



28 2-7-3

1
11-372

Biblioteca Universitaria	
GRANADA	
Sala	A
Fila	18
Tafel	
Número	372

i11847074

17-18



Compiuto d. M. de' Ronzegio
B. 8427

IL TESORO DELLA SANITA' DI CASTOR DVRANTE DAGVALDO,

Medico, & Cittadino Romano.

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

Con vna Tauola copiosa delle cose notabili



IN TORINO, MDCXII.

LIBRERIA
BRABADA

UNIVERSITA'
GRANDI

Pola
alho

Amg
Mar.

R. 8. 1857

Conf
R. 8. 1857

Mr
Mr



IN THE KING OF MEXICO



AL SERENISSIMO

CARLO EMANVEL

DVCA DI SAVOIA,

Principe di Piemonte, &c.



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

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 noieuoole, e doloro-
fo, 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 pioggie
fouerchie, 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 risolvermi 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-
ra-

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 consacro , e la supplico à
restar seruita 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}

Humilifs. & deuotifs. seruitore

Gio. Domenico Tarino.



SANCTISSIMO,

A C 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, viue Gregi.*

*Vinat, & Excubitor pellat genus omne luporum
Hic Leo, vt illasum 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 solo si promette à noi dal Cielo nel principio del nascer nostro, mà la nostra diligenza ancora ce la procura; & nessuna cosa è à gli huomini più viile à questo proposito quanto 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,

rità, data la medicina, la quale in due parti diuidesi: La prima conserua la Sanità presente: Et l'altra la perduta recupera. 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 essempio) 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
ico-

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.*



TAVOLA
DELLE COSE
PIV NOTABILL.



A



<i>Ccidenti dell'animo.</i>	<i>à car.</i> 64
<i>Aceto.</i>	429
<i>Acetosa.</i>	126
<i>Acqua.</i>	449
<i>Acqua calda.</i>	25
<i>Acqua da denti.</i>	10
<i>Acqua odorata.</i>	14
<i>Acquati.</i>	472
<i>Aere.</i>	1
<i>Aere notturno.</i>	8
<i>Aglio.</i>	188
<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>Appie mele.</i>	225
<i>Aranci.</i>	242
<i>Arbuto.</i>	222
<i>Aria delle Vigne di Roma.</i>	8
<i>Asparagi.</i>	134
<i>Astimentia.</i>	57.78
<i>Atriplice.</i>	135
<i>Auellane.</i>	254
<i>Azimi.</i>	

Azimi.

103

B

B Agni.	57
Barba.	24
Beccafico.	358
Becco.	307
Bere.	75
Ecctonica.	138
Bianco mangiare.	124
Bieta.	140
Biricocoli.	268
Boragine.	142
Bottarghe.	396
Basilicò.	137
Bue.	308
Bufalo.	310
Butiro.	320

C

C Ascio.	341
Calamaro.	392
	Ca-

TAVOLA.

Calandra.	365
Calor naturale.	40
Canella.	434
Capi di latte.	345
Capo.	332
Capo Luare.	26
Cappari.	143
Cappone.	355
Cappone pesces.	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.	105
Cedri.	214
Cedronella.	165

TAVOLA

Cedruoli.	288
Cefalo.	396
Celsi .	217
Cena.	93
Cerafe marine.	272
Cervello.	303
Cibi buoni.	76
Cervuo.	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
Conualefcenti.	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
Endiua.	156

TAVOLA.

Esfercizio.	18, 22, 28
Euacuatione.	53
F	
F Agioli.	113
Fagianoi.	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

TAVOLA

Forma del dormive.	46
Fraghe.	292
Fragolino.	398
Frittioni.	2160
Fruenti.	95
Frutti.	210

G

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

TAVOLA.

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

H

H Ebrèl.	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
Iodola.	365
Lubricar il corpo.	54.476
Luccio.	486
Lumache.	408
Lupino.	163
Lupulo.	163

M

M Aggiorana.	125
M Magri ingrassare.	96.260
Mal caduco.	306.378

TAVOLA.

Malenconici.	41
Mal francese.	376
Mali frigid.	36
Mandorle.	240
Marasche.	267
Mele.	438
Melissa.	165
Meloni.	294
Memoria.	30
Menta.	166
Mercorella.	168
Mercurio.	179
Merli.	367
Miglio.	119
Milza.	336
Mine.	318
Mirabolani.	279
Montone.	324
Morano.	172
Morbiglioni.	172
Moro.	257
Morte.	75
Mosto cotto.	433

TAVOLA.

N

N <i>Escole.</i>	227
N <i>Noci.</i>	256
<i>Noci d'India.</i>	260
<i>Noce moscata.</i>	440
<i>Noci persiche.</i>	283
<i>Nocchie.</i>	254



O <i>cha.</i>	368
O <i>Occhi.</i>	25.303
<i>Oglio.</i>	441
<i>Oglio di noce moscata.</i>	441.230
<i>Oliua.</i>	280
<i>Ombrina.</i>	409
<i>Orata.</i>	411
<i>Orbacche.</i>	261
<i>Orzata.</i>	101
<i>Orzo.</i>	100
<i>Ostrica.</i>	412
<i>Otio.</i>	

TAVOLA.

Otio.	31. 32. 34
Oua.	370

P

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

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

Ramoraccia.

203

Ranocchie.

413

Rape.

204

Raspanti.

471

Reni.

336

Repletione.

52.55

Respiratione.

1

Riccio.

330

Ricotta.

347

Tiposo.

33

Rijo.

123

Rivolte nel dormire.

45

Rosmarino.

175

Rucchetta.

176

Sale

TAVOLA.

S

Sale.	443
Salsa.	307
Salvia.	177
Sanià.	31
Sapa.	433
Saponetti.	27
Sarda.	415
Scalogue.	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 .	1447
Storno .	380
Sturione .	419

T

T Arantello .	425
Tartaruche .	423
Tartufi .	145.208
Telline .	420
Tenca .	421
Testiculi .	337
Testudine .	423
Tonno .	425
Tonnina .	425
Topi .	262
Tordi .	381
Toro .	308
Torture .	383
Tribulo .	185
Triglia .	426
Trippa .	336

Trot-

TAVOLA.

Trotta.	428
Turba.	6

V

V. <i>Acca.</i>	310
V. <i>Vccelli.</i>	349
V. <i>Vccelletti montani.</i>	384
V. <i>Vecchiezza.</i>	11
V. <i>Venere.</i>	62
V. <i>Ventre lubricar.</i>	476
V. <i>Vermi.</i>	25
V. <i>Vesti.</i>	14
V. <i>Vino.</i>	453
V. <i>Vini acquosi.</i>	461
V. <i>Vino nuouo.</i>	465
V. <i>Vino vecchio.</i>	466
V. <i>Vino bianco.</i>	470
V. <i>Vino brusco.</i>	468
V. <i>Vino dolce.</i>	465
V. <i>Vino buono.</i>	462
V. <i>Vini potenti.</i>	462
V. <i>Vini cattiu.</i>	461
V. <i>Vino artificiale.</i>	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
Vista .	358
Visciole .	273
Vita .	11.31
Vitella .	388
Vomito .	56
Vrina ritenuta .	55
Vua .	232
Z	
Zafferano .	445
Zenzero .	445
Zinne .	303
Zucca .	297
Zuccaro .	448

Il fine della Tavola .

IL TESORO
DI SANITA'
DI CASTOR
DVRANTE.

S O M M A R I O.

*Si cupis incolumen vitam producere, Calum
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 soprattutto 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 egli tanta potenza 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 corrotto da nebbie, nè da vapori di laghi, stagni, paludi, cauerne, fanghi, & poluere: Che per l'Aere polueroso appresso i Garamanti gl'huomini appena possono arriuare à quaranta anni. Et douè è l'aere cattiuo, è necessario, che l'acque non sian buone, le quali aiutano poi l'Aere à corrompere i corpi nostri insieme con i cibi, i quali nell'Aere grosso deueno esser sottili, come nel sottile grossi. Quell'Aere adunque è conseruatiuo della sanità, che fa i giorni lieti, & sereni, puro, & temperato: Si come il grosso, il denso, il turbido, & l'infetto la distruggono. L'aere cattiuo è il frigidò, & Boreale, & l'Australe ancora & parimente il noturno, massime sotto i raggi della Luna, & allo scoperto, & così anco il ventoso, il turbido, il grosso, infetto da cattiuu vapori, & dalla putredine de gli animali,

*Aere buono.**Aere cattiuo.*

mali, & dell'altre cose, pche tal'aere graua la testa, & offende gli spiriti animali, & con la sua troppo humidità rilassa le giunture, 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, chiarificando 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

Aere tenebroso, e grosso, offusca il cuore, conturba la mente, aggraua il corpo, ritarda la cōcottione, & accelera

Aere temperato e suoi effetti.

Aere disseperato.

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 cattini 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 falcio, di quer-

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, & facciã 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
 profumo: Si prenda di tutti i sandali
 egualmente meza oncia, di rose dra-
 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 dra-
 ma vna, di mastice, d'incenso, ana
 dramme due, pestinsi grossamente, &
 mettansi sopra carboni. Oltre à ciò
 per correggere la mala qualità del-
 l'Aria & per assottigliare, & dissolue-
 re i grossi, & viscosi humori del cor-
 po, sia sēpre acceso nella stanza fuo-
 co di legne odorifere, come sono lau-
 ro, rosmarino, cipresso, ginebro, quer-
 cia, pino, abete, larice, terebinto è

*Profumo.**Foco cor-
 regge l'ae-
 re.*

Pomo odorifero.

tamarice. Oltre à ciò odorifi notte, e giorno questo pomo: Prendasi di zafferano drama 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, &

Aere notturno.

Aria delle vigne.

Aere di Roma.

Stagioni.

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'elle si fiano, ma quelle che variano, son pessime. Nò è da lasciar di dire, che la state quando soffian venti Australi, son più sani i luoghi esposti

esposti à Settentrione, come l'inuer-
 no tirando Tramontana, quei che
 son volti à mezo giorno. Volendosi
 sapere che qualità sia dell'Aere, met-
 tasi la notte al sereno, vna spugna
 bene asciutta, e se la mattina si troua
 secca, l'Aere è secco; se molle l'Aere
 è humido. Separimente vi si metterà
 vn pan fresco, & si muffa, farà l'Aer
 corrotto; se secco, ò humido il pane
 si mätenerà 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, sitropicciādo 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, sangue di drago, alume
 adusto ana dramma meza, cinnamo-
 mo dramma vna, e meza, aceto rosa-
 to, acqua di lentisco ana oncie due,
 acqua

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

1603

*Aere co-
 me si cor-
 rega.*

*Dentifri-
 tio.*

acqua piouana lib. meza, mele oncie tre, cuocasi à fuoco lèto 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 gengine, 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 gengine, emendando la carne putrida, & fanno i denti biachi. 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, nõ sia sotterranea, nè humida ne 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'inuerno il Sole, & che habbia le finestre che si rispòdin da tutte le bāde, cioè da Leuante à Ponēte, & da Tramontana à mezo giorno, accioche nessuno Aere vi faccia lungo tempo dimora, ch'altrimente vi si corromperebbe, & si putrefarebbe, ne bisogna frequentar molto le stanze da basso, ma le più alte, che così si viene à respirare l'Aere più sottile, & più puro. Adunque habitare in luogo alto, e aperto della casa ripara che l'humido radicale non si consumi, & ritarda la vecchiezza; Ma habitare luoghi vicini à terra, o sotterranei, & oscuri, non è bene, perche la vita si mātiene à Cielo aperto, & al lume; & all'ombra l'huomo amuffasi, & consumasi. 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 stabiij,
 & doue le cose che vi nascono, si cō-
 feruano lungo tempo incorrotte, &
 quiui solamente è d'habitare. E uti-
 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'i negotio della
 Città s'accorta. Gioua ancora tal ho-
 ra mutare Aere, ma la mutatione nō
 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 sian 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 iterne, 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 te-
 sta, imperoche queste cose calde ap-
 rono, dilatano, & rēdono rare le par-
 ti della testa, onde si fanno più pron-
 te poi à riceuere le superflue humidi-
 tà. Sopra le vesti s'asperga l'inuerno
 questa acqua: Prendesi de iride Fio-
 rentina, zedoaria, spico nardo ana
 onze vna, storace, maltice, cinnamo-
 mo, noce moscata, garofani ana on-
 ce meza, bache di ginepro, dramme
 tre, been, ambra, mosco ana scropo-
 lo vno; Tutte queste cose si stillino
 con vino. La state prendi d'acqua ro-
 sa libre quattro, di aceto ottimo li-
 bra vna, rose rosse manipulo vno e
 mezo 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 disso-
 luto ogni cosa in acqua rosa, posti in
 lam-

Vesti.

*Acqua o-
dorifera.*

Iambicco 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 *rate.*
 rossi scropoli quattro, fior di neufari
 dramme vna e mezza, bolarmeno
 dramma vna, storace calamita dram-
 me vna e mezza, 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-
 tivna

ti vna spogna infusa in aceto nel qual sian 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 maluagia grani cinque, con pistello caldo si formi vn pomo. Bisogna oltre à

Stomaco come si difende. ciò difendere il petto: & lo stomaco con pelli d'agnello, o di lepore, o cò cuginetto di piuma, o con pezze di rosato, essendo che lo stomaco male affetto sia la madre dell'infermità.

Panni. Oltre à ciò i panni che s'vsano per lo stomaco, & per la testa, habbiano odore di zafferano, di legno aloe, & di ambra, che queste cose dan vigore al ceruello, ma il mosco si lasci, per la molta sua euaporatione. Le ma

ni ancora si cuoprino con guanti l'inuerno di pelli di volpe, & la state di pelli di lepore, di capretto, e di agnello. Finalmente oltrealle altre cose, si fuggan cò tutte le forze la frigidità de i piedi, & delle mani, essendo che molte indispositioni sogliono da queste cose procedere.

DEL MOTO, ET DELLA QVIETE.

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

C A P. II.

PErche 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'ellercitio, il quale è potentissimo à conseruaci sani, essendo che per esso si espurgan le superfluità di tutto il corpo, & si dissoluoano 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 ellercitij validi, & faticoli, & alcuni moderati, leggieri, & deboli; l'ellercitio temperato è quello, che conferisce alla sanità, per che corrobora il calor naturale, consuma le superfluità, viuifica la giouentù, alleggerisce la vecchiez-

*Ellercitio
e suoi ef-
fetti.*

*Ellercitio
ottimo.*

za, proibisce la ripienezza, fortifica i sensi, fà 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'uccellare, & 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 grandissimo nocumento. *Otio souerchio e suoi nocumēti.* Le frittioni ancora sono vtilissime, percioche proibiscono che gl'humori nō 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, accioche 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, perche grandanno suole auenire à coloro che ripieni di cibi, si essercitano, perche si come il moto fatto auanti al cibo è conseruatiuo della sanità; così dopò il cibo è generatiuo di infirmità. Adunque ogni essercitio sia auanti al cibo, & dopò seguiti la quiete; ma da questa regola sono essenti gli Agricoltori, i quali son'auenzi ad essercitarsi subito dopò il cibo, & in questi si verifica quel detto, che è meglio essercitarsi pieno, che uoto. Nell' essercitio ancora è da guardarsi dal freddo, pçioche l' essercitio fatto hauēdo aperti i pori, fà ch'etra la frigidità facilmente, inducēdo poi catarri, e altre diuerse infirmità, adunq; la mattina euacuati gli escrementi del corpo prima si faccino le frittioni alle parti estreme, cominciādo dalle ginocchia fino a' piedi, & dalle coscie fin alle ginocchia, poi

*Freddo do
pò l'esser-
cizio.*

Frittioni.

