce à i colerici, & resiste alla putredine; & per questo al tēpo della peste si hà da vsar molto l'aceto, per

Peste.

to, per preferuarse.

Notamenti. Genera humor malen-
conico, offende i nerui, lo stomaco, le
giunture, è inimicissimo alle donne,
che patiscono mal di madrice, è pes-
simo per i macilenti, punge lo sto-
maco, & gli intestini, offende la vista,
e sminuisce i sensi, & il coito, diltrug-
ge le forze, offende il petto, muoue la
tosse, & chi l'vsa troppo si inuecchia
presto, & si smagra.

Smagrire

Rimedi. Non si pigli mai à digiuno
si vfi moderatamente, & non sia trop-
po agro, & si faccia bollir seco l'vua
passa, ouero si faccia bollire anisi, &
seme di petrosello, e di finocchio, che
cosi si leua ogni sua malitia, & final-
mente vi si aggiunga vn poco di zuc-
càro.

A G R E S T A.

*Omphacium sistit fluxus, & mitigat aestum,
Lumina clara facit, conuenit atque cibis.*

VVA

VVA IMMATURA.

Quid misera amplecti carã mihi profuit ulmũ
 Tam subitæ mortis cum mens extet amorẽ
 O felix labrusca tuis seruata racemis.
 Quam minor est multo fors mea sorte tuã
 Non caleo, dulcisq; mihi non insitus humor.
 Digna fauore fui pectora, nunc noceo.
 Adstringo, in gluuem repeto, sum noxiabili,
 Malueram Bacco deditus esse sapor.

Agresta. Nomi. Lat. *Vua immatura.* Et illi-
 quore. *Omphacium.* Ital. *Agresta.*

Qualità. E fredda nel primo grado,
 & secca nel secondo.

Scielta. Si elegga l'vua acerba auã-
 ti il sol leone colta, & preparata.

Giouamenti. Gioua mirabilmente
 la state, à temperare il calor del san-
 gue, à smorzar la collera, & suegliar
 l'appetito; onde conferisce molto à
 i gioueni, & à i colerici, & à tutte l'in-
 firmità calde.

Nocumenti. Stringe gagliardamẽte
 il pet-

il petto, fa venire la tosse, et è nemica ai nerui, et a quei che patiscono dolori colici.

Rimedi. Si rimedia alla sua malignità vsandola in compagnia delle carni, massime di colombi, ò d'altri cibi caldi, et dolci, et grassi; ma co'l pesce s'accompagna cõ spetie calde. E inimica ai vecchi, et ai flemmatici, non si vsi co'l sale, percioche dissecca troppo, et accende le febbri.

*Agresta
salsa.*

S A P A .

*Multū alit & pulsus reuocat Sapa Toxica vin
Obstruit, atq; inflat, ventriculoq; nocet. (cit)*

*Nomi. Lat. Defrutum, & Sapa. Ital. Sapa.
Mosto cotto, & Sapa. Mosto cotto*

Qualità. E calda nel secondo grado, et perche, quantunque per la decoctione riceua calidità, perde nondimeno del calore naturale, è humida temperatamente.

Scielta. La migliore è quella, che si fa
E e di

di mosto cauato dall'vua dolce, cotto tanto, che manchi per metà, & meglio, e più chiara quella che si fa di mosto biáco, che quella di mosto nero.

Giouamenti. Nutrisce valorosamente, tien lubrico il vêtre, rinoca il polso, & gioua alla strettezza del petto, & a' difetti del polmone, & all'vlcere delle reni, & della vesfica, & è buona contra i veleni.

Nocumenti. E difficile à digerire, è per la sua dolcezza opilatiua, & per questo non si conuiene à modo veruno à quei che patiscono opilatione di fegato, ò di milza; è di grossa sostanza, & per questo è ventosa, & nuociu allo stomaco.

Rimedi. Non si vfi per cibo, mà per condimento, & secco sempre si pongano pepe, ò altre cose aromatiche, l'inuerno; oueramente si accompagna con cose acide, che così si temperano l'vn l'altro; ouero si lasci affatto,

to, ò si vfi in poca quantità, con vn
poco di mele.

CANELLA.

*Extenuant, virusq; adimunt, caligine, ocellas
Cinnama odora leuant, commoda multa ferus
Namq; oculos, stomachumq; acuum, tremulosq;
lacertos.*

*Sistunt: hinc sicca est, nec pituita fluit.
Artubus hæc vires iam torpescantibus addüt,
Et iecur, & renes, putreq; pectus alunt.
Tædia vexat e Matricis, & Iliarollunt.
Turgida, vesfice prouida languidula.*

*Nomi. Lat. Cinnamomum. Ital. Can-
nella, & Cinnamomo.*

*Qualità. E calda, & secca nel ter-
zo grado.*

*Scielta. La migliore è q̄lla, che non è
vecchia, mà che sia fresca, odorata,
acutissima al sapore, & di color rosso.*

*Ciouamenti. Vfsandola spesso ne i
cibi, conferisce sommamēte allo sto-
maco, & alle sue fredde indispositio-
ni, dissoluendo l'humidità, & le ven-*

E e 2 tofità,

*Canella
cinnamo-
mo.*

tosità, rischiara la vista impedita per
 humidità, apre l'opilationi del fega-
 to, prouoca l'orina, fa dormire, scac-
 cia le ventosità da tutto il corpo, mi-
 tiga i dolori delle reni, conferisce a
 i catarri, & alla tosse, mondifica il
 petto, dissecca l'humidità della testa,
 fa buono fiato, eccita il coito, con-
 forta il cuore, & ha la proprietà del-
 la theriaca, & resiste alla putredine.

Reni.

Nocimenti. Nuoce a' colerici la-
 state, & in paesi caldi, perche infiamma
 le viscere, & il sangue; nuoce a poda-
 grossi, perche essendo calda, & aperi-
 tiua, lascia facilmente penetrar gl'hu-
 mori a' piedi, & alle giunture.

Rimedi. Si vfi in poca quãtità, & da
 i vecchi, & flemmati, che hanno lo
 stomaco debile, nei tempi freddi.

G A R O F A N I.

Est Cariaphyllon cordi stomachoꝝ, salubres.

Et vnerem stimulat, viscera laedit idem.

Nomi.

Nomi. Lat. *Cariophyllon.* Ital. *Carofani.* *Garofani.*

Qualità. Sono caldi, & secchi nel terzo grado.