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 così 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 sangue, & gli spiriti non corrano alle giunture; onde si indeboliscono, & si preparano à i dolori, & ad altri nocumenti. In oltre è molto vtile tossendo sputare, e *Sputare.* cacciar fuori gli escrementi del corpo, facendo esercizio. Oltre à ciò, auanti l'esercizio, 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:

*Pettinarsi
conferisce
alla vista.*

tù in terriori, cioè l'imaginatiua, & la cogitatiua, la memoria; e l'vfo del pettine riftora mirabilmente la vista, mafime 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, secòdo ql verso

Barba.

Starnuti.

*Lauarsi le
mani, e'l
viso.*

Si fore vis sanus, ablue saepe manus.

*Lauanda
per l'in-
verno.*

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,

fatta in vino. La stat e si conuien l'ac
 qua fresca, nella quale sia giunta vn *Lauanda*
 poco d'acqua rosa, con vn poco di *p le staze.*
 sapone ben'odorifero. Bisogna lauar
 spesso le mani, perche sono instru-
 menti 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,

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

Ma dopò il cibo non bisogna la- *Acqua cal*
 uar le mani con acqua calda, perche *da è catti.*
 genera vermi nel ventre, & la ragion *ua per le*
 è, perche cò l'acqua calda si tira fuo- *mani.*
 ri il calor naturale, onde ne vien la
 digestion imperfetta, laqual è potif-
 sima cagion de' vermi. Gli occhi *Vermi.*
 ancora si lauino con acqua fresca, ac-
 ciò che si leuino da loro l'immoditie,
 & mettansi gli occhi in acqua fresca, *Occhi.*
 & chiara, & apransi, che così s'affot-
 tiglia la vista, & si mondificano gl'
 occhi.

occhi. Poi con vno asciugatoio bianchissimo, & odorifero s'asciughino.

Si nettino poi bene i denti, che non essendo netti fan puzzare il fiato, & mische col cibo le superfluità de i denti, causano corruttion del cibo;

Denti.

*Denti come
si conser-
uano.*

oltre che i denti sporchi mandano al ceruello cattiuu 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 bisogna incio osservar quella antica sentenza, che dice, che si lauino spesso le mani, raro i piedi, & non mai il capo; perche lauandosi la testa qualche volta, conforta grandemente il ceruello, massime lauandosi l' Inuerno cò liscia dolce, nella qual sia bollita saluia, bettonica, stecade, asaro, maiorana, camomilla, martella, & vn poco di vin bianco odorifero, & si vli

*Capo quã-
do si laui.*

sapo-

sapone fatto di sapone Venetiano, ò *Saponetti*
 damaschino once due, di agarico elet *per la so-*
 to oncia vna, di landano dráme tre, *sta.*
 di garofani, & spico nardo ana scro-
 poli duo, con olio mirtino, si faccia
 palla. La stete si faccino bollir nella
 liscia rose secche, & in vece di sapon-
 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-
 uila sanità del corpo, e della mente.
 Poi andar fuori, cominciando à far
 esser-

*Lauarsi
 la testa,
 quando è
 meglio.*

Esercizio più gagliardo quanto essercitio piaceuolmente, tanto, che si cominci quasi à sudare. Et più gagliardo essercitio si conuien la mattina, che la sera. Et è da sapere, che si come l'vso del moderato essercitio aiuta grandemente à conseruar la sanità, così il souerchio apporta al corpo danno grauissimo: & così, si come il moto auanti al cibo conferisce grandemente alla sanità, così fatto subito dopò il cibo tira per tutto il corpo gli humori, & i succhi, che stan nello stomaco ancora crudi, onde poi si generano varie, & diuerse infirmità. Non si conuiene dunque dopò práso essercitatione alcuna, mà è conueuiente la quiete, massime per vn' hora dopò il cibo. Da poi è bene di passeggiare alquanto, perche il cibo discenda al fondo dello stomaco. Gli essercitij finalmente son migliori fatti allo scoperto, che sotto i portici; al sole, che all'ombra, & fatti all'om-

*Inoghi p
lo esserci-
sio.*

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 sedia, 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'efferci-
 citio s'allegra. Effercitato 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'effercitatione della mente: impero-
 che sì come il corpo con l'effercitio
 si rende gagliardo, così l'animo per

*In vece
 d'efferci-
 tio, che cō
 uienfi.*

Appetito.

*Effercitio
 della men-
 te.*

*Esercitij
dell'animo.*

gli studij si nutrisce, & acquista vigore; & molti p' 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 v'ègouano 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-

do

DELLA QUIETE. 31

do la vecchiezza come vna putredine, aggiungēdosi putrido, à putrido, Otio, & suo incurranti, 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 sanità consiste in non satiarli dei cibi, & in non esser pigro alle fatiche: Sanità. & 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 sanità, & plungar la vita.

Vita.

DELLA QUIETE.

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

32 DELLA QUIETE.

*Desiit, Placida fessum te cede quieti,
 Praesertim si praelongas conuiuia in horas
 Duxeris, & plenis undantur fercula mensis,
 Tunc quaerenda quies, tunc otia dulcia amato,
 Quò sopita fames stomacho rediuiua resurgat,
 Ex imiansq; nouas epulas velut ante repositat.*

*Esercizio
 & suoi ef-
 fetti.*

SI come l'inmoderato esercizio ap-
 porta alla sanità molti incòmo-
 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 fàno
 l'opilationi, & l'otio còsuma, & cor-
 rompe le forze, estingue il calor na-
 turale, accresce la flèma nelle vene,
 ingrassa il corpo, e l'indebolisce; &
 così come p' l'esercizio, il natural ca-
 lor s'accreisce, & si facilita la còcot-
 tion de' cibi; così p' l'otio s'impedisce

*Otio, &
 suoi effe-
 tti.*

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

*Cernis ut ignauium corrumpant ocia corpus;
Ut capiant vitium, ni moueantur aque?*

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

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

E dunq; la Quietè cõtraria al Mo. Quietè
to, & è ristoro delle fatiche, perche,
*Quod caret alterna requie durabile non est,
Hac reparat Vires festaq; membra nouat.*

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 alit, Animus quoq; pascitur illis. Riposo

In sõma senza qete il vigor dell'animo non si può lungamete cõseruare; oltre che il riposo hà gran forza in

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

*Quieto do
p'el cibo.*

Conferisce la quiete dopò il cibo, accioche i cibi risiedono 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 effetto.*

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, rinfredda, & estingue il calor naturale, accresce la flemma, & empie il corpo di superfluità, generando infirmità.

firmità frigide, come goccia, catarri, *Mali frigidis.*
 opilationi delle viscere, epilepsia,
 podagra, chiragra, & dolori artetici.
 quando poi alcuno è necessitato à
 stare in otio, & non è libero à poter
 faro 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, cenato parum, nec sis tibi vanum
 Surgere post epulas: somnum fuge meridianum.*

Adunque la souerchia quiete non
 poco nocimento dà al corpo, per
 questo è d'auertire, che sia tempera-
 ta, & che non diuenti otio, il quale *Otio?*
 non può stare lungo tempo senza dar
 nocimento: Onde veggiamo, che gli *Incarcera*
 incarcerati che stano ne' ceppi, & ne i *si:*

ferri, che non si possono muouere, sempre pigliano qualche infirmità, imperoche si infrigidisce il lor corpo mentre per le fouerchie humidità nò può liberamente il calore diffonderfi 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 membri si disseccano, & s'assottigliano.

Esercizio moderato.

Et all'incontro l'esercizio temperato dissolue le superfluità, & apre le vie, accioche si possa il calor naturale liberamente diffondere; & per questo Hippocrate afferma essere l'esercizio moderato vtilissimo à i stemmatici, & à quei che son frigidì, & humidì di natura; mà à i calidi, & colerici;

Quiete moderata. la quiete è più commoda, perche hu-
metta i corpi adunque l'esercizio, & la quiete sian moderati per conseruar la sanità, & prolungar la vita.

DEL SONNO, ET DELLA VIGILIA.

*Deficiunt vigiles sensus, habentur ocelli,
 Tertia iam ab sumpto præterit hora cibo.
 Cacuba, præcipiunt somnos, caput annuit, ite
 Conuina, in solitas currite quisque choros.
 Naturæ hic bene seruet opus, bene cœcoq; hepar
 Venter, & amplexu nobiliore cibum:
 Leuata est resupina quies, hinc omnia pallent
 Membra, iecur, ne nerui, ora, caput stomachus;
 Pronus quisq; cubet, dextra vel parte recubat,
 Mox leui lateris commoda somnus amat.
 Somne nihil sine te bene possumus, optime sone
 Blanda agris animis corporibusq; quies.*

C A P. III.

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

Somnu
 modera-

38 DEL SONNO.

80. & suoi
effetti.

le cui commodità sono molte, imperoche riscalda, & corrobora i membri, concuoce gli humori, accresce il calor naturale, ingrassa il corpo, sana l'intermità dell'animo, & mitiga le molestie della mente, perche nel tempo del sonno la facoltà animale si riposa, & la naturale opera più gagliardamente. Il sonno ancora aiuta la concottione de' cibi, non solo nello stomaco, & in tutto il corpo, perche per il sonno il calor naturale si riconcetra nelle parti interne, onde i cibi meglio si concoquono, & le superfluità meglio si caccian fuori. Il sonno finalmente rimoue ogni fatica, & ogni lassitudine causata dalle vigilie, & per questo è chiamato riposo delle cose, & pace dell'animo secondo questi versi,

Sonno moderato.

*Somme quietes 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 proliuo, percio- *perfluo.*
 che in frigidisse, & disecca, indeboli-
 sce il calore, & genera humori flem-
 matici, da i quali poi viene la pigri-
 cia, & 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, pcioche fuor
 che il concuocere il cibo, il non ve-
 dere, non v dire, 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 eleuâdo si
me si facci da i cibi i vapori, che arriuati al cer-
 uello, & ritrouandolo frigido, & dē-
 so, 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 fouerchio ca-
sino. lor del ceruello, & sono causa dell'an-
 gultie della mēte, & dell'indigestioni
Calor na- de' cibi, imperoche per le vigilie il ca-
urale. lor naturale, che si chiama primo
 istrumēto dell'anima, si indebolisce,
 & lascia la concottione; l'imperoche
 l'anima ferue 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

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. *Sonno*]
 Conferise il sonno à i flemmatici, perche
 concuoce i crudi humori , dai 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 colericì
 quanto alla quiete dell' animo , &
 quanto alla correctione delle com-
 plessione del corpo. Mà più che à
 gl' altri cõferisce à malèconici, 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- *Sõno diurno*
 no, & meridiano , bisogna fuggirlo, *no*
 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 canonicolati. cattino, massime ne i giorni canonicolati, 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 Catherrū;
Ad fauces blancos, ad nares dico Corizam.*

Così ancora cagionarebbono al-
tri accidenti, è per questo il giorno è *Somme me*
da vegghiare, & la notte da dormire; *ridião, Co*
perche il dormir del giorno prepara *suoi noctu-*
innamerabili infirmità catarrali, fa *menti.*
mal calore, graua la milza, offende i
nerui, fà pigro, genera posteme, & fe-
bre: oltre a ciò essendo il giorno lu-
minoso, è atto à gli essercitij, & vigi-
lie, 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 inter-
rompe il sonno da strepiti, & da ro-
mori, & 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*

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

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 fa 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 fa minor euaporatione al ceruello; mà non si dorma in letto molle, & delizioso, 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 apporta gran nocumēto al ceruello. Bisogna auertire ancora di non dormire in camera doue entrino i raggi della Luna, perche nuoce grandemente alla testa, facendo catarri, più che se si dormisse al sereno. Oltre à ciò non è da dormir subito dopò il cibo, mà almanco due hore dappoi, & se più, farà meglio, perche all' hora si farà meglio la concoctione dei cibi: Nondimeno è maggior offesa il dormire subito dopò pranzo che dopò cena, perche si risueglia dal sonno prima che la testa possa digerir i vapori eleuati dal cibo. Oltre à ciò è nociuo ancora dormir à stomaco voto, perche indebilisce la virtù; nè bisogna nel dormir far molte riuolte, perche si causa la corruttione dei cibi nello stomaco, si accresce la superfluità, & finalmentesi phibisce la digestione delle materie, & l'espulsione loro à i luoghi

Luna.

Dormire
quanti do
pò i cibi.Dormire
à stomaco
voto.
Riuolte
nel dormire.

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' neri, 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 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 fa più presto, e migliore digestione; poi in fin del sonno bisogna tornar in sul lato destro, acciò

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 cortobora la faccia, il petto, & la digestione, quantunque non si conuenga à quei, che patiscono flussioni à gli occhi, perche vi fa correre più materie; però farà 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

Sonno sopra il ventre.

Cusinetto p lo stomaco.

Stomaco frigido.

carno-

48 DEL SONNO.

*Quantità
del sonno.*

carnoso, ò vn cagnolo grasso, che scaldandolo stomaco aiutano la digestione del cibo. La quantità del sonno si deue prender dalla perfettione della concottione che si conosce dal l'urina, che, quando è come acqua dimostra esser succo crudo nelle vene, & all' hora più bisogna dormire; l'urina poi citrina mostra esser il succo concotto, & all' hora non è più da dormire: Mà 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 lungo,

*Sonno de'
gioueni.
Sonno de'
vecchi.*

lungo, che le superflue vigilie, per le quali s'indebolisce il ceruello, onde molte superfluità stêmatiche 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, ed'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 facultà 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 facultà risolute, accresce il calor naturale, ristora l'humido radicale, rischiara, & cōforta la vista, leua

Sonno moderato.

D

la lassitudi-

*Sonno im-
moderato.*

la lassitudine, refocillando i corpi
stáchi, & ritiene le flussioni, mà qua-
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 calido, bisogna cominciar il
sonno su'l lato sinistro, perche così
vien lo stomaco à riscaldarsi, & si fa
miglior concottion de i 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, corpedine sensus
 Afficit, exacuet quem vigilata dies.
 Sic calor internus reuiuiscit, & aptius omnia
 Sorditie eiecta membra vigore fouet.
 Luce vigent operosa artes, it Miles in arma
 Luce, gemunt fessi sub iuga luce boues.
 Delia non noctu venatur, nocte quiescunt,
 Pulpita, sed luce docta Minerva vigil,
 Luce minax Pallas, vigilate quot bona lucis?
 Corpora, Dijs sensus, ingenium, atq; 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 ef-
 fetti.
 Vigilia
 immodere-
 ra, & 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'occhi con caui, accresce il calore, & accende la collera, impedisce la digestione, & causa crudità de cibi, perche il calor naturale va alle parti esteriori, & per questo si dà per regola, che il sonno, e la vigilia siano moderati.

DELLA REPLETIONE ET INANITIONE.

*Scinditur extumidū corpus, conuiuia vorator,
Desine iam, in patinis cura diurna tibi est.
Crapula, & ingluuies tibi mors er. t. ilia, vëter
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 furori,
Dedeceat, & nocuum est cedere velle gulla.*

CAP.

D Al mangiare de i cibi si radunano molte superfluità, delle quali gran parte per l'essercitio 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, sogliono 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 souerchia euacuatione, perche da essa il calor naturale, e li spiriti si risogliono, per il che

*Superfluità.**Euacuatione della superfluità.*

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 fopposte 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 necessità, subito deue incitar la natura à mandarle fuora,

*Corpo lu-
brico.*

per-

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 verficatore.

Prima via tenere.
Sterco via tenere.

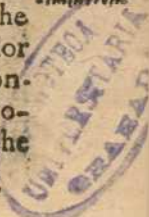
Nec mictū resine, uec comprime fortiter anum,
&

Quatuor exeunt veniunt in vētre retento,
Spasmus, hydrops colica, vertigo, quatuor ista.

Si che bisogna fuggir la fouerchia repletione de cibi, & del bere, perche genera, ò fomenta molti mali: che dalla fouerchia 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



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

Et viuam esse decet, viuere non ut edant.

*Repletion
superflua*

Cioè,

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

Imperochè quāti huomini si sono supflua mēte ripieni, & finalmēte soffocati, & morti? & nō è cosa peggiore, che riēpirsi supflua mēte 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. Mā 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 de i 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 te-
 pentis*

Vtilia in laxis noxiæ poplitibus.

*Si gelida ingrederis, calor hinc internus abūdā
 Musculus obdurat. noc tibi nerue nocet.*

*Sulphureū, aut salsum si sit tibi forte, vel ere,
 Aut cinere, aut ferro concomitante caue.*

*Consule prudentē Medicæ prius artis abūmū,
 Et prodesse potest, & nocuisse solet.*

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

fanciulli, & à i vecchi auati 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
vino.*

menti de' vecchi fatti, il bagno li con tempera. I bagni del vino cōferiscono à i dolori delle giointure, alla paralisia, al tremore, & alle passioni de nerui. I bagni d'oglio cōferiscono à

*Bagni di
oglio.*

i vecchi mirabilmete nello spasimo, ne i dolori colici, nella retentione delle renelle, & dell'orina. Vscito

*Vscita del
bagno.*

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'vnghe, & 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 dissolouono 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 ripienezza, risolue le ventosità, leua le lassitudini, mitiga i dolori, prouoca il sonno, stringe il ventre; nuoce à i grassi, perche in loro colliqua gl'humori, che tirandoli poi à qualche parte del corpo vi causa postema in somma intorno alli bagni, bisogna ricordarsi, che,

*Salvia coz
za in vin
corrobora.*

*Dimora
nel bagno.
Effetti del
bagno.*

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

&

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

DELLE FRITZIONI.

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

Fritioni,
& loro ef-
fetti.

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

corpo, aprono i pori, da i quali poi fa-
 cilmente suaporano le superfluità,
 percioche tirano il sangue alle parti
 esteriori velocemente, & fan spessi
 i corpi rari, & rari gli spessi, mol-
 li i duri, & duri i molli, & final-
 mente corroborano, & accendono il
 calor naturale, & eccitano la virtù
 vitale: onde la distributione de i ci-
 bi, & la nutritione è più pronta, &
 più facile, ma s'han da farle frittioni *Frittioni*
 fino à tanto, che diletano, & sono *per eser-*
 grate: Et son molto conuenienti a i *citio.*
 vecchi, l'estate, & l'autunno, che res-
 prima gli escrementi della vessica, &
 del ventre, se i vecchi per debo-
 lezza, o per occupatione non pos-
 sono fare essercitio, in suo luogo
 vseranno breui, & mediocri frittio-
 ni, 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 trauaglio.

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 laudāda quā dē est; hęc una calorē
 Excitat. hęc hilares animos facit: inde sequuta
 Et embroborum leuitas, torporē expellis, & infer
 Spiritibus vitā; præsertim ubi purpureū ver,
 Autumnus vesuum exponit maturus honorē.
 Tandē hyeme, atq; aestate Venus lethale ve
 nenum est*

*Crebra uenus nervos, animū, vim, lumina, corp
 Debilitat, mollit, surripit, orbas, edis.*

IL fin di venere deue esser la pro-
 creatione de i figliuoli, con la
 consorte, cōgiunta per santo matri-
 mo-

monio, mà il suo vfo deue effere moderato, che così fa gl'huomini lieti, eccita il calor naturale, fa il corpo leggiro, mitiga le passioni dell'animo, viuifica i fenfi, & gli fpiriti. *Coito immoderato.* Mà l'immoderato indebolisce lo ftomaco, la tefta, tuttri fenfi, i nerui, & le giointure, & accelera la morte. Quelli poi che deuono viuere caftamente, non hauendo moglie, laffino fare alla natura, & ricorrino à digiuni, & è mirabile inuention della natura di conferuar la fpetie, con la generation di nuoui animali, effendo cofa ragioneuole dare ad altri quella vita c'habbiamo hauuta noi dai noftri progenitori; & noi n'acquiftiamo, che i noftri figli rendano à noi deboli, & vecchi, quec'han da noi riceuuto, cioè che ci nudrifcono, & foften- *Figli debb tori à padri.* tino, come lor furon da noi foften- tati, & nodriti, quando andauano brancolando per terra.

DE GLI ACCIDENTI
DELL'ANIMO.

*Iã satur est vēter, tumet hic, iacet ille supinus.
 Tam properent risus, ira timorq; abeant.
 Nodsæ rerum causa & sublimia cædant,
 Naturæ ingenia hæc non capit iste locus.
 Sensibus addicta est nunc mēs, sub sensibus extis
 Deliciæ, gaudent corda, iocosq; parant.
 Gaudia seētentur risus, dulcesq; cachini,
 Lusus firma fides spesq; iocusq; salax.
 Lætitia, & risus reparant me, gaudia seruant
 Inc lumen, examinant ira metusq; graues:
 Ridendū est hilares cōiuiæ, amentia magna est
 Si finimus celeres accelerare rogos.*

C A P. V.

*Passion del
 L'animo.*

LE passioni dell'animo hanno
 gran potentia d'alterare i cor-
 pi nostri, imperoche fanno mouimē-
 to ne gli humori, & nelli spiriti; &
 q̄sti moti immoderati, ò subiti si fan-
 no dal centro del corpo alla circon-
 ferentia, come è l'ira, e l'allegrezza;
 ouero dalla circōferentia al centro,
 come è il timore, & simili, dalle quali
 viene

Ira.

Allegrezza.

et.

Timore.

viene gran mouimento ne gli spiriti:
 & per questo bisogna grandemente
 fuggire queste passioni, essendo che
 troppo disseccano, & alterano i cor-
 pi, perturbandoli, & dalla naturale
 complession loro transmutandoli;
 & per questo si chiamano da Platone
 infirmità dell'animo, come sono l'ira,
 la mestitia, la melancolia, l'anietà,
 l'esclamare, il furor, l'impeto, con-
 tentione, rissa, odio, inuidia, angu-
 stia, timore, vergogna, pēsiери 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-
 brusciano, & lo mettono flossopra dal

*Passioni
 dell'ani-*

mo.

E

suo

suo stato naturale, donde vengono poi molti mali, come catarrhi, & flussione alle giunture; quantunq; queste passioni, qdo son mediocri, qualche volta conferiscono à gl'huomini, & non leggier aiuto lor prestino; imperoche l'ira eccita, & accresce il calor naturale, e spesse volte è vtile l'adirarsi, 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 indebolisce la digestione, come l'allegrezza fortifica. Et questa è la potissima cagione, perche gl'huomini più degli altri animali sono esposti alle crudità, perche gl'animali brutti, quantunq; mangino à satietà, nondimeno non impediscono la virtù naturale, che cōcuoce i cibi, percioche è eguale in loro la virtù cōcottiua, &

Ira.

Melanconia, all' allegrezza.

appe-

appetitiua; mà gl'huomini cò diuerfi
 pèfieri, & perturbatione d'animo di-
 uertono q̄sta virtù dalle fue operatio-
 ni, & quatumq; màgino sobriamète,
 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 aguardarsi 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-

fcono la concottione , proftergono
 la virtù, e mutano il corpo dal natu-
 ral fuo ftato; percioche per il timore
 gli fpiriti, e' l fanguie fi ritirano, e ri-
 ducono dentro al cuore onde i mem-
 bri fi rafreddano, il corpo s'impalli-
 difce, viene il tremore, fi interrompe
 la voce, & tutte le forze mancano, im-
 peroche il timore, mètre s'aspettano
 i mali, induce sbattimento d'animo,
 ilqual commoue gli fpiriti, & quefti
 commoffi, tutto il fanguie perturba-
 no, onde poi le crudità nafcono, & le
 putredini. L'ira è vn moto molto ve-
 hemente del calore, che nelle parti
 eftreme con impeto fi diffonde, &
 per quefto nell'ira fi fanno più roffi,
 & più pronti i corpi ad ogni fcele-
 ratezza: l'ira ancora commoue il
 core alla vendetta, ilqual commoffo
 riscalda affai il corpo, e lo diflecca,
 & per il fuo feruore tutte l'attioni
 della regione fi confondono: & per
 que-

Ira.

questo si dice, l'ira essere vna accen-
 sione di fangue circa i precordij, per
 l'appetito della vendetta; & per que-
 sta 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 dē-
 tro, & hora fuori; l'vn, & l'altro di q-
 sti moti si scorge nella vergogna, che
 prima il calor si ritira dentro, poi ri-
 torna 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 meltitia, che *Meltitia*
 corrompe, e gualta la natura de gli
 huomini, l'estenua, l'infrigidisce, &
 la dissecca ottenebra gli spiriti, of-
 fusca l'ingegno, & oscura il giudicio,
 indebolisce la memoria, & impedi-
 sce la ragione, & spesso da questi re-
 pentini moti dell'animo si causa la *Morte*.

morte, pche, ò si dissoluo-
 nell' animo, che consistono nel cal-
 ore, oueramente s'estinguono p
 la troppa frigidità; & per questo molti son
 periti per troppo timore, & per trop-
 pa meltitia, che andando tutto il san-
 gue al cuore, & gli spiriti, si soffoca il
 cuore, & ne segue la morte: & però
 Rutilio riferitoli com'era stata ne-
 gata 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 fouer-
 chia allegrezza molti son morti, co-
 me ancora 'per subito dolore, ò ti-
 more, come per fouerchia ira non
 mai, perche per la fouerchia alle-
 grezza la facoltà animale rilassata,
 si trasferisce alle parti esterne, & ris-
 soluesi, & indi rimane il cor solo, & si
 raffredda, onde molti pusillanimi son
 morti. Molti altri poi p vergogna sò

*Allegrez
 za.*

morti come si legge di Diodoro, & d' Homero; per la qual cosa sempre queste passioni dell' animo si devono pigliare con certa mediocrità, & massimè l'allegrezza si deve sempre cò mediocre riso acòpagnare, che così eccita il calor naturale, tempera, & purifica tutti gli spiriti animali, & corrobora l'altre virtù, aiuta la digestione, affortiglia l'ingegno, & fa l'huomo habile à tutte l'operationi, mantiene la gioventù, & finalmente prolunga la vita; & è il gaudio utile 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

*Gioventù
Vita.*

Mediocri- mediocrità, & per questo disse Hip-
za in sus- 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, citraque, nequit consistere rectum.*

Sanità.

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

Leggere

Occhiali

Zeffi.

tre à ciò conferisce molto vfar vesti pretiose, e di color grato, & portare anelli d'oro, ò d'argèto, tener vcelletti in casa, che soauemēte cantino, 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 con-
Leuarsi à buon'hora
 ferisce alla sanità, & alli studij. Finalmente è da sapere, che il cielo cō la sua allegrezza ci hà creati, & con la nostra allegrezza conseruaci. E fi-
Allegrezza
 nalmente da guardarsi nelle auer-
7a.
 sità non mancar d'animo, ò nelle prosperità fuor di modo rallegrarsi, come leggiadramente ci ammonisce il Poeta Lirico, con questi versi,

Rebus angustis animosus, atque

Fortis appare, sapienter idem

Contrahes vento nimium secundo.

Turgida vela.

&

*Aequam memento rebus in arduis
 Servare mentem, non secus in lottis
 Ab insolenti temperasiam.*

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 san-
 nar da essa, se vogliamo esser buoni,
 & beati, & da lei prèdiamo gl' auerti-
 menti

*Verità
 Ambrosia
 delli Dei*

*Finer bea
 so.*

menti del bene, & beataméte 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,
conciolsia 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 sostanza più secca; & co' l bere, tutto quello che dalla più humida sostanza s'era risoluto. Devesi dunque 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 discenda dallo stomaco, & che presto si digerisca, quel cibo è di buon succo, dal quale si genera buon sangue, & il buon sangue è quello, che è temperato nelle prime qualità, non sottile, non 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
 vecelletti, & simili. Mà quei cibi son
 difficile digestion, che han la sostan
 za contraria, come sono i cibi di pa- *Cibicariù*
 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 lodenole ristaura-
 no l'humid radical, 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 li 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 dogliano al
presente, nondimeno non fuggiran-
no il pericolo.

*Vso, Cra-
pula.
Astineza.*

L'vso adunq; de' cibi sia modera-
to, perche si come la crapula nuoce
così 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 fa altrimenti patirà tutti acidi,
flussi colerici di souera, e di sotto,
nausea, prostratione di appetito, gra-
uezza di testa, dolor di stomaco, opi-
lation di fegato, e di milza, dissente-
ria, e finalmente febrimaligne. Et
per q̄sto 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, nè

vengono infirmità, & dalle infirmità la morte. Osseruiſi adunque in tutte le coſe, maſſime nel cibariſi, quella ſentenza *ne qui inimis*. Niſtè troppo: Non ſolo nei ſani, ma etiãdione gli infermi, i quali nel cibariſi deuo- no ha uere la legitima miſura, perche l'infirmità diuerſe, vogliono diuerſa miſura del cibo; perciò che ne i mali lunghi biſogna cibare più largamente, come più ſtrettamente ne gl'acuti, e quãdo il male ſarà nel ſuo vigore, biſogna uſar 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 ne i ſani, quanto ne gli amalati, ſi comprende dalla compleſſione, la quale è da cõſeruarè ne i cibi ſimili ne i ſani; ma ne gli infermi, ſono da dare cibi di contraria qualità; che nell'humido tẽperamento ſi cõuengono i cibi ſecchi,

chi, & nec secco gli humidi, & per questo il cibo humido è conueniente à quei, che hâno il tēperamento humido, come i fanciulli, oueramēte à q̄lli, cheda 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 deuno in alcuna qualità eccedere, che quelli che eccedono in calidità, abbrusciano il sangue, come la saluia,

salvia, il pepe, l'aglio, il nasturtio, e simili. E se la calidità farà acquosa, come nei meloni, causa putredine, e se velenosa come nei funghi, 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, & perturbà la mēte, come gli aglio, il porro; & le carni salate. I bruschi, & stitici constringono, opilano, & generano sangue malencnico. Gli acetosi generano malenco-

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

Consuetudine.

La consuetudine nel cibarsi è di gran momèto, 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 offeruar la 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 cattina, 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 osservare, onde i cibi facili à digerire, facili à descēdere, e che son più teneri pigliado dopò supernatano, & si corrópono. Le cose facili à digerirsi
 si co-

si conoscono dalla facilità del mangiarli, & del cuocerli presto al fuoco. Questi adunque devono sempre precedere i cibi contrarij, & se si haueranno à mangiare cibi arrosto, & alleffo, si cominci dall'alleffo, come più facile à digerir, & il simile s'intenda dell'oua tenere, e late. Sempre adunq; le cose facili à digerire alle difficili, l'humide alle secche, le liq-
de alle solide, & le lubriche all'astrin-
gēti si preferiscano. Tutto questo si intende ne gli stomachi ben disposti.

La delectatione ancora è da con-
siderare, perche quāto i cibi son più
soau, tanto più facilmente si dige-
riscono, che lo stomaco più volen-
tieri gli abbraccia: Mā è da auertire,
che non per questo si deue sempre da-
re cibi cattiu à gli amalati, mā biso-
gna conceder solamente quelli, che
nuocono poco, & che il lor nocumē-
to facilmente corregasi.

Delectatione.