Scielta. I migliori sono quelli, che sono freschi, & di odore perfettissimo, & di soave sapore.

Giouamenti. Confortano tutti i mēbri principali, il cuore, il ceruello, il fegato, & lo stomaco, fanno i cibi molto grati, & soavi, fanno buono fiato, prouocano l'orina, aiutano la digestion, conferiscono alle passioni fredde, al vomito, alla nausea, al mal caduco, à gli spasimati, à gli stupidi, fermano i flussi.

Documenti. Offendono le viscere stimolano à venere, stringon il vētre, & nuocono à i colerici la state, fanno amare le viuande vsandoli troppo.

Rimedi. Bisogna vsarli in mediocre quantità, ne i tempi freddi, & ne i cibi humidi, & nelle età, & complessioni flemmatiche.

E e ; M E

M E L E.

*Mel oculis cōfert, valide domat omne venerū^d
 Purgat idem, est inflat, bilis, & inde viget.
 Ignea vere legas, & mella nitentia succu
 Subrufo hiberno tempore lecta mala.
 Dulcia sint, somni blandum lenimen, & imo
 Pulmoni; turges si tamen illa time.
 Hæc stomachū reparant, hæc à putredine feda
 Omnia tutantur; gloria magna apibus.
 Sed nihil aut modicū hinc vētri, mirabile ma^o,
 Quod nocet educunt, quod iuuat illa tenent.*

Mele. Nomi. Latin. Mel. Ital. Mele, &
 Miele.

Qualità. E caldo, & secco nel se-
 condo grado.

Scielta. Il migliore è quello della
 primavera, & della state, quantūque
 Aristotile lodi l'autunnale. Quel
 dell'inverno è cattiuo. Il mele deue
 esser bianco, ben granito, l'Attico è
 il migliore.

Giuamenti. E il mele astersiuo, ape-
 ritiuo, onde prouoca l'orina, & mon-
 difica

diffica i suoi meati, conferisce à i freddi, à i flemmati, & à i vecchi, è medicina pettorale, & è molto conueniente per conditure de i cibi, è di poco, mà di laudabile nutrimento. Democrito dimandato in che modo gli huomini potessero sani, & lungamente viuere; rispose, dentro co'l mele, & di fuori con l'oglio, riscalda lo stomaco, muoue il corpo, resiste alla corrottione, & si conuertè in buono sangue.

Detto di Democrito

Nocumenti. Genera ventosità nelle budella, si conuertè in colera, fà opilatione del fegato, & della milza, eccita la febre, & induce dolori colici, & fà la tosse mangiandosi crudo, & quantunque sia medicina pettorale, nuoce nondimeno molto alla testa, & mangiandone in souerchia quantità, offusca l'intelletto, & moltiplica la colera.

Rimedi. Si cuoca sempre schiumandolo, ouero si mangi con fruttri, ò cō

E 4 **altri**

altri cibi acetosi; non si deue vfare se
nō ne i tempi freddi per i vecchi, per
i catarrosi, & per i flemmatici.

NOCE MOSCATA.

*India odoratas, & crasso rore rubentes
Cum tamen esurant, dat tibi larga Nuces.
E stomacho secori, vitiato spleni, & ocelis
Subueniunt bruma si modo lesa dolent.
His bene olent, & vix cōtacta labella famescūt
Vessica his patula est: has fluida aluus amat.
Quā male nux dicta est, matrone nobile mun⁹,
Glās muscata datur cui male vulua tumet.*

Noce mo-
scata.

*Nomi. Lat. Nux Miristica, & Nux
muscata. Ital. Noce Moscata.*

*Qualità. E calda, & secca nel fin
del secondo grado.*

*Scielta. La migliore è fresca, &
non pertugiata, graue, rossa, ben
grassa, & piena di humore.*

*Giouamenti. Fà buono fiato, affor-
tiglia la vista, leua le lentigine, con-
forta il fegato, & lo stomaco, aiutando*
do

CONDIMENTI. 441

do la digestione, affottiglia la milza, prouoca l'orina, dissolue le vètosità, mitigando i dolori dello stomaco, astringe il ventre, & conforta la madre, ferma il vomito, & eccita l'appetito. L'oglio cauato dalla noce moscata è molto vtile nelle infirmità della madre, & de i nerui, tanto applicato di fuori quanto beuito con brodi al peso di cinque, ò sei grani.

*Ooglio di
noce mus-
cata beuto*

Nocumenti. Nuoce à i sanguigni, à i colerici, & à quei, che patiscono morici, & finalmente offende i malenconici, & che sono stitichi, perche stringe il corpo.

Rimedi. Si vsino di rado, & in poca quantità, mescolandoui vn poco di zenzero, che con la sua humidità la contemperi. E conueniente ai vecchi, & per i flemmatici.

O G L I O.

*Pingue oleum mollit ventres, humetq, calenti
Temperie, & pinguis fert alimenta cibo.*

Hoc

*Hoc sine nil condita sapit lactuca sed unde hoc
Inspidum cum sit, deiciat q̄, famem.*

Nomi. Lat. Oleum. Ital. Ooglio.

Qualità. E caldo, & humido nel secondo grado.

Scielta. L'oglio dell'oliue è molto lodato, & molto soaue, & familiare alla natura, si dolce, & di due anni almeno, mà nō troppo vecchio; sia di oliue mature, se non oloco hà l'oglio di amandole dolci.

*Ooglio di
amandole
dolci.*

Giouamen. Beuuto vna volta il giorno ammazza, & caua fuori i lumbri- ci, mollifica il corpo, ingrassa, & accresce la sostāza del fegato, & è singular medicina à vomitare i veleni presi, beuendone buona quantità.

Nocumenti. Leua l'appetito mangiandone in troppa quantità.

Rimedi. Si mangi in poca quantità, & rare volte, & per i conualescenti, et delicati si vfi l'oglio di amandole dolci, mà fresco.

SA-

S A L E.

Nunc riget ante liquore fuerat Sal, siccatur, & ardet,

Cur tamen epotus corpora fluxa ciet.

Gratior albus erit, ruber est urentior, omni

Laus Sali non posito mensa nec olla sapit.

Sale.

Nomi. Latin. Sal. Ital. Sale.

Qualità. E caldo, & secco nel secondo grado, astringe, espurga, dissolue, & affottiglia, & per questo si dice.

Sal primo poni debet, primoq; reponi,

Non bene mensa tibi ponitur absq; sale.