*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 cattiuu humori. L'infermi poi nell' hora del paradiso non si deuon nutrire. Bisogna parimente auertire i tempi dell' anno, perche l' inuerno ch' è frigidò, & humido, bisogna mangiar
allai,

*Tēpi del
l'anno.*

affai; e beuer poco, mà il vino sia potente. La state, che è calda, & secca, si 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 d' autunno si mangi vn poco più che la state, ma si beua manco, & meno inacquato, & à questo proposito si leggono questi versi,

*Temporibus ueris: modicum prædere iuberis;
Sed calo aestatis, dapibus nocet immoderatis;
Autumni fructus: caueas, ne sint tibi lectius;
De Mensa sume quantumuis tempore brumæ.*

L'età si considera ancora nel cibare, perciò che à i fanciulli si conuengono cibi humidi, & 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.*

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 soauis, & 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 considerare di ciascuno, & le particolari proprietà, & p 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 hanno i corpigrassi, & grossi, il mangiar due volte il giorno è nociuo.

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

I. Nò 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 attenersi 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 saran 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-

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 nõ si prolunghi il tempo della mensa, & che il primo cibo sia digerito prima che l'ultimo, & così le parti del cibo si facciano dissimili nel digerirsi, che ne segue corruttione, & putredine.

III. 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 bafianza prima che si inghiottino, & si faccino i bocconi piccioli.

VI. Che ogni cibo caldo è meglio che il raffreddato, massime l'inuerno, 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'inuerno 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'ho rail 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 menfe, 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 ne i 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 ſtatica, ſenza beuerci ſopra niēte, ò poco, come pera, nespolle, 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 verifichatore,

Corogna-
ze.

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

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

*Post cibum aut stabilis, aut gradu lente
eneabis.*

QUAL DEVE ESSERE PIÙ
COPIOSO IL PRANZO,
OLA CENA.

Molti dicono, che la cena deve ^{Cena?}
esser più copiosa, che il pranzo ^{Pranzo?},
massime l'inverno, essendo che il
calor naturale la notte si ingagliar-
disca; mà il contrario poi nell'infir-
mità, & la state, che il pranzo deve es-
ser più lungo, se non vi sia sospetto
di parosismo. Perche poi la cena più
copiosa sia più sana, dicono proce-
dere perche la frigidità della notte,
rimoca il calor naturale all'interiori,
onde si fa meglio la digestione, & la
concottion de i cibi: oltre che il som-
no concuoe ottimamente i cibi, nõ
solo nello stomaco, mà in tutto l'ha-
bito del corpo; & nel veggiare acca-
de 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 risoluzione 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 intervallo 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 pana, *Cibo, co-*
piofo.
Et sis nocte leuis, fit tibi cœna breuis.

&

Cœna leuis, vel cœna breuis, fit rarè molesta;
Magna nocet, Medicina docet, res est manifesta

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

I Frumenti sono chiamati il Farro, la *Frumenti.*
Segala, l'Orzo, il Grano, & la Spelta.
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 sechi, & poco nudriscono.

FARRO.

F A R R O.

*V*sile Far Stomacho, ventriq; salubre fluenti,
*E*stq; boni succi, atq; impinguat. sistit, & alui,
*V*entriculusq; aeger facile non concoquit illud;
*A*ttamen id capitis poterit mulcere dolorem:
*H*oc vitare senes debent, namq; inflat, & affert
*V*iscosum, & crassum succu, sed ad illa fugadu.
*M*elle hoc conditum sit, saccharoq; liquore.

*N*omi. Chiamasi da Lat. Far, da
 Ital. Farro.

*F*arro. *S*cielta. Il miglior farro è quello, che
 è fresco, & ben mondo.

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

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

vsarono il farro per farne il pane molti anni.

Fassi il farro di grano, mettédolo *Farro di grano.* è 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 quattrò, ò cinque parti, & seccoriser basi; 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 cuocédolo molto bene con aceto, & con porro, & còdito 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, purchè 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 mescuoglio, 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 *Ferina.* 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'infiammaggioni 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 euocerlo bene, & co'l condirlo con buone spetie, che costi manco ventoso, & più facilmente si digerisce.

O R Z O.

*Hordea dant nocuū panem, sine crimine succū,
Temperat hic bilem, siccāt, aliq̄, beze:
Sicca gelu parui medicæ sunt hordea cęnæ,
Febribus in calidis, pectoribusq, fauens.
Infans, occulsa vesicæ claustra relaxans,
Nullus ea adstricti corporis ager edat.*

Orzo.

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

Spetie. Ritrouansene di più sorti, si come si vede ne 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'asterfuo, & 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 asterfua, & mitiga con l'altre sue qualità l'acutezza de gl'humori. L'orzata è numida, & asterfua, & daffi 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 polmone; ma fanno *Error ne l'orzata.* errore coloro, che volendo, che ella

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

Notamenti. 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-
32.*

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

P A N E.

*Triticæus Panis læta ex regione salubris;
Nec sapiunt tante si sine pane dapes.*

Fer-

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

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

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

Qualità. E caldo, & secco nel pri-
 mo grado.

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

Gionamenti. Nutrisce il pane bẽ fat-
 to gagliardamẽte. Hà il pane trẽ par- Parte del
 ti, cioè la crosta grossa, la sottile, & 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, & imbriaça, & 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.

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

AVERTIMENTI.
NEI LEGUMI.

SONO tutti i legumi poco grati, & Legumi?
soavi al gusto, & per questo non sono
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,
pe' che alzano poi gl' altri cibi alla bocca
dello stomaco, nè in fine, perche inducono
sogni mal'enconici & cattivi, & genera- Legumi
no venosità, & rutti, che aprono l'orifi- come si usa
cio dello stomaco, & esalando il calore, la ri.
digestione s'impedisce. Però usandosi
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, coloremi.
Inflat idem & lapides frangere saepe solet;
Feruet, & arescit simul omne sed ignea vincunt
Subnigra pulmoni prima alimenta tuo.
Hac reduci forma, & vocu concentibus apta,
Si data sint mensas inter utrasque tibi:
Cortice non posito venes, iecur, atque lienem,
Pescanq; fouent, & venerem faciunt,
Hec bona sicut, turgēt sed aquosa virētia Tusci
Cur tamen in primis ortibus ista vorant;

Ceci.

Nomi. Lat. Cicer. Ital. Cece.

Spetie. Ritrouan fene 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 mestrui, & 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, & negli intestini, & nocciono alle reni, & alla vesfca.

Rimedi. Sono manco nocivi tenendosi vna notte à molle, & cocendo con loro rofmarino, faluia, 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, & siccac retinetq; Cicercula easdem
Cum pisis vires, & queq; est utilis ad res.*

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

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

Spezie. 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 raccolgono.

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 faggioli, 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 Fabz difficilis coctiu , mala somnia gignit,
 Inflat, alit magis est noxia quando vires.
 Vda prius, mox hæc sit terrea, turgida semper
 Est tamen, & poterit somnia ferre mala.
 Fresam in^d 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 cõdire culina,
 Vendicat hanc vilis sed sibi rusticitas.*

Nomi.

LEGVMI. III

Nomi. Lat. *Faba*. Ital. *Faua*.

Fauè.

Qualità. È frigida, & secca la faua ^{Fauè.} _{Fauè ver-}
 nel primo grado, mà le verdi sonno ^{di.}
 frigide, & humide, & sono poco lon-
 tane dal temperamento nel disseccare,
 & nell'infrigidire astringono, risoluo-
 no, disseccano, astringono, ingrassano,
 & son ventose. Son buone le faua ne i
 tempi freddi, per le genti rustiche, & le
 fresche sono buone per quelli, che hãno
 lo stomaco caldo.

Scelta. La miglior faua è quella, ^{Fauè otti-}
 ch'è grossa, netta, lucida, senza mac- _{me.}
 chie, & che non sia stata forata da
 vermi.

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

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

Normenti. 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 turbulenti, & pieni di traualgio.

Faua fresca.

Le verdi generano molti escrementi, & più leggiermente 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 vètofa. Cotta le faue cō sale, origano, ò finocchio, & olio, sō manco nociue, & così coucendoui d'ètro della cipolla, ò mangiandola insieme cruda, ò cuocèdola 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 cò vn poco di sale dopò gli altri cibi, danno miglior nutrimento, non generano sangue cattiuo, & non son tanto ventose: si deouono in somma correggere con cose che riscaldino, & affottiglino.

FAGGIOLI.

*Cit locium hortensis Similax somnoq, tumulũ
 Excitat, inflat, alit, praua 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 facias coquus arte salubrẽ,
 Dic mihi, nature seruis an iste gula?*

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

Specie. Ritrouansene di più sorti, cioè

H

bian-

Faggioli

bianchi, rossi & variati di molti colori, & trouasi 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.

Scelta. 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 fa 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. Mágiati 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 hu- *Testa.*
 mori grossi, & viscoli, essendo ancora difficili à digerire, e generano do- *Dolori co-*
 lori colici. *lici.*

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.
 Alius ab igne leui Lentis siccata tumescit.
 Hordea si reddant, die Medice innocuam.
 Illa melancholicos (nervis inimica & ocellis,
 Nec facis est) Morbos somnia dura mouet,
 Scilicet extollat pelusia munera Nulus,
 Dulcior si addideris toxiva dira facis.

Lentic-
 ghe.

N. omi. Lat. Lens. Ital. Lente, & Lenticchia.

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

Scielta. La migliore è quella che 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. È 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 venerei, & il seme genitale, lenando l'acu-

Facutezza, & la furia del sangue; & p
 questa la lenticchia è molto conue-
 niente à quelli, che vogliono viuere *Viuere ca-*
 caltamēte. 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 daffi vtilmente à i fanciulli
 che patiscono morbighioni, & corro-
 bora gli intestini. *Morbighioni.*

Nocuenti. 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-*
 fa veder sogni horribili. Ingrossando *lata.*
 il sangue, fa 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

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

L V P I N O.

Frtilis 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 presens opis renibus esse solet.

Gratia fit natura tibi: si villicus illum

Non colis, ipse sua est tutus amaritie.

Lupinus.

Nomi. Lat. Lupinus, Ital. Lupino.

Spetie Ritrouansi due sorte 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, ammaz-
 zano i vermi, apron l'opilationi del
 fegato, & della milza, e fan buon co-
 lore; si moltiplica il pane con la fari-
 na de i lupini, & delle faue, facendo *Pane fe*
 dolci i lupini, seccandoli al forno, & *multipli-*
 poi macenandoli, ch'aggiunta que- *cano i lu-*
 sta farina à quella di grano lo multi- *pini.*
 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, mas-
 sime se si mangiano con sale, ò con
 qualche cosa aromatica.

M I G L I O.

Sistit, & exiccat Miliun, 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.
 Lactē incotta fauēt, molli vel inusta liquore.
 Plenus, ac cæne tarda tenacis orunt.*

Miglio. Nom. Lat. *Miliū*. Ital. *Miglio*, & *Meglio*,
 Qualità. E frigido nel primo gra-
 do, & secco nel principio del terzo
 grado. Il panico e simile al miglio.

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

Nocimenti. E cibo molto vètofo,
 difficilè à digerire, & di cattiuo nu-
 trimento, nutrisce poco, & nuoce al-
 lo stomaco.

Rimedi. Cotto il miglio con latte,
 è 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 rutilus

Pisa, sed in cunctis sunt meliora Fabis.

Sub cane sicca paruum frigentia Pisa parabunt.

Cortice deposito pabula sanantibi.

Sed melius sapient, si dulcis amygdala succum

Præstitorit, mira sic iubet artegula.

Nomi. Lat. Pisum. Ital. Piselli.

Qualità. Son frigidi nel secondo grado i freschi, & i secchi nel primo, & hmidi temperatamente. Diseccano alquanto 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 hano 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.

Piselli freschi.

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

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.

*Insuauem dat Oriza cibum, sed supprimit alutē
Crassa alimenta parit, concoquiturq; male.
Cum tepeat vētrē retinens, & amygdala iungi
Lactē, vel exposcat siccāt oryza magis.
Sic pulmenta feret tibi plurima, si tamē inflat,
Nequitia poterit promptior esse tuæ.
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 altertiuo, & hà alquanto dell'acerbetto.

Giouamèti. Si cuoce il riso ne 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 à 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 limoni, e zucchero assai si fà il bianco mangiare, molto foauo, & grato.

Oua.

Bianco mangiare

Nocumenti. V sato 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, mettendou sopra zucchero, & canella. E buono l' interno per quei, che si faticano, & per i giouani; mà per i vecchi, & flemmatici è molto nociuo, però bisogna che si ben cotto, il che si conosce quando s'è fatto lungo, & diuenuto bianchissimo. *Cottura di riso.*

AVERTIMENTI NE
GLI HERBAGI.

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

I. Che si mangino in poca quantità, & pche meglio nutriscano 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.

III. 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.

Digeris Oxalis, siccatur, refrigerat, aufert
Tædia ventriculi, morsaq; 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 verdeggiante. *Acetosa*
ottima.

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

Giouamenti. È 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 vñano la sua decoctione, ò in acqua, ò in brodo, ouero la sua acqua destillata, ouero lo siropo del suo succo.
- Nausea.* Leua l'acetosa i fastidij dello stomaco, & anco la nausea, gioua alle reni rompendo, & cacciando fuori le renelle, beuuto il suo seme co'l vino vale à i veleni, & ferma i flussi, & presertua, & libera dalla peste.
- Renelle.*

Nocuenti. Nutrisce poco, fa il corpo stitico à chi l'vsa 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 rughetta, ò la menta, ch'è calida. Si deue vñar solamente ne i tempi caldi, & solamente da giouani, da colerici, & da sanguigni, & parimente nell'infermità calide.

AMARACO.

Calfacit, auxiliū est tibi siccus Amaracus Hy-
drops.

Ictibus antidotum, torminibusq, salus.

Torrída si nervis. & Amarachus apta cerebro

Hęc sitiens semper, nõ minus optet Hydrops

Prinæ, & tumidi referat spiracula ventris,

Hanc cui sit Matrix ægra, puella colat.

Nomi. Lat. Amaracus, Sampsucus.

Ital. Persa maggiore.

Maggio-
rana.

Qualità . E calda, & secca nel terzo grado, hà facoltà di digerire, d'assottigliare, d'aprire, & di corroborare.

Giouamenti . E l'vso della maiora-
na maggior, & minore, chiamata
persa, ne i cibi molto vtile, percio-
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

vtile 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.

Vso della persa.

Rimedi. E da vsarla in poca quantità, & non ne i cibi calidi, 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 Anethus
CitruTus, veneri lum nibusq, nocet.*

*Netua odoratum conuiuia fallat Anethum,
Igne tuis nervis, torminibusq, potens*

*Inuisum est (mone) stomacho, nec parcis ocellis,
Vbera ab hac pleni muner a 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 ha ancora fatto il seme.

Giouamenti. Vfaſi 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 nutrimento 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 meſcolandouì 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, lumbi, gelidūq, increuerit hepar
 Vessica intumeat, vultus, lien, femora,
 Illa ede, & antiquo vel cor si caumate langues
 Prasenti dices auxiliantur ope.
 Laus numerosa quidē hęc, 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 à gli hidropici, vale alle opilation del fegato, prouoca l'vrina, & ferma i flussi bianchi delle
 don-

donne, mitiga la fete, la decottion
beuta, diffolue la ventofità del cor-
po, gioua al fegato, al polmone, allo
ftomaco, alla madrice, imperoche
conforta, & aiuta à digerire, vale al
fingulto, 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
allatefta, prefone vn poco alquanto
coperto di zuccaro infin del man-
giare, & prefò auanti che fi beua l'ac-
qua, la rettifica: vfa fi con gran gio-
uamento nelle cofe di pasta.

*Acqua re-
tificare.
Pasta.*

Nocumenti. Stimola venere, & è
inutile allo ftomaco, eccetto quan-
do non fuffe in effo ventofità.

Rimedi. Bifogna vfarlo modera-
tamente, & i giouani fene affenga-
no, & parimente i colerici, e fanguig-
ni, maffime la ftate.

ASPARAGI.

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

Renibus hinc valeo, iecore, intumidoq; liene.

*Ilia, nec mūdū tergus, ut ante doleat. (de est
Si venere hic crucior, sup hoc mihi munus abū
Quod potuit salua 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
accrescono il seme genitale, monda-
no le reni dall'arena, & mitigano il
dolore loro, & parimente de i lombi.*

*Nocumenti. Vfatì 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 buttavia la prima acqua, che così lasciano *Sterilliscà* l'amarezza, poi si condiscono con olio, sale, e pepe, aggiungendoui succo d'aranci, ò aceto. Cotti nel vino *Cottura.* 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.

ATRIPLICE.

Frigus, & humorè medicans inducit Atriplex.

I 4 Suffu-

*Suffusos, & felle iunat, sũ mollit, & Aluũ,
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.

*Domesti-
co.*

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

Giouamenti. Dà poco nutrimento, &
vsasi per il più à far torte alla Lóbar-
da, mescolandolo cõ cascio, butiro,
& oua; & magiassi ancora come gli al-
tri herbaggi, p mollificare il corpo, il
che più efficacemete fa il saluatico.

Saluatico

Nocumenti. Il troppo vso suo gene-
ra molti mali, come létigini, 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.

B A S I L I C O.

*Ocyma sunt oculis, stomachoq, infesta, sed icterici
 Virofos sanant eadem quoq, tormina sedant.*

Calfaciunt, siccant, & mentis nubila pellunt:

Continuoq, vsu 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 gra-
 do, & secco nel primo.

Scielta. Il maggior hà in se qualche no-
 cumēto, ilche nõ hà il minor, nel me-
 zano, & il garofonato è il migliore.

Giouamēti. Si vfa ne i cōdimēti de i ci- Condimen-
ti.

bi, che dà lor gratia, & molti l'vfanò
 p cōpanatico cō olio sale, & aceto, &
 si mescola come la rughetta nella lat-
 ruca. 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, & nè gli suenimenti, pro-uoca il sonno.

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

Fista.

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, stecato grata tempore venit.
Cui dolet, aut luxū est corpus cui vulnera mille
Cui caput infirmum, cui iecur inualidum.*

Cui

Cui stomachus gelidus veliè, cui lumina lāguēt
 Quique laceffitis dentibus inuigilat:
 Cui serpens, rabidusue canis, cui dira venena
 Officiunt: Podagra qui dolet, aut Chiragra:
 Deniq; cui tumida est veflica, & vèter obefus,
 Cui gelida est Febris, cui pituita nocet.
 Delectam aprico geminorum in colle, sub ortis
 Carpat, & hanc faluus fi 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.

Giuuamenti. La bettonica è piena d'infinite virtù; la onde è nato quel *Prouer-*
 prouerbio, Tu hai più virtù, che la *bio.*
 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 preferui 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 euocendola in vino beuerne la sua decottione.

B I E T O L A.

Digerit, & tergit. reseratq; obstructa, dolores

Auris Beta leuat, largius afa nocet.

Beta mala est stomacho, viridis vel nigra. niuali

Rore, caput mundat naribus hausta tuum.

Compar eat malus, clysteri immixta dolores

Quos tibi mansa facit, perdere Beta potest.

Bieta. *Nomi.* Lat. Beta. Ital. Pietola, & Bieta.

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 dell'aglio, & delle cipolle. La biaca cotta, & cō aglio crudo mangiata, scaccia i vermini del corpo; è asteffiuu, Bianca.
 Le radici cōdite feruono p̄ insalata.

Nocuenti. 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 mào nociua.

B O R A G I N E.

*Gaudia fert cordi, minuit Perirago rigores
 Febris, & horrores, tussibus hostis erit.
 Si tibi Buglossa est succi, & Borrago tepentis,
 Letus eris. siccum nec tibi pectus erit.*

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

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

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

Giuamenti. Si chiamaua prima q̄sta pianta

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.

Cuore.

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 fiori 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 infalata si sfrondi, & li si leuino quei neruetti, che così diuenta più digestibile. La sua asprezza, che molte volte dispiaçe, 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, & esaxitum.
 Soluitur ardenti 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, estersiui, & aperitiui.

Gionamenti. I cōseruati in salamonia, ben

ben cōditi, & mangiati eccitano l'appetito, & aprono l'opilationi del fegato, & della milza, prouocano i mestruū, & l'vrina, ammazzano li vermi, sanano 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 passia. 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 vna 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 Cinarā, atq; graues emendat odores.

Calfacit, & siccāt bilis. & inde nigra est.

Carduus hortensī cui spina est mollior arte.

Cui calor est modicus, cui humidusq; liquor.

Et stomacho, & lumbis sapidus, si duxit olentē.

Vrinam os redolet, nec sapit ala caprum.

Hunc tibiis p̄pingue coquat. p̄stātor inde est.

Iuis, & in numerus sic uenit apta suos.

Nomi. Lat. Carduus hortensī, Cinarā. Ital. Cardo, Carciofo, & Archichocco.

Carciofo.

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

Scielta. I domestici sono migliori dei saluaticchi, & li teneri sono più vtili, 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.

Euò fiato

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.

Cardoni.

Tartufi.

Nocumenti. Generano, come i tar-
 tufi, humor malenconici. Son molto
 ventosi, nuocono alla testa, grauanò
 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.

CAVOLI.

Brassica cit, sistit, superatq; venera. merumq;
 Dentibus, atq; oculis creditur esse nocens.
 Iam veniat folio chrysippica Crassica crispo.
 Vel patulo, & leni, vel glomerata coma:
 Prima salutifera, & ventrem lenire parata,
 Bullierit modico si tamen igne. placet.
 Omnib' ardor inest, grauior tumet esca secūdis,
 Ne capiti noceant vna superba premunt.
 Extumidam referant vesicam, agrumq; lienē,
 Hepar, & obstrusum. famineumq; femur.
 Arida socraticam pareret ni Brassica bilem,
 Iure erat in morbis omnibus ipsa satis.

Nomi. Lat. Brassica. It al. 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.

Vbri- *Giuamenti.* Mangiati mal cotti
chezza p lubrificano il corpo, & molto cotti lo
hibire. stringono. Han facoltà purgatiua.
 Mangiati auanti cena crudi con ace-
 to, proibiscono l'vbriachezza: Mā-
 giati d'apoi, leuano i fastidij della cra-
 pula, & i nocumenti del vino. La de-
 cottion loro beuuta, (ma che non
 fian bolliti troppo) gioua à col-
 ro, che difficilmente viinano. Sono i
Cauoli *cauoli* da alcuni tanto celebrati che
buonia tut par che bastino à guarir tutti i mali,
si 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.

Fiato. *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-

ra si lodano solamente 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 cò finocchio, & pepe, ò coriandro, ò cinnamomo.

C I M I N O.

Tormina discutiens mire os pallore Cuminum

Inficit, exiecat, virtus, & omne fugat.

Vilis, & iniussi campestris grana Cumini

Vsta nimis, culcu mitia facta placent

Hec ede, ventosi clamas si tormine ventris,

Et stomachum, & lumbos igne minore iuuas.

Pallida cui grana effigies, & buxea cordi.

Hec simulato cohors religiosa voret.

Illa remollitum subducere ducta lapillum,

Prine norunt, rumpere posse fores.

Si sinea erodat, vel ros tua nivalis,

Illa ede, rusticitas lesa probanda venit.

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

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

Mezziore. Scelta. 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. *Uocumenti.* E cibo acuto, & fa pallidi quei che l'vzano troppo.

Uso. *Rimedi.* Bisogna vfarlo parcamente, mà l'inuerno solamente, & da qi che sò flèmatici, & di frigida còpleSSIONE.

C O R I A N D R O.

Expellit tineas Coriandrū semen adauget.

Largius at sumptū sensum animūq; grauat.

Ne crasso noceant oculis Coriandra liquore

Siccata huc veniant igne refera leui.

Hæc caput inuisa pressum caligine, mensis

Oprat sommotis, hæc fluida aliuis edat.

Dura

CORIANDRO. 151

*Dura parū, stomacho tamen optatissima nostrō,
Hinc redolens secca 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.

Nomi. Lat. Coriandrum. Ital. Coriandro, & Coriandolo, & Pitartima.

Coriandro.

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; *Migliore* il migliore è quel d'Egitto.

Giouamenti. E vtilissimo allo stomacho, percioche reprime l'esalationi venenose, ch'ascendono alla testa. Ammazza i vermini beuuto con il vin dolce. Conferua la carne incorrotta. I coriandri confetti mangiati in fin del cibo fan ritenerlo nello stomacho, & aiutano la digestione, & fortificano la testa, e'l ceruello.

Carne così seruare.

Nocumenti. Il souerchio vso offen-

de la testa, offusca l'intelletto, & per-
turba la mète. Il succo beuuto è mor-
tifero veleno, & quelli che lo beuono
diuentano mutti, & pazzi.

Veleni.

Rimedi. Si rimedia à i nocumenti
del coriandro tenendolo per vna not-
te in aceto, poi coprendolo di zuc-
caro, che così non solo non offende,
mà molto gioua. Quei c'han beuuto
il succo prèdanopoluere di coccie di
oua cò salomoia, ò Teriac a cò vino.

Cocchie de
014.

DRAGONCELLO.

*Siccatur, & inciditur, referat Dracunculus, inde
Calfacit hortenſis, malcet dentumq; dolores
Digerit, atq; ciet lotium, viresq; coquendi
Adunat, atq; sale, atq; oleo cõditus acetoq;
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 assai; & non
si prendano le frondi sparse p terra,
ma le cime, & le frondi più tenere.

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

Uocimenti. Riscalda il fegato, &
assottiglia il sangue.

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

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

CICORIA.

*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.

Cicorià. *Cicoria, & vi è l'hortense, & la siluestre,
chiamasi Torna sole, 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.*

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

*Mazzo-
chi.*

*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 poſſa 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 catarroli.

Catarroſi.

Rimedi. Cuocendoli nell'acqua, & *Conttura.* poi con olio, & aceto, & vua paſſa māgiata in infalata, ouer cruda con mētuccia, & 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 calda compleſſione; è buona in ogni tēpo; è cattiuā per quei c'hanno lo ſtomaco freddo, & che ſono ſoggetti à catarri; mā da queſti non ſi deue māgiar cruda, mā cotta in ottimo brodo di perfette carni.

ENDIUIA.

*Intybus est iecori, stomacho, ventriq̄, salubris
Cotta, & cruda estur, sacro hæc igniq̄, mediũ,
Et morsus sanat quot scorpius intulit atros.*

Nomi. Lat. intybus, Endiuiia. Ital.

Endiuiia.

Endiuiia.

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' l tenerla sotterra è fatto bianca, è ottima.

Bianca.

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

Rogna.

Nocimenti. Nuoce l'vso dell'en-
diuia à quei ch'hanno lo stomaco
frigido, & ritarda vn poco la dige-
stione, 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'ag-
gionga pepe, & vua 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 cò
altre herbe calide, è manco nociua.

FINOCCHI.

Semina se chymo exuriant hortensia duro.
Faniculi, & sicco non bene sana cibo;
Torridiora time: Siluestria renibus ingens
Pharmacium, & urine nobile. curricula.

Durius lumbis sunt comminuentia saxum.
 Sint tumido hæc femori pabula femineo.
 Ride infans, poterit reculsi munera lactis.
 Si viride hortense est, mox renocare tibi.
 Ride infans, molle, collubri experientia ocellos
 Servari 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 discecca, & riscalda più va-

Migliore. lorofamente.

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.

Gionamenti. 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 pocca qua-
 tità,perche altrimenti infiammareb-
 be il fegato, & nocerebe à gli occhi,
 apre l'opilatione del fegato, della
 milza,del petto, & del ceruello.

Viti.

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
poisi condensano, & diuentano re-
nelle, & pietre.

Renella.

FINOCCHIO MARINO.

*Sic Sapii, & stomacho Beatis arida grata tepo
Siue sit horrensis, siue marina tibi, (re,
Sic iecur, & lumbos vesicæ aptissima, mulesti,
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.*

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

Uocamenti. Intiamma 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.
Gravior 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, & leua i fastidij dello stomaco, & corrobora. Raffrena gli appetiti venerei, & gioua à molti difetti de corpo.

Vista. *Nocuenti.* Oscura la vista il continuo vfo suo, indebolisce il calor naturale, corrompe lo sperma, & fa sterile, ò facendosi figli vengono insensati, e balordi. Fa l'huomo pigro, & nuoce allo stomaco frigido, & debole, & per questo non è molto utile a' vecchi.

Figli insensati.

Rimedi. E men nociua cotta, che cruda, & mangiata con menta, dragoncello, 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 debilita 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 astus iecoris, ventriculiq, leuat,
Si Lupulu oblectant antra, & nemorosa salicta
Hoc facit ingrato fit satis vt medico.
Frigidus hinc bilem, calidum arcere cruorem.
Esti potis, hunc calidumq, & febris anhela
tinet.*

*Gratia si magna est illi, tua noxia maior
Est Medice hoc sanctum, qui male noris olus* Lupulo.
Nomi. Lat. Lupulus. Ital. Lupulo.

Qualità. Et aldo, & 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 atorno, & ch'hanno il fusto tenero, & non aspro.

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, & purgādo la collera. Netta il lupulo particolarmente il fegato, aprendo non solo le sue opilationi, mà q̄lle 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 rognā, fa sene siroppo, che è mirabile nelle febri coleriche, et pestilentiali.

Virtù.

Nocumenti. Quando si colgono cō frondi, et fulti duri, son difficili à digerire, et sono piū 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 inuat,
Cor mihi triste, gelu pectus, cerebrūq; rigescis,
Singultis stomachus, grata Melissa ueni.
Per te hilaris redolēs, & mūdi pectoris, aucto
Sumq; calore potens gratia magna tibi.*

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

*Melissa.
Megliore
Virtù.*

Qualità. E calda, et secca nel secondo grado.

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

Giuamenti. 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 malenconiche.

Vicij.

Nocimenti. Ec cita gli appetiti venerei per esser vëtosa, & 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, icctibus 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 parūp Gratalicet. 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.

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

do. Eccita valorofamēte l'appetito, *Appetito.*
 proibisce, che il latte nō s'apprenda
 nello stomacho, nè nelle mamelle, &
 per questo quelli à i quali piace il lat-
 te deuono vfar spesso la mēta. Amaz-
 za i vermini del corpo vfata ne i ci-
 bi, 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 stomacho,
 onde si dice,

Nunquā lēta fuit stomacho succurrere mēta.

Nocimenti. E di poco nutrimento
 infiamma il fegato, & lo stomacho, af-
 fottiglia 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 quā-
 tità, & in compagnia d'herbe frigide

è m̄aco nociuā. Et così vsata ne i tē-
pi freddi, e da vecchi, et da stēmatici
et malēconici, mà la state è pernicio-
sa, massime à giouani, et colericici.

MERCORELLA.

*Vsta parum vulue duroq; innoxia ventri,
Famina seu mas sit, Mercurialis erit.*

*Maxima Mercurio laus est, Famella 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, quāto la femi-
na, et la radice nō è di valore alcūo.

Scielta. Per mangiare si elegga la
tenera.

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

*Maschi.
Femine.*

Nocuenti. Vsfandola troppo debelita lo stomaco, & le viscere.

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

PETROSELLO.

Torrentis plures Apü seris inscie plantas

Villice, petrosü vix mea mensa capit. (tardo

Et nocuum hoc capiti, et stomacho minus vtile

Lactuca exstremo si placeat adde cibo.

Cura caput nobis prior est, quæ flegmata vexat *Petrosel-*
Splen. fçmur, aut renes, vel iecur illud edat. *lo.*

Nomi. Lat. *Petroselinum*, *Apiü 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 mezzo tempo. *Virtù.*

Gionamenti. E in grande vso quasi in tutte le viuàde, entra nelle salse, & in
 somma

somma è molto vsitato nelle cucine; mangiato crudo, ò cotto prouoca l'orina, & i mestruï, 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 infalata.