Frà tutti i sapori è laudatissimo, senza ilquale nessuno condimento è buono, per ilche è molto necessario à conseruare la sanità, percioche nelle viuande si mette per farle più saporite, secondo quel verso,

Nam sapit esca male, quæ datur absq; sale.

Scielta. Il migliore è il biāco, eguale, & denso.

Giouamenti. Mettesi nelle viuande il sale per tre rispetti; prima perche
i ci-

i cibi più presto descēdono dallo stomaco, essendo egli graue; poi per fare i cibi più saporiti; & finalmente perche resiste al veleno, & alla putredine, desiccādo con la sua siccità quella humidità, dalle quale si può cagionare la putredine; eccitta l'appetito, & la virtù digestibile, leua il fastidio de' cibi, proibisce la nausea, resiste alla putredine, resolue, assottiglia, & dessecca l'humidità superflue, irrita gl'intestini a mandare fuori le feccie, & per questo si mette ne i clisteri, & nelle supposte.

Notamenti. Le cose molto salate sono acute, generano humore malenconico, sono vaporose, offendono la bocca dello stomaco, danno cattiuo nutrimento, brusciano il sangue, debilitano la vista, diminuiscono il coito, fanno prurito, rogna serpignie, impetigine, & morfea, & scortigano i meati dell'orina.

Rime-

Rimedi. Bisogna vfarlo in poca
quantità, & non è buono il sale ne i
salsamenti, per quei che hanno il pet-
to stretto, & hanno humori falsi, &
che sono leprosi.

ZAFFERANO.

Fama vetus taceat, cedant pulmenta Luculli;

Cæna coronata est plenior ista croco.

Hic cilices redolent, ignita cacumina florum:

Rubro ferunt cordi gaudia summa tuo.

Si mala sunt capiti, segnes ducentia somnos.

Illam decor stomachus, tristeq; pectus amant.

*Es ventrem oblectant, vuluam reserantq; tu-
mentem:*

Hæc ede, si risus expetis assiduos.

Nomi. Lat. *Crocus.* Ital. *Zafferano.* *Zafferano*

Qualità. E caldo nel secondo gra-
do, & secco nel primo.

Scielta. Il migliore è il fresco, ben
colorito, & che habbia nelle fila al-
quanto di bianco, lungo, nõ fragile,
pieno, che bagnato tinga le mani, &
habbia grato odore.

Gio-

Giouamenti. Conforta lo stomaco, & le viscere, apre l'opilatione del fegato, conferisce alla milza, fa buono colore, leua la putrefattione, induce il sonno, eccita al coito, letifica il cuore, prouoca i mestruai, e l'vrina, & facilita il parto, mà non se ne deue dare più di due dramme.

Nocimenti. Và alla testa facendo dolore, sonnolentia, & offuscano i sensi, fa nausea, leua l'appetito, e dato in troppa quantità, cioè fino à tre drame, è veleno, che fa morire subito ridendo, et il suo odore ferisce il capo.

Rimedi. Si adopri l'inuerno in poca quantità, da i vecchi, da flemmatici, & da i malenconici.

Z E N Z E R O.

*Ignitum capiti, & pituita Zingiber ingens.
Antidotum fugent cum tua membra capes*

Huic

*Huic tamen innatus si non prius arruit humor
Vix satis esse potest, igne tepente sibi*

*Hoc oculis aufert tenebras; huic uuida debent,
Omnia, ne putreant Zingiber edocuit.*

*Hoc odisse Venus potuit, sed maxima ventri est
Commoditas, siccat, nec minus ille cacat.*

*Nomi. Lat. Zingiber. Ital. Zengeue- Zengeue-
re, & Gengueuo, & Zenzero. re, Gen-
gueuo, Zē*

*Qualità. Quando è fresco, è humi-
do nel terzo grado, & humido nel pri-
mo. Ma quando è seccato è secco nel
secondo grado: ha in se certa humi-
dità, per la quale facilmente corrò-
peli, è risolutiuo, & incisiuo.*

*Scielt'a. Bisogna che sia fresco, di
buon'odore, & di acuto sapore, &
che non sia tarolato, & quando si
spezza non faccia poluere.*

*Giouamenti. Riscalda lo stomaco, e
tutto il corpo, & consuma le super-
fluità, riloluè le ventosità, aiuta la di-
gestione, conferisce alla memoria,
prouoca il coito, consuma le fième,
chiarifica la vista, & asterge l'humidi-
tà*

dità del capo, e della gola. Il condito con mele è buono per i vecchi.

Uocumenti. Infiamma il fegato, onde non è buono vfarlo ne i paesi, & tempi caldi, perche nuoce a chi ha calda complessione.

Rimedi. Si vfi in poca quantità, ouero si vfi condito con mele.

Z U C C A R O.

Sacra pectoribus, stomachoq; aptissima semper Renibus, atq; aluo, luminibusq; fauent.

Zuccaro. *Nomi.* Lat. *Saccarum.* Ital. *Zuccaro.*
Qualità. Il zuccaro è temperato nelle qualità passive, ma nelle attive inclina al caldo, & è gratissimo in tutte le viuande, eccetto che nella trippa, perche postoui sopra la fa puzzare, come sterco di buoi fatto di fresco.

Scielta. Il migliore è il biachissimo graue, sodo, & durissimo da spezzare.

Gio-

Giouamenti. Nutrisce più che il mele, mantiene il corpo netto, & mondo, astringe la femina, lenisce il petto, humetta il ventre, mondifica lo stomaco, conferisce alle reni, & alla vesfca, è vtile à gli occhi.

Nocumenti. Fà venir la sete, & per questo, quando con la sete si sente amarezza nella bocca, non bisogna vsare il zuccaro, perche all' hora lo stomaco è pieno di collera, nella quale il zuccaro si conuerte, & fà gran danno allo stomaco, & nuoce a quei, che sono di calda complessione, come sono i gioueni, & coletici.

Rimedi. Si rimoue il nocumento del zuccaro, mangiandosi con granati, ouero aranci acetosi.

Finiscono i Condimenti.

A C Q V A.

*Sic aqua clara, fluat qual s nitidissimus Aer,
Dulcis, & exigui ponderis, & gelida;*

Ff

Et

*Et tenuis curat, nullo purissima limo,
 Sitque sapor nullus sit procul omnis odor.
 Frescat breuiter, modico simul igne callescat
 Vtilis, & duris apta leguminibus.
 Hanc mihi si quis aquã dederit, vincta valete
 Pocula, nam vincit optima lymba merum.*

Acqua.