Notamenti. 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'han no 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 de uono esser ben cotte, leuato prima loro di dentro il midollo legnoso. CORYMB.

PIMPINELLA.

Vesicae lapides si Pimpinella remollit.

Ignita est, iecori sana lienz, tibi.

Lesiiferis etiam morbis, pestiq, medetur.

Calfacis, adstringit, vulnera sana facit.

Nomi. Lat. Pimpinella, sanguisorba, Pimpinella Bimbenula, aut Pampinula. Ital. Pimpinella, ò Solbastrella.

Qualità. E calda, & secca nel secondo grado.

Scielta. L'hortense è migliore della saluatica. Megliore

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

hà noioso odor di becco; ondè vien detta hircina, & questa si riduce sotto la spetie della sassifragia, per la gran virtù che hà di mondificar le reni, & la vesica, & rompere, & cacciar fuori le pietre, & la renella dalle reni, e dalla vesica, prouocar l'orina, & aprir l'opilation del fegato. La domestica è singularissimo rimedio contra la peste, & così la siluestre, & mi ricordo che la felice, & honorata memoria di M. Giouanni diletto mio padre, (che oltre à tutte le nobili dottrine hauea ancora non mediocre cognitione dei semplici) mi disse 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, dysbenteriaèq; laborat,
Purpureus curæ cui cruor est fluidus,
Cui nocuere ignes frigentem hic Pelidis herbæ
Deligat, hæc pluuio rore probanda venit.
Si sapias illa tuas norit rarissima mensas,
Lumina cum stomacho contemerasse potest.
Dentibus auxilium stupidis, & renibus affert,
Ardorem ingentem mitigat, atque gratum.
Nomi.

Prochac-
cia.

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

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

Scielta. La domestica è migliore.

Flussi.

Giouamenti. Si mangia con gioua-
mento notabile da quei, che patisco-
no di *dissenteria, flussi di mestruai, & spu-*
ti di sangue, conferisce grandemen-
te all'ardor dello stomaco, & de gli
intestini, & è molto vtile nelle calide
flussioni, raffrena venere, & leua lo
stupor de i denti.

Ardor di
stomaco.
Venere.
Denti stu-
pidi.

Nocumenti. 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, ma con cipolla, & herbe calide come basilicò, rughetta, & dracone. Nò si mangi se non ne'gran caldi della state da'giouani, & sanguigni, ò colerici, ma 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, & Rosmarinum. Ital. Rosmarino.

Qualità. È caldo, e secco nel secondo grado. I fiori sono mollificatiui, digestiui, incisiui, 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 fa co'l zucchero confer-

*Rosmari-
no.*

*Meliore
Vitis.*



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 soauì al gusto, & grati allo stomaco, & fritto il rosmarino insieme co'l pesce, lo rende più sano.

R V G H E T T A.

Ignitam Venerem lentos Eruca Hymeneos

Excitat, & tremulis optima poplitibus.

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

Enecat, & tineas, ac caput esa ferit.

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

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

HERBE. 177

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

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 *Vizij*
la testa, et infiamma il sangue.

Rimedi. Si mescolino con essa le *Mistura*
frondi della lattuca, che così si fa 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, mà con herbe
frigide.

SALVIA.

Salvia costringit, lotium mensisq, ministrat;
Ictibus aduersa est, vlceribusq, mialis.

M

Vix

Vix sicca est calido stomachum, & cerebellum inuabit.

Certa salus tremulis, Salvia poplitibus, Dentibus, urinae reclusae mensstrua ducent, Haec eadem in fluidis ventribus apta salis.

Salvia.

Nomi. Lat. Salvia, herba sacra. Ital.

Salvia.

Qualità. Scaldamane, & legiermente disecca, & stringe, è calda nel terzo grado, & secca nel secòdo.

Scielta. La domestica è migliore della saluatica.

Vertigine
Hemicrania.

Gionamenti. Conforta mangiata lo stomaco, & la testa, conferisce nelle vertigini, & nell'hemicrania temperando con la sua decottione il vino, ò mangiando auanti al cibo quattro, ò sei frondi fresche, vale à i morfi de i serpenti, corroboragl'intestini, & conferisce à i paralitici, epiletrici, 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
 frigidi 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' sapori per eccitar l'apetito, ma ssi
 me quãdo lo stomacho sia ripieno di
 crudi, et cattiuu humoru; m'agiata dal- *Aborta*
 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.

Notamenti. Il suo odore fa dolore
 di testa, posta nel vino imbriaça, per-
 ilche, auertiscano quei che sono es-
 posti à catarru; et qualche volta è ve-
 lenosa, percioche s'infetta essa facil-
 mente da i serpi, et da' rospi de gli *Serpi, &*
 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. Cnapi. Ital. Senape.

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

Scielta. La migliore è la fresca.

*Appetito. Ciuamenti. 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, stēperádole con aceto, & sono molto diletteuoli al palato, e vtili allo stoma-
co. Mágiali la mostarda p̄ tirar fuori *Mostarda* dalla testa le fiēme, & leua i diferi della milza, & emēda il veleno d̄ i fōghi.

Nocumenti . La mostarda fatta di questo seme è fumosa, & se ne va 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 .

S E R P O L L O .

Serpillum Serpens obstat Serpentibus atris.

Sit latium & Menses, tormina sedat idem.

Menstrua Serpillum vesicæ 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.

Ciouamenti. 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 false. Ferma i vomiti del sangue; con mele è buon per il petto. Mescolasi nelle insalate, et leua il fetore dell'aglio, delle cipolle, et del porro, prouoca ancora i mestruai, et l'vrina.

Salse.

Fetor dell'aglio.

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 .

Si leuioris edas brumæ Spinachia, primum
Eijce ius succo, & dilue amygdaleo.

Si stomacho minus inuisa, & pœcordia, & aliis
Mulcet, clamoris commoda pleuriacis.

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

Qualità. Son frigidi, & humidi nel
primo grado.

Scielta. Son buoni teneri, nati in
grassot terreno, & ruggiadosi.

Giuuamenti. 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.

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

Rimedi. Si cuocono nella padella

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'amàdole.

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

S I O.

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

*Miraris? pluuio 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 vessica,

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

Ex mihi ab aethereo numerosa potentia rore,

Me maris, & caeli prouida cura fouet.

Languentes vereor fauces, me in adere lumbus.

Discupit vrina, huius quum nocuisti ve lapis

Ex me mica muat. 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 qui 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 primavera, & la state la lor virtù se ne và nelle frondi, ne i 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.
Visu habetant, stomachu ledere cruda soler.
Si q. Cæna sapis, minimu est insulsa; qd optas.
Horrida cum exustis Allia verticibus?
Hæc graue olent capiti, nec cõuenientia ocellis,
Pulmoni, & rauca sint licet apra gula.
Hæc ut noris edas, quantas prorumpet iniras
V' effica, & 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 d'
i villani

Acque come si cor-
reggono.

Arrettificare.

Nausea del mare.

virtù espulsiua, al ceruello, alla vista, al capo, et fa venir sete, nuoce alle donne grauide, et rinuoua le doglie antiche, et fa aduotione di fangue, nuoce alle morici, et alle donne che allattano. Fa 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 malignità, mà le sue virtù diuētano piú deboli. Mangiandosi con oglio, et aceto, ò con altre viuande il crudo è mâco nociuo. Si cōuien à i vecchi, et Pinueto, mà è contrario a' gioueni, massime le state, Si leua la puzza dell'aglio mangiâdo dapoi faue crude, apio verde, e foglie di ruta fresche.

C A R O T E.

*Difficilis coctus est, inflatq̄, Carota, paresq̄,
Ipsa gerit vires ips, quas communis habere
Pasli-*

Pastinaca solet, condita hæc estur aceto.

*Rubra, sed alba modo rapæ est in iure co-
quenda Carnium.*

Nomi. Lat. *Carota.* Ital. *Carota,* & *Carotà.*
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 mense, tanto nelle insalate, quanto in minestre; prouocano il latte, i mestruai, et l'orina, et aprono l'opilationi.

Nocuenti. Nutriscono mæco del-
lerape, nè si digeriscono così facil-
mente, et generano ventosità, non
danno troppo buon nutrimento.

Rimedi. Le rosse cotte bene, et con-
dite con aceto, olio, et senape, ò co-
riandro, ò pepe; et le bianche cotte
in buon brodo di carne perdono la
loro malitia. *Virtù.*

CIPOLLA.

*Cepa inuat stomachū, reuocando sitimq; famēq;
Calfacit, incitat, 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 quārità 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 .

Rimedi. Cotta p'ae 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 diueta dol-
ce, e cibo da contadini, & da quelli,
che molto s' affaticano, & si cõuiene
à i tempi, all' etadi, & alle comple-
sioni frigide, mà nuoce alle cõtrarie.

F O N G H I.

*Noxius est usus Fungorum, namq; venenum
Exitiale ferunt; praua alimenta creant.*

Si placeant, rabidi caueas contagia ferri.

Cumq; venenatis putrida quæq; lotis.

*Fungus obest capiti, & Stomacho. caligine s'esus
Velat, & est cordi perniciofa lues.*

*Niq; salutiferi medicamenta pura Falerni
Haueris, Urine 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.

Fonghi di pietre. *Giuamenti.* Son grati allo stoma-
co, perche fan venire appetito, & ri-
ceuono tutti i sapori. I fonghi poiche
nascono nelle pietre secchi all'om-
bra, & poluerizati, presi al peso di
scropolo con vino, ò brodo, mitiga-
no i dolori colici, & renali, prouocã-
do l'orina, & cacciando fuor le pie-
tre, & le renelle, mà si piglia quattro
hore auanti al cibo.

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

*Fonghi sa-
lasi.* *Rimedi.* Gli insalati diuengono
securi, mondati, & ben cotti si pos-
sono mangiar sicuramente, cuocen-
doli con pere acerbe, basilicò, pane,
aglio, & calamento, conditi poi con
olio, sale, & pepe. Il meglio è man-
giarne

giarne pochi, & beuergli appresso
vino buono.

FONGO DI PIETRA.

*Pleimus expiscit primos sibi lyncis honores
Fungus, honoratas dignus adtre dapes.
Igneus est, iecori, & renum medicina lapillo,
Vesicaq; datur, prandia grata gula.
Quod lapide est ortus forsan mirabere? mirum,
Grandius est, lapidem mox alit ille suum.*

Nomi. Lat. *Fungus lyncurius, & lyncus.* Ital. *Fongo di pietra.* Fonghi di
pietre.

Qualità. Non è di quella frigidità, che gli altri fonghi, & però è aperitiuo.

Scielta. Son buoni quelli che nascono nella montagna di Colleparado giurisdittion de gli Illustrissimi Signori Colonnese, dal qual monte hà origine l'acqua d'Anticoli.

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

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 fà
 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.*

PASTINACA.

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 mulse

Condiat, & stomacho grata erit, & Veneri.

Nomi. Lat. *Pastinaca.* Ital. *Pastinaca.* *Pastinaca*

Qualità. È calda valorosamente, è
asterliua, & 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-

nerano sangue cattiuo, & pieno di fu
perfluità.

Cottura.

Rimedi. Perdono la malitia loro
cuocendole bene, leuato prima il le-
gnolo midollo di dentro, & poi con
aceto, olio, & senape si condiscono,
ouero lesse prima, e poi fritte con bu-
tiro, ò con olio nella padella s'ac-
compagnano con false, ò saporì. Sò-
no buone ne' tempi molto freddi per
i giouani, & per tutte le complessio-
ni, eccetto che per i vecchi, & flem-
matici. Si ripara ancora à i nocumen-
ti loro lessandole prima à due acque,
poi ricuocendole la terza volta con
lattuca, coriandro, & cipolla, aggiun-
gendouì poi olio, aceto, pepe, & me-
le, ò molto cotto.

P O R R O.

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

Tabida

*Tabida cui pulmonis membra, & anhelum
Pectus, eum Porri torrida cena 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 alio
Postposita, irati tormina ventris amem.*

Nomi. Lat. Porrum. Ital. Porro.

*Qualità. E caldo nel terzo grado, ^{Porro}
& secco nel secondo.*

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

*Gionamenti. 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
& l'ebbriachezza, sanai dolori co-*

Morici.

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 magiato crudo, offende la testa, fa sogni horribili, offusca la vista, aggraua lo stomaco, & nuoce à l'ulcere delle reni, & della vessica. Fa il porro dolet la testa, genera cattiuu humori, corrompe 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, endiuiua, & procacchia; è cibo da villani, et da chi molto si fatica, è pessimo il porro in tutti i tempi, à tutte l'etadi, & con plessioni, et si deue mangiare dopò gli altri cibi.

R A D I C E.

*Calfacit hortensis Raphanus, ructusq; mouebit,
 Proderit ante epulas, postea sumptus obest.
 Hic eat, aut Raphanus postremo accubat in orbe
 Mensa magis sapida, si sit onusta dape.
 In caput, & dentes, limosq; igne in ocellos.
 Senit, & 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, incisiua, austeriua, et rarefattiua. *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.

Gionamenti. - 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, & insalate, 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 pidocchi, nuoce à i denti, & la vista, accresce i dolori artetici, fà raucedine.

Pidocchi.

Rimedi. Tagliata minuta, & infusa nell'acqua, & poi insalata è manco nociua. Mangiata dopò cena nō aiuta la digestion, 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

secu-

*Radici do
pò cenano
cine.*

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.

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

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

Ramorcaccia.

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

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

Giouamenti. E grata al gusto, prouoca l'orina, & i mestruai, 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

Sens.

Fonghi.

Pisire.

fuori

fuori le renelle, & le pietre della vesfica, & il suo succo beuuto nel bagno al peso di due oncie caldo, rompe le pietre, & quelle delle reni le caccia fuori, mà quelle della vesfica, se fon fragili le spezza folamente; il medesimo succo tira fuori dal petto la marcia, & vale cōtra i veleni, massime l'olio che si caua dal suo seme: in somma è più efficace in tutte le cose della domestica.

Olio del seme.

Nocumenti. Genera ventosità, moue rutti fetidi, & infiamma il fegato, & difficilmente si digerisce.

Rimedi. Si leuano i nocumenti della ramoraccia con il suo seme, oueramente cuocendola, & mangiandone in poca quantità; è conueniente l'inuerno, & à gli stomachi robusti, & calddi.

R A P A.

Rapa ciet lociū, & uenerē confer t̄q, podagris, Antidochū est, & aleas, prana alimēta parit
Sunt

Sunt calidæ & rigido gaudētēs frigore Rapæ,

Humidus hinc illis turgidulusq; liquor;

Gloria Nursinis, siti entēs 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.

Rapæ, e Rapo.

Qualità. È 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

Ieiunio veniunt destituenda coquis.

Illos calfaciant, hebeti repleantq; liquore.

Etq; minus nocens, illa recocta 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: accrefce il coito, e lo sperma.

Nocimenti. Generano ventosità, multiplican gli humori grossi, fan dolere la testa, & inducon sete, & 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, & à 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.
Vltima sint nostræ post pulmentaria cœnæ,
Mixa sit in nostris, ut Venus ipsa iocis.
Siturget æquū est ventosa tonitrua, & imbres
Hæc genere: piperchiaq̄, vinabibam.
Sic facile stomacho sunt adducentia chymos,
Nec vesica tumet, nec dolet Iliacus.
Cui caput obtusū, & triste est, mollesq̄, lacerti
Exeat, hinc tantum Tabera cœna negat.*

*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 granellosa, et dura, molto freschi, non putridi, et di buono odore.