Nomi. Lat. Aqua. Ital. Acqua.

Qualità. E. fredda, & humida.

Sciel'a. La migliore è quella che è chiara, sottile, pura, lontana da ogni qualità, che al gusto non habbia sapore alcuno, che alla vista sia chiara, & lucida, & all'odorato, che non habbia sapore alcuno; è ottima ancora quell'acqua che appressata al fuoco, presto si scalda, & leuatene, presto si rinfredda, che sia fredda convenientemente in ogni stagione dell'anno; mà l'inuerno più calda, & la state più fredda, che non sia salsa, nè amara, che non sappia di fango, di solfo, ò di altra cosa, & che il suo fonte nasca verso Oriente, & corra verso

Set-

Settentrione; & è meglio quell'acqua, che corre sopra la pura terra, di *Acqua migliore.* quella, che corre sopra le pietre; bisogna ancora che sia leggiera, non di peso, mà che non graui lo stomaco, & che presto se ne venghi via. Per il contrario quell'acque son cattive, che vengono dalle paludi, che hanno male odore, ò, che partecipiano di qualche minera, come ancora son quelle della neue, & del giaccio dissoluti, & così quelle che l'inverno sono fredde, & la state calde, che tutte queste riveddano lo stomaco, & oppilano la milza.

Giouamenti. Gioua à i caldi, à i grassi, & carnosì, à quei che si affaticano, tempera il vino, & quantunque essa non nutrisca, ricrea nondimeno, & ristaura le forze, & è vehicolo di cibi, & eccita l'appetito, & data opportunamente nelle febri ardenti, se ne vede salubre, & felice successo, pçio-

che è contrarijssima alla natura delle febri, rinfrescando, & humettando il corpo, conferisce ancora à colero, che patiscono pollutioni notturne.

Notamenti. Nuoce à quei, che non sono troppo caldi, à i magri, à gl'otiosi, à quei che non son consueti à beuerla, à quei che hāno lo stomaco debole, & che patiscono infirmità di nerui. Fà danno a i denti, al petto, al costato, & à gli intestini deboli. Il beuere l'acqua fresca, massime à i vecchi, è molto dannosa, & à chi la frequenta di bere, è impossibile, che nō caschi in vecchiezza, & in frigide infirmità.

Rimedi. Si correggono l'acque cattive cuocendole, ò tenendole al sole in vn caraffone, con quattro granelle di pepe ammaccato, & volendosi beuere subito, si mastichino prima alquanti anisi, & per gli ammalati, si

cuoca

euoca con canella, orzo, & simili cose; ouero si faccia l'acqua melata, la quale hà gran virtù, leua la sete, aiuta alle frigide infirmità del ceruello, de' nerui, & delle giointure, conferisce alla tosse, caccia fuori del petto le flemme grosse, muoue il corpo, & gl'intestini, purga le viscere, & i meati dell'orina, & per questo gioua ne i dolori colici.

V I N O.

*Vina bibant homines, animalia cetera fontes,
Absit ab humano pectore potus aqua,
Pocula quæ caruere modo mihi crede nocebunt
Vina tamen modice sumpta iuuare solent.
Immodici at sensus perturbat copia Bacchi.
Inde quis enumeret quot mala proueniant?
Corporis exaurit succos, animiq; vigorem,
Oprimit ingenium, strangulat atq; necat
Alba colas melius reseratis postibus intrant
Corpora, & emulcēt, sunt nigra sicca magis
Si tibi sub rudro salienti grata coloro.
Sunt modo sint olido, manda sapore bibas.*

Corda iuuant, vires reparant, subitãq; reportãt
 Lætitiã modicis sed bibe sumptã cadis.
 Dulcia pectus alunt, iecori mala, pessima vètri.
 Turgidulo somnos hæc veneremq; ferent.
 Cæcuba fumoso nimiumq; furentia viro,
 Sensibus, & stomacho deteriora nimis.
 Forsitan & chium expectas grandæsq; falernos
 Sint mihi pauca malo, nec sine rura capro.
 Calda minus sed sunt magis humida aquatica
 vina,
 Si ferat hæc stomachus sensibus apta placet.

R E G O L E.

Il vino si connumera frã cibi, per-
 cioche ogni cosa, che nutrisce è ci-
 bo, & il principal luogo tra le cose
 che si beuono, tiene il vino, percio-
 che la fanità, per la sottil sostãza sua,
 meglio si mescola con cibi, che non
 fã l'acqua; oltre che à gl'huomini è
 molto diletteuole, restora l'humido
 virtu del radicale, e letifica il cuore. E il vino
 vn liquore foauissimo, ottimo restau-
 ratore di tutte le facoltà, & sicurissi-
 mo.

mo sussidio della vita nostra, & per questo gl'antichi la sua pianta, Vite, quasi che fosse vita chiamato; ma bisogna vsarlo con dodeci regole infrascritte.

I. Regola è, che quando il vino è gagliardo, & generoso, sempre si beua inacquato, con acqua semplice, o con decottione di anisi, o coriandri preparati, & tanta acqua vi si mescoli, che basti à leuarli il feruore, & la euaporatione, che fa alla testa; & perche si faccia miglior mistione, & si rinfreschino le parti calide del vin potente, si adacqui vn'hora, o due auanti che si beua, mà quando il vino sarà picciolo, & acquoso, non si adacqui, perche il vino adacquato inhumidisce troppo lo stomaco, et genera ventosità negli intestini, & imbriaça più facilmente, che l'acquosità il fa penetrare, et per questo quei ch'hanno lo stomaco de-

bole lo tralascino.

II. Regola. Non si beua mai il vino, dopò pranzo, ò dopò cena, finche non sia finita la concottione del cibo, che all' hora aiuta il nutrimento, che più presto trapassi il corpo, doue che prima impedirebbe la concottione.

III. Regola. Bisogna guardarsi di non bere vino, che sia rinfrescato con la neue, ò con l' acqua ghiacciata, perche grandemente nuoce al cervello, à i nerui, al petto, al polmone, allo stomaco, à gl' intestini, alla milza, al fegato, alle reni, alla vesfica, et à i denti. Onde non è merauiglia, se quelli, che vfan di beuerlo, son infestati da dolori colici, da indisposizione di stomaco, dalla retentione dell' orina, et da altri perniciosi mali, doue che gl' antichi Grechi in molte infirmità, come del petto, lo beueuano caldo, con giouamento notabile.

Vino cal-
do.

III. Re-

III. Regola. Si fugga il beuer vino a digiuno, perche turba l'intel-
 leto, induce spafmo, et nuoce gran-
 demente al ceruello, à i nerui, et alle
 giointure, riempie la testa, onde ven-
 gono poi catarri; et per questo quei
 ch'hanno la testa debole, et sono ef-
 posti à i cattari, non beuino il vino,
 oueramente, poco, et inacquato, che
 si vede per esperientia; che tutti i Sa-
 racini vecchi, che son stati continē-
 ti nel vino, non son molto da catar-
 ci, nè da dolor di denti infestati, do-
 ue che noi altri che lo beuiamo, co-
 minciamo à sentir catarri nella ado-
 lescentia: quando adunque sentire-
 mo, che il vino ci habbia offesa la te-
 sta, si prendano sei, ò otto grani di
 mortella, et se perciò non cessasse il
 dolore, si prouochi il vomito.

V. Regola. Non si conuiene dopò
 i frutti freschi, et humidi, et altri cibi
 cattiuu, beuere vino sottile, perche
 essen-

*Al vino
 ch'offende*

effendo il vino buon penetratore, fa più presto penetrare la malitia di quei cibi à i membri, mà questo si intende quando se ne beue superfluo, che beuendone in poca quantità, corregge la malignità de i cibi.

V I. Regola. Se nella medesima mensa è da vsare vin gagliardo, et vin debole, si cominci dal debole, che il vin potente in fine conforta la bocca dello stomaco, et aiuta la digestione.

V I I. Regola. Quanto il cibo è più grosso, et più freddo, tanto si conviene vino più gagliardo; mà quanto il cibo sarà più sottile, più caldo, et più digestibile, tanto più il vino sia debole, et per questo quei che mangiano carne di vaccina, et pesce, deuono beuere il vino più gagliardo di quelli, che mangiano le galline. Capponi, et altre sorte di carni simili.

V I I I. Re-

VIII. Regola. Quell iche vfano molto vino, non deuono vfar molto cibo, perche il vino ferue per il bere, et per cibo, et per questo malamente potrebbe la natura digerire.

IX. Regola. Il vino che è fatto debole, con l'acqua, è più laudabile, che il vino debole naturalmente, perche questi facilmente si putrefanno.

X. Regola. Quelli che hanno il cervello debole, et lo stomaco, ò il fegato caldo, et habitati in caldi paesi, deuono beuere poco vino, et acquoso; mà quelli che son di fredda complessione, et stanno in paesi freddi, et più forte, et più potente vino deuono beuere.

XI. Regola. Bisogna ancora nel bere offeruare le stagioni dell'anno, perche l'inuerno bisogna beuer poco, et più gagliardo vino; la state più acquoso.

XII. Re-

XII. Regola. Bisogna ancor cōsiderare l'età, perche si come il vino è alienissimo da' fanciulli, così ài vecchi è attissimo, essendo che tempera la lor fredda complessione, et per questo Platone negò il vino ài fanciulli, et ài gioueni lo concesse moderatamēte, et ài vecchi larghissimamente dicendo, che i fanciulli fino a i vinticinque anni, non deuno beuere vino, perche aggiungerebbe fuoco a fuoco, et la giouentù non deue beuer vino gagliardo, ma ben temperato.

Conditioni del buon vino.

Il vin buono, deue essere mondo, puro, chiaro, che tiri al rosso, detto cerasolo, che sia di luoghi montuosi, et sassosi, discoperti verso mezzo giorno, sia di ottimo odore, perche il vino odorato, accresce gli spiriti sottili, nutrisce benissimo, et genera ottimo

rimo sangue. Sia al gusto gratissimo, perche è presentaneo rimedio a coloro, che per dolor dello stomaco, & del cuore si vengono meno: non sia a modo veruno agro, nè dolce, ma mezzano, che il troppo dolce infiamma, fà opilationi, & riempie la testa, ma l'acerbo, ò acre nuoce à i nerui, et allo stomaco, et genera crudità.

Vini cattivi.

Sono cattivi i vini grossi, fetidi, turbidi, corrotti, & ingrati al gusto, i quali tutti bisogna fuggirli, perche fanno dolor di testa, corrompono il sangue, fan li spiriti malenconici, & nucono a tutto il corpo.

Vini acquosi.

I vini deboli chiamati acquosi, et oligofari, non tolerano troppo mistione di acqua, danno poco nutrimento non riscaldano manifestamente, & per questo si possono dare a i febri-

febricitanti senza pericolo, nõ offendono la testa, essendo poco fumosi, et poco vaporosi, anzi mitigano il dolor di testa causato da humidità, et il dolor dello stomaco che procede da ardore.

Vini potenti.

Dalle cose dunque sudette si può concludere, che i vini potenti non conuengono alla conseruatione della sanità, come sono il magnaguerra, greco, corso, maluagia, moscatello, claretto, cortese, forzato, vin della paglia, et simili, massime essendo grossi, et rossi, perche nutriscono troppo, et per questo si vede, che ne i luoghi doue sono buoni vini, vi sono gli huomini molto viuaci, come in Gualdo, et altri luoghi simili.

Effetti del buon vino moderatamente beuuto.

Il vino moderatamente beuuto, parturisce

turisce molti commodi all'animo, et al corpo, percioche quanto all'animo si rende più fidele, et più mansuetto, l'anima si dilata, gli spiriti si confortano, l'allegrezze si moltiplicano, et i dispiaceri si scordano, chiarifica l'intelletto, eccita l'ingegno, raffrena l'ira, leua la malenconia, induce allegrezza, viuifica gli spiriti; et dona audacia, muta i vitij in virtù, facendo l'huomo di empio pio, di auaro liberale, di superbo humile, di pigro sollecito, di taciturno facondo, di goffo astuto, et conduce la mente humana dalla potenza all'atto. Quanto poi al corpo, conferisce alla nutritione, resiste alla putredine, aiuta la concottione, la digestione, et la generation del sangue, incide la flemma, fa i membri coloriti, risolue le ventosità, prouoca il sonno, eccita l'appetito, ingrassa i conualescenti, ristora gli estenuati, aprel'opilationi,

con-

concuoce i crudi humori, prouoca il sudore, & l'vrina, apre la via alle superfluità; onde à ragione fù il vino da gl'antichi detto theriaca magna, effendo, che riscalda il cor freddo, & il caldo lo rinfresca, come anco dissecca l'humido, & humetta il secco.