Giouamenti. Si mangiano cotti, et crudi, sono soauì 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 *Castagne* la cenere, poi monde, et cotte in vn tegame, con pepe, olio, et succo di aranzi, con vn poco di sale; messi i tartufi nelle casse danno alle vesti nõ *Odore alle vesti.* ingrato odore.

Nocumēti. Sono vètosì, malenconici, et inimici a' nerui, alla testa, et allo stoma-

Denti.

Stomacho, & fanno tristo fiato, & vfangendosi spesso generan apopleffia, & paraliffia, & sono difficili à digerire; quelli che sono arenosi, sono inimici à denti. Se ne trouano oltre à cio di quelli che strangolano à guifa de i fonghi; fanno dolori colici, & difficultà 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.

Quantunque 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 vsano per molte altre vtilità: dal che si conclude, che non bisogna vsarli 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 ricoue da i 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.*

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 cotoogni, 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 fughino 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 vêtre
sempre

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

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 guardarli da quei frutti, ne i quali

*fruttiver
menosi.*

albergano vermi, che generano febbri continue: & questi si conoscono, che sono scoloriti, & perche de i frutti da gli alberi si ritrouano trentasei forti, delle quali dodeci si mangian tutti, di questi tratteremo nel primo luogo.

CEDRI.

Medica mala sumus, pelli vis ignea nostrae est,

Humentis brumae, nec bene coëta caro.

Terreus est humor. sectantur semina pellem.

Flos calidus & folium sic voluere Dei.

Tarda caro, est succus cholera fluxusq, morat.

Cortex per hinc ardens, hinc tua membra nitet.

Semina, flos folium, & cortex frigentia mulcet

Corpora & epurant aera pestiferum.

Sola tamen volumus mandi, sic gratus, olefcet,

Nos bona dic veneri, non mala, nec medica.

Cedri.

Nomi, Latin. Citra mala, mala medica. 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 vſando la ſua decottione fa buõ 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, & cõtra il veleno; l'acqua ſtillata di tutto il cedro è molto ſoaue 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 mangiua il cedro, mosso egli à compassione di quei miseri, gli diede à mangiare del cedro per confortarli, giùti poi al luogo doue haueano da morire, fur morsi da serpenti, senza esser punto offesi, et fu 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.*

Nocumenti. Si digerisconotardi, 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 còditi cò zuccaro son buoni ad ogn'vno, in ogni età, et stagione.

C E L S I.

Acribus est gelidus. seruescēs dulcibus humor,

Dulcia mox putrent: mora vorata tibi

Acria si ventres choleram subigentia durant,

Vesica effluxus plenior inde tibi est.

Nomi. Lat. Mora. Ital. Moro, & More.
vo celfo.

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.

Gionamēti. Leniscon 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, fandolo re di stomaco, & lo conturbano, ritrouandolo pieno di cattiuu humori, & facilmente si corrompono.

Vino.

Rimedi. Lauate co'l vino son manco nocie, & 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.

COTOGNI.

*Sicca leuis brumæ, quod poma Cydonia mele,
Cocta iuuent stomachū, mensa secūda rogar.
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.

Cotogni.

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

Specie.

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

tità se bisogna di ristringere il corpo, si deuono mangiare auanti al cibo, che così assicurano la testa dell'vbrichezza; sono grate al gūsto, risuegliano l'appetito, rallegrano, & confortano il cuore, fortificano la bocca del stomaco, stagnano i flussi, & racconciano gli stomachi guasti, fermano il vomito, & tengono à basso i vapori, che non ascendono alla testa, & benché siano constrettiue, prouocano nondimeno per accidēte l'orina; mangiale crude giouano alla disenteria, et à gli sputi sanguigni, & raffrenano i veleni mortiferi; le cotate fatte con mele, ò con zucchero, sono utili 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
rifue-

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

Rimedi. Sono manco nociue, quan-
do sono ben mature, & cotte nel me-
le, ouero dopò che sono cotte met-
tendoci sopra molto zucchero, ò mu-
schio, ouero facēdone la cotognata.
Si cuocono ancora nel mosto, & la
più facile, & breue cottura è di met-
tere il cotogno in vn pignatto nuo-
uo, coprirlo, & darli brascia di sotto,
et di sopra nel coperchio.

CORBEZOIE, CIOE'
ARBUTO.

Arbuta, sorba, tenēt fluidos. Et mēspila v̄tres,
Paruo succescunt hæc tria poma gelu,

Hæc

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

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

Qualità. È frutto d'acerva natura, astringe, et corrobora.

Scielta. Le grosse, et ben mature, et nate ne i colli, et ne i monti.

Giouamenti. È molto valoroso l'arbuto doue bisogna corroborare, et restringere. Dassi l'acqua lambiccata dalle frondi, ò dai fiori con poluere d'osso di cuor di ceruo; ò del corno 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 ristagnano i flussi, et son grati ài tor-di, alli storni, et merli.

Nocumenti. Sono questi frutti al gusto sciapiti, et austeri, et nel mangiargli

giargli pungono alquanto la lingua,
et il palato, che par proprio, che sia-
no 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*
et però è detto questo frutto vnedo. *che si dica.*

F I C H I.

Igne repet modico, primoq; est tempore Ficus.

Mollior, vrenti mox sitit igne magis.

Candida Purpureis, nigrisq; est gratior, omni

Piguor hæc fructu est, vberiusq; fouet,

Si noua sit nocua, est stomacho, Et 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 secõ-
do,

do, mà i secchi sono manco humidì.

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 fete, & nettano il petto, ingrassano, fanno buono colore, gioua al coito, & ben maturi son sicuriissimi. I secchi giouano alla tosse, si mangiano contra la peste, con noci, foglie di ruta, & fale; 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 q̄do se ne mangiano molti, offendono lo stomaco, à quei che patiscono
dolori

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

Rimedi. Quando si mangiano freschi, bisogna bere appresso loro acqua fresca, sì perche li fa 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.

M E L E.

*Plurima sunt, minimiq; madentia Mala caloris
Dulcia, sed stomacho commodiora meo.
Corda inuuant flammis agitata, ac noxia ventri.
Turgebunt, neruis, & 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 primogrado, & 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 fa delle mele il siroppo de pomis, ch'è molto cordiale, & vale nelle passioni malenconiche.

*Siroppo
de pomis.*

Nocumenti. 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, & flemma 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, Profluuuū cōhibent ventris, de gutture fluxus,

P 2 Vtilis

*Faucibus, & sistunt, vteroturgentibus. iste
 Utilis est fructus, stimulat pellacie quando
 Fæmineum sexum.*

Nespole.

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, ò 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, & beuuti con vin bianco, oue siano state cotte le radici del petrosello, dell'anonide, ò del meu, mirabilmente cauano fuori le pietre dellereni. Ritrouansi le nespole senza noccioli, ch'insitate sui

Pietre.

coto-

cotogni vengono di notabil grãdezza, & 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, regolitio, zuccaro violato, ò zuccaro cãdido, perdono gran parte de' nocumenti loro. Son buone l'inuerno per i gioueni, & per i colorici, & per quei, ch'hãno gagliardo lo stomaco.

NOCE MOSCATA.

India odoratus, & crasso rore rubentes

Cum tamen exurant, dat tibi larga Noces.

Hæc stomacho, iecori, vitiatò spleni, & ocellis

Subueniunt bruma si modo læsa dolent.

His bene vident, & vix cõtracta labella famescunt

Æffica his parula est, hæc fluida aluus ama,

*Quã male nux dicta est Matrongo nobile minus
Glã s muscata datur, cui mole vulua tuncet.*

Nomi. Lat. Nux Miristica. Ital.

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.

Madrice. *Giuamenti.* 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 madre, 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 notabilmẽte riscalda. L'olio della noce moscata onto conferisce molto

Olio de noce moscata

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'inueruo; 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.

*Ardet, & in nervos glutinataq; flegmata fert
Sic Piper, vt nullum siccet aroma prius,
Exactis stomachum mollito ventre superbis
Hoc cannas fernet si tibi bile iecur.*

*Corporis huic minimi numero laus dāda repen-
Plura mouēt aliuū, 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, graui-
fimi, 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-
te, gioua alla tosse, & à tutti i difetti
del petto; masticato con vua passa
purga la flemma della testa, & conser-
ua la sanità.

Nocimenti. 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, & stematici, & catarrosi, & sopra i cibi freddi, & humidì, & che non sia pesto troppo sottile, mà grossamente, perde gran parte della sua malitia; mà volendosi che presto penetri tutto il corpo, si pesti sottilissimamente.

P E R E.

*Brumalis sribunda cibi, durantiã ventreni
Sunt Pyra, ventosum non edat illa latur.
Cor tamen hæc colat, & fungi cui cura maligni
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.

Giuamenti. 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. Sece anfr 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, percioche generano sangue freddo, & ventosità: nucono ancora a quei che patiscono renelle, & *Renelle?* difficoltà d'orina, percioche 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 zuccaro sopra, e beuendogli appresso vn buon vino odorifero, oueramente cuocendole in vino, aggiunto zuccaro, & cinamomo, ò mosto cotto, che cosi 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'inuerno, 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 festendo aluum certa est via maxima Sorbis: Maspila at hæc vincunt, utraq; inepta cibus.

Sorbe. **Nomi.** Lat. *Sorba.* Ital. *Sorbe.*

Qualità. Sono le sorbe a strettine, come le nespole, mà con effetto più debile: sono fredde nel primo, & secche nel terzo grado.

Sorbe migliori.

Scelta. Le migliori sono le grosse, odorifere, ben mature, senza corruzione, & che per qualche tempo siano state appese all'aria, ò conseruate nella paglia.

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 souerchio.

Nocimenti. A chi ne mangia molte tardano alquanto la digestion, aggrauano lo stomaco, ristringono il corpo, & generano grossi humori.

Rimedi. Bisogna vsarle 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 delectabilis 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.*

Giuamenti. 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 vessica; 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 conservate in vinacci, ò in vasi longo tempo nucono alla vesica.

Rimedi. Mangiandosi l'vua nel principio del mangiare è manco nociva, et così accompagnandola con alcuna cosa salata, et granati, ò aranci, ò altri cibi acetosi; l'vua bianca è ^{Vua appesa.} manco nociva 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. (est.)

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 alteriue, & 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'vbrachezza, 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.

Notamenti. Mangiandose ne quando sono molto secche, sono di tarda digestione, dimorano molto nello stomaco, & fanno dolere la testa, generando colera.

*Amădole
confette.*

Rimedi. Si mangiano la state, quã-
do i noccioli sono tenerelli come latte,
ouero secche, senza scorza, con
molto zuccaro, che le fà 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
zuccaro, 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.
Sint 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 vinosa, fredda, & secca nel secondo grado; il seme è caldo, & secco nel secondo grado. *Dolci Ace-*
 Edolci 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 conuenienti allo stomaco in ogni tempo, & sono pettorali, sono buone per i malenconici, & per i catarrosi, & leuano l'opilationi; acetose smorzano la sete, & risuegliano l'appetito, il loro succo asperso sopra gli arrosti, ò pe-

sei fritti dan lor gratia, è soauità, & con zuccaro si mangiano auanti al cibo, come le dolci; altre sono di mezzo 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.

Vino.
Poluere
che ammazza i ver-
mini.

Nocimenti. Gli araci bruschi stringono il corpo valorosamente, & lo fanno stitico, & raffreddano lo stomaco, & stringono il petto, & l'arterie, li dolci accrescono la collera nelle febri.

Rimedi. Si ripara i danni, che fanno gli acetosi, aggiuntoui il zuccaro, ouero mangiandoli appresso la sua scorza condita con zuccaro, che è molto stomacale, & mangiando di quelli in poca quantità. Son buoni in ogni tempo i dolci per i vecchi, & gli

Morici.

acetosi

acetosi ne i tempi caldi per i gioueni, & per i colerici, & sanguigni, massime nelle febri pe stitire.

C A S T A G N E.

*Castanea stringunt, instant, & grez. 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 seuit,
Ni spolia apporet mellis arundinoid.*

Nomi. Lat. Castanea. Ital. Castagne.

Qualità. La castagna tanto domestica, quanto saluatica è calda nel primo grado, & secca nel secondo è constrettiva, & disseccatiua. *Castagne.*

Scielta. Le migliori castagne sono le grosse, & però sono migliori di tutti i maroni, & dopò che sono colti, se per lungo tempo si cõseruano, si fanno più saporiti, & più sani. *Maroni.*

Giouamēti. Prouocano il coito per esser

esser ventose, danno grandissimo, & buon nutrimento, sanano i flussi, & pestate con mele, & sale, sanano 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.

Pandi castagne.

Tartufi.

Nocumenti. Mangiate abbondantemente 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 arrostate nella pa della 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, psuntq; veneno
Morsibus infectis: simul inflammataq; mulcet.*

Nomi. Lat. Glandes. Ital. Ghiande. Ghiande.

Qualità. Deseccano, astringono, & alquanto riscaldano.

Scielta. S'eleggano per mangiare quelle che stanno nel gozzo delle palombe arrostate.

*Pane di
ghiandi.*

Giuamenti. 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, & beute con vino, giouano à i morsi de' velenosi animali, & à coloro c'hanno preso il veleno ouero hanno beute le cantarelle, onde orinano poi 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
ghiand.*

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 saluatiche arrostitite. L'olio, che si caua delle ghiande nõ 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 arrostiti sotto la cenere.

LIMONCELLI.

*Affrÿ pariunt etiam Limonia campi,
Crediderim succi hæc vincere prima malo.
Æstera subducunt, nec prima vigoribus equat.
Sic nullo varÿs 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 degli 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 degli acerbi preso alla quantità d'un'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 troua 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 smagrare, generano humori malenconici, non nutriscono, perche con l'acetosità loro mordicano lo stomaco, stringono valorosamente il ventre. *Smagrare*

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, pulmoni hæc sunt mala, at illa bona.

*Cuncta iuuant stomachū, feruētēs acriā flāmas
 Extinguunt, cunctis mensa secunda datur.
 Sæpe remorbescit dulci si uescitur æger,
 Vtraque cum distent, meliøre cur faciunt ?*

Nomi. Latin. *Malum Punicum. Ial.*

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 salire i vapori allate-
sta, & tutte prouocano l'vrina. Le
scorze si serbano che sono buone per
dar odore à i panni, & alle vesti, et
saluarle dalle tarne.

Nocuenti. Le dolci generano vē-
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- *Mistura.*
mento dell'altra, et però si māgiano
i granelli dell'vna, et dell'altra me-
scolati insieme, et così dā 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 sono nemiche à i vecchi, perche stringono il petto loro. Il lor succo non si hà da vsar solo, ma per compimento de i cibi; le mezane si mangino dopò gli altri cibi con zucchero, ò sale, che così reprimono i vapori, ch'ascendono alla testa.

NOCCHIE.

*Primus. Abelluam campano à nomine cultor.
Dixerat aridula est, sed minus illa tepet.
Anuisa est capiti, & stomacho, tardissima lapsu
Intumet, & lapides conterit atque ciet.*

*Nomi. Lat. Barilus, Nux Auellana,
Nux Pontica, & Prænestina. Ital. Nocchie, & Auellane.*

Qualità. Le fresche sono temperate

rate nelle prime qualità, mà le secche sono calde, & secche quasi nel principio del secondo grado.

Scelta. 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 soauì 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 preseruanò dalla peste. Le tonde si cuoprano come i coriandoli, & sono gratissime allo stomaco.

Nocumenti. Tardi si digeriscono, nondimeno sono grate al fegato, fanò qualche vètosità, generano mol-

ta colera, et fanno dolori del capo, quando se ne mägia troppa quantità.

Rimedi. Si mangino che siano ben fresche, che siano state infuse nell'acqua, et asperse di zucchero; 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'inzucchurate sono manco nocive.