Effetti del vino beuuto immoderatamente.

Il vino beuuto fuor di modo, come fanno gli imbriachi, fà effetti contrarij, imperoche genera infirmità fredde, come sono apopleffia, paraffia, letargo, mal caduco, spafmo, & tremore, offende la testa, perturba i fenfi, fnerua la memoria, & fà morti repentine, quanto all'animo poi, il vino fà gl'huomini ignoranti, loquaci, ingiuriosi, forsennati, stupidi, homicidiali, & luffuriosi, corrompe la mente, rifolue l'animo, distrugge le potentie animali, & naturali, & se

l'vberiac-

l'vbbriacchezza si frequenta, appor-
ta molte offese al corpo humano.

Rimedi delli nocumenti del vino

Per fuggire l'offese del vino, non
si mangino cose dolci, nè apperitiue,
mà cose amare, & constrettiue; onde
l'assentio preso innanzi, proibisce
la crapula, & l'vbbriacchezza; & il me-
desimo fanno sette amandole ama-
re, ò vn'insalata di fronde di cauli.
Il zafferano beuuto con sapa, i gra-
ni di mortella, & i cauoli mangia-
ti dopò, la radice dell'iringo pari-
mente presa innanzi, fà il medesimo,
come anco il porro, & l'amandole
di persichi presene sette auanti al ci-
bo, & cotognate, & altre cose astrin-
genti dopò il cibo.

Del vino nuouo.

Il vin nuouo chiamato mosto, è dif-
ficile à digerire, offende il fegato, &

gli intestini, gonfia il ventre, per la bollitione, che fa nel corpo, dalla quale nascono ventosità, prouoca l'orina, induce dissenteria, fa sognare cose terribili, è di grosso nutrimento, ma questo ha di buono, che solue il ventre.

Vin vecchio.

Il vin vecchio quãdo passa di quattro anni, è caldo, & secco nel terzo grado, & sempre inuecchiando acquista più calore. Il migliore è quello, che è odorifero assai, potente, spiritoso, che non sia amaro, nè acetoso, ma grato a tutti i sensi, aiuta la virtù espulsiva, risolue i mali humori, & la ventosità, è buono per quei, che hanno humori crudi nelle vene, & negli altri vasi, nuoce a chi l'vsa molto, a i nerui, & al coito, perche dissecca il seme, perturba l'intelletto, offende i pannicoli del ceruello, & impe-

disce

disce il sonno, onde si deue adoperare per vso di medicine, & non per bere, & pur beuendone se ne beua poco, et molto bene adacquato; nuoce a i gioueni, et a quei, che sono di calda complessione, massime la state, come conferisce l'inuerno a i vecchi, et a i flemmatici.

Vino dolce nuouo.

Il vino dolce nuouo è caldo nel primo grado, et humido temperatamente, è buono l'inuerno per i gioueni, per i colerici, et per quei ch'hanno lo stomaco gagliardo, che ha grã forze, di vnire, et confortare li spiriti, prouoca il coito, perche genera molto sperma, ma è inimico è vecchi, et a flemmatici; quando non è chiaro genera feccioso, oscuro, et vaporoso, nuoce allo stomaco, et alle budella, et molte volte fa venire il flusso hepatico, onde si deue aspet-

G g 2 tare

tareà beuerlo da fe, ouero dalle tacchie dell'auellane, che lo fanno venire presto chiarissimo..

Vino dolce maturo.

Questo vino è caldo nel secondo grado, & humido temperatamente. Il migliore è quello, che è di sostanza sottilissima, & alla vista lucidissima, & trasparente; diletta mirabilmente al gusto, nutrice molto, & gioua al petto, & al polmone, mà oppila gagliardamente il fegato, & la milza, empie la testa, fà sete, & genera la pietra nelle reni, & si conuerte in colera; onde i colerici non lo deuono vsare in modo alcuno, nè quelli c'hanno mal disposte le viscere; à i vecchi l'inuerno è molto conueniente.

Vino brusco.

Il vino brusco agrestino, pontico,
stitico,

stitico, & acerbo, si cōfondono tra di loro, per la poca differenza, che è tra questi sapori: è ben vero, che l'austero partecipa dell'amaro, & il pontico del forbigno. I vini, che propriamente sono bruschi da gl'altri vini, hanno tanto poco calore, che non arrivano al primo grado, & sono secchi nel secondo; sono buoni per i grandi caldi, nella febbre diaria, al fegato infiammato, & allo stomaco disseccato, rinfrescano, leuano la sete, sanano il flusso, stagnano il vomito, mà nõ bisogna che sian acetosi, nè molto austeri, mà che sian mediocrementemente astringenti, fottili, & poco colorati, e son buoni p i gioueni, ch'hanno lo stomaco caldo, & per i colerici, & sono nemici à i flemmatici, & à i vecchi, peroche stringono il petto, fanno venire la tosse, non danno buono nutrimento, nè fanno buono sangue, & impediscono il sudore.

Vino rosso .

Il vino rosso è caldo nel fin del primo grado, del resto è temperato; il buono è quel che è di sostanza sottile, splendido, et chiaro, simile a vn rubino; nutrisce molto bene, genera buono sangue, leua la sincope, et fa piaceuoli i sogni la notte; il grosso graua lo stomacho, nuoce al fegato, et alla milza, facendo opilationi, et tardi si digerisce; il negro dolce è più nutritiuo, et più opilatiuo; i negri austeri, generano humori melanconici: i rossi dolci son pettorali; i rossi assai chiari, et raspanti fanno orinare.

Vino bianco .

Il vino di colore di cedro si chiama bianco, è odorifero, et potente, e caldo nel principio del secondo grado, et secco nel primo. Non vuole esser di più d'vn'anno, perche farebbe

be troppo caldo, sia splendido, et lucido, & fatto d'vne mature, nate nelle colline. Resiste a i veleni, & alla putredine, purga le vene de gli humori corrotti, fa buono colore, accresce le forze, rallegra il cuore, & conforta il calore naturale, prouoca l'orina, il sudore, fa dormire, gioua alla quartana, alla diaria, & a i conualescenti, conforta lo stomaco, & vsandosi cōuenientemēte ben tēperato con l'acqua, cōferisce in ogni tēpo, ad ogni età, & ad ogni complessione, pur che non sia troppo vecchio, & non se ne beua troppo, perche nuoce à chi hà la testa, & gli altri mēbri deboli.

Raspanti.

I raspanti fatti di vino ottimo, sono molto buoni, perche quella mordicatione gagliarda congiunta co'l sapore dolce, ò altro sapore di vino buono, prouoca l'orina, fà digerire il

Gg 4 cibo,

cibo, rifueglia l'appetito, & non lascia ascēder alla testa i fumi del cibo.

Acquati.

Gli acquati sono poco grati allo stomaco, offendono la testa, mà quel che hanno di buono è che presto si rendono per vrina; sono molte le differentie loro, secono la varietà dell'vue, dalle quali vengono le vinace, che se farāno dolci la beuanda farà molto più foaue, & piú tosto si renderāno per vrina; mà il contrario farà se l'vue faranno acerbe, & acide.

Vino artificiale p poveri, & per infermi.

Prendesi di aceto, di mel purgato, cioè schiumato, vua passa, ò zibibo ò vua cotta ana libra ij. tartaro poluerizzato 3. vj. si fāno bollire in acqua alla quantità d'vn barile, fin che sia crepato il zibibo, & l'acqua farà rossa lasciasi freddare, poi prēdasi vn'altro barile di vino rosso, aggiungendo tant'acqua chiara, quanto basta

à far-

a farlo soaue. Poi se gli fa la conchia,
 pigliando tre oua, & vn pizziochetto
 di sale, si sbatta con acqua in vn sec-
 chio con la scopa, fin che facci gran
 schiuma, la quale subito si metta nel
 barilone, mescolando sempre. L'in-
 uerno dura vn mese e poco più, la sta-
 te fino à venti giorni.

Vino contra la peste, per i ricchi.

Prendesi di radici di tormentilla,
 di bistorta, di vincetossico, di ditta-
 mo bianco, di cinque foglio, di zedo-
 aria, ana dramme due e meza, scor-
 dio manip. mezo, bolo arm. or. once
 meza, seme di acetosa, di coriandri
 preparati, di basilicò ana dramme
 tre, seme di cedro mondo dramma
 vna e meza, frondi di cardo santo
 dramme due, canfora dramme
 meza, zafferano scropolo mezo.
 L'herbe si tagliano, & l'altre cose si
 pestano grossamente, & ligate in tela
 di lino sottile, cãdida, et monda s'in-
 fondo-

fondono in otto libre di buono vin bianco chiaro, et odorifero, per due giorni continui, poi leuato il bottone, et colato il vino, gli si gettino sopra sei oncie di siroppo d'agro di cedro, et si mescoli bene, finche s'incorpori bene il tutto, et si serbi all'vso.

Per i poveri.

Si prenda vn manipulo di radici d'ebulo peste alquanto, et altrettante frondi di ruta capraria, s'infondano in lib. 8. di vin bianco, per 24. hore, in vn fiasco di vetro ben coperto, et serbisi all'vso.

Di questi vini si piglia vn buono bicchier la mattina nell'uscire di casa, prefa prima vna di qste rotule.

Prendasi di vincetossico, di termentilla, di bistorta, zedoaria, et dittamo bianco, ana scropolo, di bolo armeno, di terra sigillata, ana scropo vno è mezo, di seme d'acetosa, di coriandri preparati mondi, ana scropo

li

li duo, spetie di elettuario di gemme, dramma meza, con zuccaro quãto basta, dissoluto in acqua rosata, et di acetosa, si facci cōfettiō in rotule.

Quando la mattina l'huomo è leuato di letto, messosi le calze, e'l giuppone, stia dritto, et messo nel scaldaletto pieno di bragia, vi si getta sopra della poluere infra scritta, et si profumi tutta la persona, poi si finisca di vestire.

Si fa la poluere di legno santo, di sandali tutti, ana dramma vna, e meza, legno aloe, scrop. due, storace, calamita, laudano, belzui, ana dramme due, aloe hepatico, mirra, ana oncie meza, scordio dramma vna, e meza.

Vscendo di casa si porti sempre in mano vna palla fatta altorno di legno di sassafra, ò ginepro concava, che si possa aprire, & che sia bugiata per tutto con molti buchi, & dentro si tenga vn pezzo di spogna bagnata nel.

nell'aceto infra scritto; Prendesi della poluere sopradetta oncia vna, di canfora scropolo mezo, si leghino in pezza rara, & s'infondano in vna libra d'aceto fortissimo, & come non vi è più aceto, vi s'aggiunga dell'altro. Dell'altre cose pertinenti à questo proposito, habbiamo trattato à pieno nel nostro libro della Peste, & nel libro dell'acque, & vini Medicinali, & più à pieno nel nostro Theatro delle piante.

Il fine de i Vini.

*VARIJ MODI DI LVBRICARE
il ventre, ne i cibi.*

D Al mangiare si radunano molte superfluità ne i corpi nostri, parte delle quali si consumano con l'essercitio, & parte ne resta nel corpo, donde con qualche arte bisogna cauarle fuori. Sono queste super-
fluità

fluità diuerse, come da diuersi luoghi
 procedono, & tali sono gli sputi, i
 mochi del naso, i sudori, l'orine, gli
 escrementi del ventre, & altre spor-
 citie del corpo, che se non si caccia-
 no fuori generano molti mali, come
 opilationi, febri, dolori, & posteme;
 & per questo cō ogni studio bisogna
 euacuarle, ò per natura, ò per arte;
 per natura vsando cibi humidi, & li-
 quidi; per arte, pigliando qualche
 clistero la state fatto con oglio vio-
 lato, ò rosato; & l'inuerno con oglio
 commune, ò d'amandole dolci, oue-
 ro facendo vna supposta di butiro,
 empiedo vna astula di piombo lun-
 ga vn palmo, vn dito grossa, empita
 di botiro, con vn poco di sale, & poi
 con vn stile spingere il butiro in al-
 to; l'altro modo è; Di sopra si prenda
 mezza hora auanti al cibo, mezza
 oncia di fiore di cassia; ouero si prêda
 vn' oncia e mezza di mel rosato solu-
 tiuo:

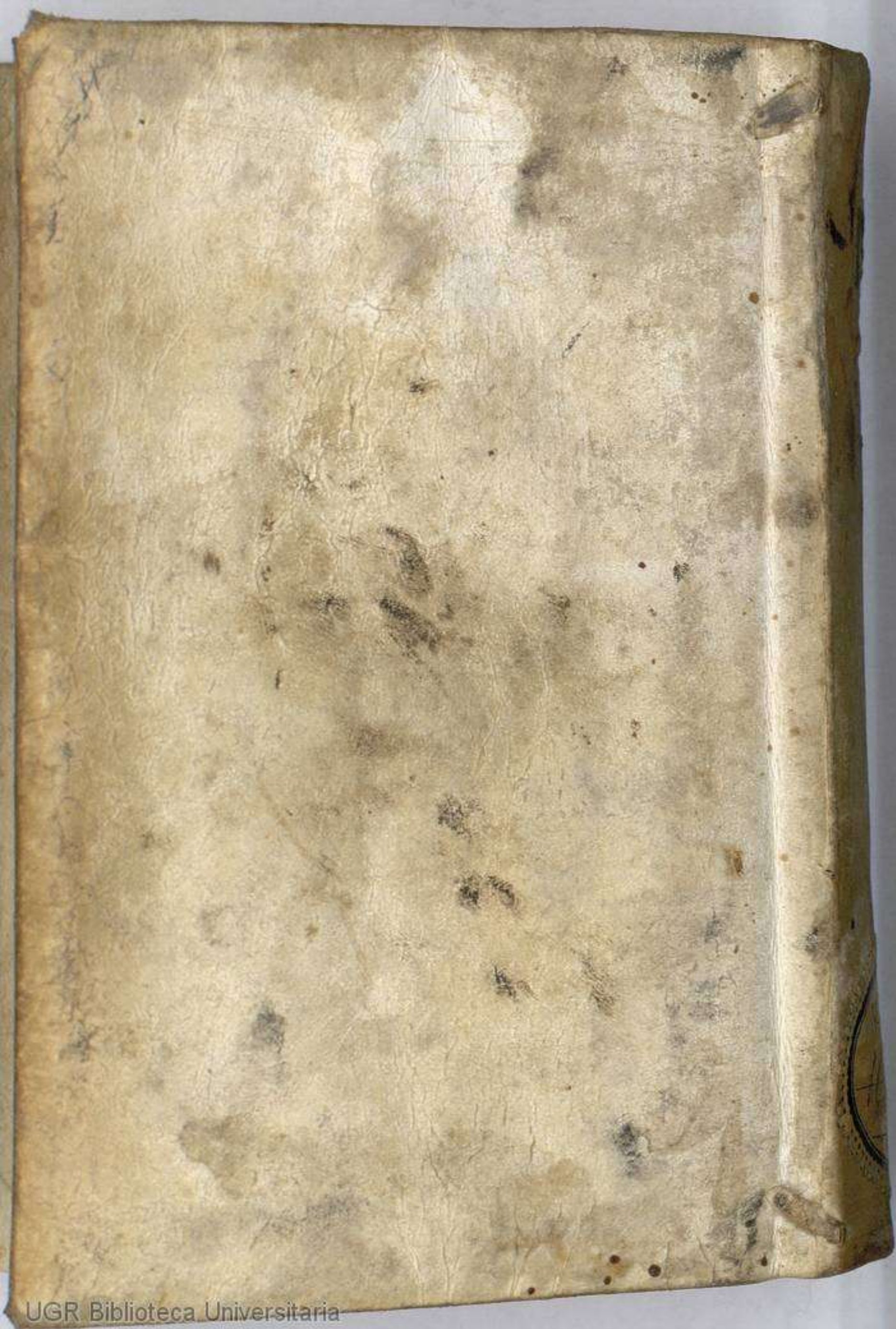
tiuo; ouero siroppo rosato solutiuo,
 tre hore auanti pranso, vna volta, ò
 due la settimana; ouero si prendano
 quindeci sebestini, e si lessino in qual
 che brodo, il quale si beua quattro
 hore auanti pranso, e li sebestini as-
 persi di zucchero, si prēdano nel prin-
 cipio del mangiare, in vece di pruni
 damasceni; ouero si prenda mezza
 oncia di rodomanna, fatta di zucca-
 ro, di rugiada, di rose, di mercuriale,
 & di cauli, facendone rotule, ò can-
 nelli, pigliandone mezza oncia all'
 alba; ouero si prenda il nostro elet-
 tuario, detto durantino, fatto à fog-
 gia di cotognata, con egual parte di
 manna, & di polpa, pruni damasceni
 freschi, ben cotti, & passati per setac-
 cio, & con infusione di senna, e di po-
 lipodio, con anisi, & cinnamomo, re-
 iterata tre volte, si faccia elettuario,
 & se ne pigli mezza oncia, nel princi-
 pio del pranso, che è soaue al gusto,
 & sen-

& senza molestia muoue il corpo. Si può pigliare ancora de i manufchri-
sti, di polipodio, ò di fena, alla quan-
tità di mezza oncia, poco auanti al
cibo, & si fa in questa maniera: Pren-
donfi di polipodio quercino, monda-
to con diligentia, once quattro, di
zenzero once mezza, di seme di finoc-
chio dolce dramme vna, d'anisi dra-
me due, d'vua passa dolce, once vna,
cuocansi fecondo l'arte, leggermen-
te spremendo; si prēda di q̄ita espres-
sione libbre vna, di zuccaro, once ot-
to, di coralli rossi preparati, dramme
vna e mezza, di perle preparate, scru-
poli quattro, e si faccia confettione
in rotule.

A questo proposito gioua ancora
subito auanti pranso, mangiare mez-
za oncia di manna Calabrese, ò be-
uerla con vn poco di brodo; vale an-
cora questo elettuario, fatto in que-
sta maniera: Si prende di succo di ro-
se

Se libre vna, di succo di mercorella,
 di malua, di cauoli, e di bieta, ana
 oncie otto, si colano, e poi si cuoca-
 no, sospendendo nel mezzo vn bot-
 tone, fatto di dramme diece, di ma-
 stice fresca, e molle, fin che i fughi
 venghino à spessezza di mele, eleua-
 to il mastice si ferue all' vso; la sua do-
 se è da mezza dramma, fino à vna
 dramma intiera in bolo, ouero (& è
 cosa regia) si dissolua la manna in ac-
 qua di borragine, di modo che l'ac-
 qua sia, poi si stilli à bagno caldo, in
 boccia di vetro, & ne viene vn' acqua
 purissima, & candidissima, della qua-
 le se ne prenda vna oncia fino à due,
 la fera nel principio della cena, ò la
 mattina per sei hore auanti pranzo.







[Faint, vertically oriented handwritten text, possibly a signature or title]

N^o *A* (e)
18 - 372