N O C I.

*At ille nuces poterat dixisse, sed unica in glans
Nux dicta est, lingua iam nocitura tue.
Siccior arefcit stomachus, & caput i pba vexat,
Mirum si nocue sit bene iuncta vie.*

Noce. 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.

Scelta. 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 da i veleni mortiferi, et vagliono contra la peste; et due noci secche, et altri tanti fichi, et venti foglie di ruta, con vn 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 rabbiiosi, mastiandone 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 si dice,

Post pisces nuces post carnes caseus adsit.

Ammazzano le noci i vermini de
corpo, & condite con zucchero, ò
mele, & con garofani son molto vti-
li allo stomaco, & alle viscere fredde.

*Noce nu-
ce.* *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, fa crudi-

*Ombra del
la 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 ego iuncta via cum sine crimine vitæ,
A populo saxis prætercunte petor.*

Rimedi. 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 stretezza 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 come
cie.*

*Carni come
presso.*

si cuocono

Abondanza.

NOCE D'INDIA.

*Indica mix calida est, atq; humida, digerit ipsa
 Flatus, lumbrorum mulcet, genuumq; dolores,
 Aluum cum sistit, ventrisq; animalia pellit,
 Vesicaq; malis confert, tussiq; medetur,
 Subuenit asthmaticis, tremulis, & reddit edētes
 Pingues, duritias mollit, confertq; potagris.*

Noce d'India.

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.

Giouamenti. 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 de i nerui, beuēdosi in queste noci,

noci, ò acqua ò vino, preserua da i dolori colici, & da molte altre infirmità, & gioua à i psralitici: 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, mâgiandosi poi il tutto fa ingrassare i magri.

Magri.

Nocumenri. Mangiata questa noce aggraua lo stomaco, quantunque nò generica attiuo nutrimento.

Rimedi. Bisogna vsarne in poca quantità, & più per medicamêto, che per cibo, & cotte con buone carni.

ORBACCHE.

Gingiuas, & Labra iuuat vitia inde repellens
Fagus confirmat, torpentia membra, tumores
Ekiccat, crines denigrat, & illita confert
Profluuiio 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.

Scelta. 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 valentemente 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

l'assedio con la fagiola.

Nocimenti. Sono questi frutti al gusto molto constrettiui, & però fanno stitico il corpo.

Rimedi. Non bisogna mangiar questi frutti, se non in tempo di gran necessità, & in pochissima quantità, ma si deuono lassare a'porci, & ad altri animali, che se ne ingrassino.

P I N O L I.

Ebullit, nimiumq; sitit pulmonibus imis

Debita, vix coquitur pinea sed bene alit.

Intestina fouet, nervis rigidoq; lapillo.

Subuenit, & Veneri grata, fugit Cibelem.

Nomi. Latin. *Pinei, nuclei.* Ital. *Pi- Pignoli,*
gnoli.

Qualità. Sono i pignoli caldi nel principio del secondo grado, & humidi nel primo.

Scielta. Imigliori son quei pignoli, che son cauati dalle pigne domestiche, & massime da quelle che son femine, perche son più saporite, ma

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, ò zucchero, prouocan l'orina, ristorano le forze nei debili, nettano le superfluità delle reni, & della vessica, giouano all'ardore, & destillation dell'vrina, conferiscono nei dolori de i nerui; & delle sciatiche, sono utili à paralitici, & alli stupidi, & à coloro che tremano, mondificano il polmone, & le sue vlcere, sono molto utili nei difetti del petto, & giouano à iustifici grandemente.

Reni.

Vessica.

Tifici.

Stomaco.

Nocumenti. Sono tardi alquanto da digerirsi, & danno vn nutrimento grossietto, & mordicano lo stomaco, & il ventre, quando se ne mangia assai, & che son rancidi, & eccitano la libidi-

libidine, & ricēpiono la testa di vapori
Rimedi. Si infondono prima nell'ac-
 qua tepida almen per vn' hora, poi si
 mangino da i flemmatici co'l mele, *Con mele.*
 & da i colerici con zuccaro; son buo- *Con zuc-*
 ni ne i tempi freddi per i vecchi, mà *caro.*
 co'l mele, come si è detto, & per i gio-
 ueni, & conci co'l zuccaro.

PISTACCHI.

*Ignē nuces superat, renes iuuat, & iecur humēs
 Pistachium; Hæc stomachi cœna senilis amat.*

Nomi. Lat. Pistacia. Ital. Pistacchi, *Pistachi?*
 & Pistici.

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.

Gionamenti. Sono marauigliose in
 risue-

risuegliare gli appetiti venerei, 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 riltauratiui, & per questo si mettono nelle compositioni, che si fanno per chi vuole ingrassarsi; beuuti tutti nel vino conferiscono à i morli 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 austera cibiq;
 Vota ciens, siccant, cū stringūt robore firmās
 Non in ventriculo ceu dulcia corrumpuntur.*

Inde febris, atq; sitis, hæc 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.

Scelta. 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 riserbano nei vasi di vetro, che così riescono migliori, che crude, & sono molto conuenienti nelle feбри pestilentiali; le crude son buone ne i 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 Factus suauissima gustu

Armenia, & colerã frigore mala premunt.

Nomi. Lat. Mala Armeniaca, Præ-
socia.

Socia. Ital. Armeniache, Moniache, & Grisomole. & Biricocoli.

Qualità. Sono questi frutti freddi, *Biricocoli.*
& humidi nel secondo grado. *Ammoniachi.*

Scielta. Le armeniache, le quali son coli chiamate, perche furon portate d'Armenia, sono le migliori, le grosse, ben colorite, molto mature, con nocciolo dolce, chiamate alberges, & che dall'ossa facilmente si distachino, & siano dolcissime al gusto.

Giouamenti. Sono grate allo stomaco, leuano la sete, risuegliano l'appetito, fanno orinare: il lor nocciolo amazza i vermini, & l'infusione fatta con le secche gioua alle feбри acute; si seccano al sole spartendoli per mezo, & aspergédoli sopra zucchero poluerizzato.

Nocumèti. Sono grati allo stomaco, *Stomaco?*
mà lo indeboliscono, son più corrottibili 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 veloceméte riempiono il sangue di molta humidità, lo dispongono à corruttione, & generano feбри 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 còditi con sale, ò con specie, ò caseio vecchio, & beuendoci appresso (come si è detto) buon vin vecchio odorifero.

CAROBOLE.

*Effulcit Stomachū post canam sumpta, sed ante
Profluuū Siliquā ad v̄tris facit; ipsa recēsq;
Aluum dissoluit stomacho nocet, est ea sistens
Sicca, atq; utilior stomacho est lotiūq; mini-
strat.*

Nomi.

Nomi. Lat. *Siliqua*. Ital. *Silique*, *Carobe*, *Carobole*, & *Guainelle*.

Qualità. Questi frutti sono disseccati, *Carobole*.
 catiui, & ristrettiui.

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 gengeuò, li mirabolani, & le noci moscate.

Giuamenti. Hanno, le silique vn certoche simile alle ciregie, percioche mangiandosi fresche soluono il corpo, ma secche lo restringono, & sono più utili 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.

Nocumenti. Sono di cattiuo nutrimento, sono difficili à digerire, et sol uono il ventre.

Rimedi. Bisogna mangiarle secche, et non verdi, et dopò al cibo.

C I R E G I E.

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, 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 migliori son le palombine.

Corgne.

Dolci.

Gionamenti. Le dolci muouono il corpo, et presto se ne scendono dallo stoma.

Stomaco à basso; mangiate la mattina cauano la sete, rinfrescano, & prouocano l'appetito; le secche stringono, massime le visciole; giouano, 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, & 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

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.

CORGNOLE.

*Corna nocēt stomacho, bruma male grata rigēt
Si tuus illa uoret uenter, auarus eris.*

Nomi. Lat. *Cornus.* Ital. *Corgniolo,*
corniali. & i frutti *Corgnioli.* & *Corgniali.*

Qualità. Hanno facoltà questi frutti de disseccare valentissimamente, & d'attingere.

Scietà. Le migliori sono le grosse, & ben mature.

Flussi. Sono efficace rimedio à tutti i flussi del ventre, imperoche constringono al pari delle nespole, ò de i pruni saluaticchi; si conciano verdi, come l'uiue, & delle mature si fa conserua con zuccaro, & mele,

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 zuccaro.

DATTILI.

*Ardua dat dulci, pomum tibi palma tepore,
Cui dedit apta nimis nomina, forma teres,
Hac caueas, tumidum, corpus turpedine replet:
Sic cadet vinci nescia palma tibi.*

Momi. Lat. *Dactylus*, *fructus palmae.*
Ital. *Dattilo.*

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.

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.

Nocimenti. Generano vn sangue, che subito si muta in colera, nuocono à i dèti, & 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, & cattiuè febri.

Morici.

Rimedi. Sono manco nociuu 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, per nessuna età, & nessuna complessione, salvo che quando sono conditi con zucchero.

FOLCERACHE.

Vtilis est, Lotus stomacho: sed fructu edendo est, Aluum eadē sistit cōmendat, & oris odore.

Nomi. Lat. Lotus. Ital. Frutti del Loto, & Folcerache, & Polserache. Folcerache.

Qualità. Il frutto del loto è partecipe di qualità costrettiva.

Scielta. Di questi frutti sono le migliori le fresche, & non le secche.

Ciouamenti. Il frutto del loto è dolce, buono a mangiare, & facile allo stomaco.

Nocumēti. È ristrettivo del corpo.

Rimedi. Bisogna mangiarne in poca quantità.

GIVGGIOLE.

Magna placent, ruffim sedant stomachumque laceffunt.

Humenti frigent 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 .

Nocuenti. 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 fa nelle spe-
tiarie lo siropo giugiubine.

Siropo.

MIRABOLANI.

Tutta Mirabolanum est inter medicamina: confert.

Ad secur, ad renes, Stomacumque & viscera, frenat

Scammoniū, iū quæ medicamina ferre laborē Dejiciēdo solent, obstructis nō datur unquā.

Nomi. Lat. Mirabolanum. Ital. Mirabolano.

Mirabol

Qualità. Sono freddi, & secchi, ^{ni.} astringenti, acidi, et constrettiui.

Scelta. I più lodati sono quelli, che sono ben maturi.

Gionamenti. I conditi con zuttaro, massime i cheboli, sono migliori de gli altri, che solano manco: i mirabolani citrini, cheboli, indi, emblici, & bellirici, servono piú per medicina, che per cibi, & per questo quei, che vorráno saper le virtù loro, cerchino nel nostro Herbario.

Nocumenti. Solo questo nocumento hanno i mirabolani in loro, cioè

Opilationi che augmentano le opilationi.

Rimedi. Non si diano à gli opilati, nè à coloro, che sono disposti à cadere in tal difetto, ouero si diano còditi, & ben preparati.

O L I V A.

*Torpesce Olea ex acuis, sed auara palatum
Vix alet, arentam mollior alius amat.*

*Ignem leni, nisi salsa tepens imitata smaragdos
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, corroborato, & ferma il ventre; le condite in salamoia sono calde nel secondo grado, & hanno un 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.

Oliue di Spagna.

Oliue di 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.

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 cō l'oua, ma con grande errore, perche (come al suo luogo s'è detto) bisogna ne i cibi seruare l'ordine.

*Ordine ne
è cibi.*

P E S C H E.

*Rore sumus pluuio mox putrescentia, ventre
Fida calescenti, se modo prima damur.*

Mollia

*Mollia laxamus ventres, siccato tenemus,
Nos tenuit Persis sed tibi grata sumus.* Pefche.

*Nomi. Lat. Persica. Ital. Pefche, &
Persiche.*

Qualità. I frutti sono freddi, et humidi nel secondo grado; l'amandole loro poi sono caldi, e 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 assai 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 diuene 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 inacetiscono, & si corrompono, per esser di natura molle, & aquosa, onde generano per lo più ancora ventosità; 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 trasportato alle vene, e così diuentano più nociue.

Duracine.

Rimedi.

Rimedi. Beuasi appresso vino buono odorifero, & aromatico, essendosi mangiati à stomaco voto; mà le duraccine si deuono mangiare dopò pasto, che così rinfrescana la bocca dello stomaco, & la sigillano, come fanno parimente le secche; sono buone la state per i gioueni, & per i colerici, 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' l'loro grato odore leuano la puzza del fiato, che viene dallo stomaco; ralegrano l'animo: le secche sono più sane, & fanno migliore stomaco, & fermano i flussi. I nocioli de i persichi mangiati leuano il nocumen: o 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 vessica, & le liberano da gli escrementi stematici, & in somma sono molto conuenienti per conseruar la sanità, se ogni mattina se ne mangiano otto, o dieci; mà à chi hauesse'l fegato troppo caldo bastano due, ò tre.

P R V G N E.

*Pruna, licet vario decorata calore nitescant,
Frigens, & pluri clasta liquore flunt;
Solunt, corda fouent ardentia prima reposcunt
Prandia sunt Sirij nobiliora soli.*

Prugne.

Nomi. Latin. Pruna. Ital. Prune, & Susine Prugne, & se ne trouano infinite spetie.

*Dolci.**Austere.*

Qualità. Sono i pruni freddi, & humidi; ritrouansene di più spetie, & alcune sono dolci, & alcune acerbe, & austere; 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 fa elet-
tuario con scamonea, & senza, per sol-
uere il ventre, & con polpa di pruni
damasceni, & manna si fa 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 *clarissimo*
gratissimo al gusto, come la coto-
gnata.

Uocamenti. Nuocono 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 zuccaro, ò mangiandoui sopra cibi salati, & bevendoei buono vino; sono ottime p i gioueni, ne i tempi molto caldi, & p quei, che son eolerici, & sanguigni.

Seguono i rutti dell' Herbe.

C E D R V O L I.

*Abstergit Cucumis friget^r pariterq; satius,
Ordine bino humet, vesica q; ulcera sanat,
Urinamq; ciet, reuocant animoq; liquentes
Olfactu, morsusq; canum folia illa sanant
Cum vino, à mensis inuat hos arcere ferentes
Leihales succos stomacho nisi forte coquant.*

Cedruolo. *Nomi. Lat. Cucumis satiuus. Ital. Cedruolo.*

Qualità. Sono freddi nel fin del secondo grado, & humidi 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 feбри, & mantengono la bocca humida, & fresca, bolliti con zucchero leuano la sete piú valorosamente.

Nocumenti. Sono durissimi da digerire, generano flemma, & humori viscosi, & tal volta velenosi nel corpo, & nelle vene. Dalli quali poi in processo di tēpo si causano feбри lunghe, & di mala qualità, & nuocono

à gli stomachi freddi, che non li digeriscono mai.

Infalata di cedruo li. *Rimedi.* Son men nociui mangiandoli in infalata con cipolla, basilicò, dragoncello, menta, rugheta, & pepe, 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'hanno lo stomaco molto caldo, mà non è cibo da persone delicate. Cotto è manco nociuo.

COCOMERO.

Aluo. & vesicæ Cucumer stomachoq, salubris:
At venerem obrundit, non bene coctus obest,
Hic bilem subigitq, prim, stomachoq, calenti,
Gratus erit, Medici si sapit, arte coquis,
Ne diuturna tamen sit concommitata, aueto,
Febris in assiduos si datur esca cibos.

Cocomero. *Nomi. Lat. Anguria. Ital. Cocomero, & Anguria.*

Qualità. E il cocomero freddo, & humido nel secondo grado.

Scielta.

Scielta. I migliori son quelli che sono grandi, & ben maturi.

Gionamenti. E valorosissimo il cocomero per refrigerio de gl'assetati la state, vale nelle ardentissime febriche 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 souerchio 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 corruptaq; febrem.

Fraga creant oculis visceribusq; 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.

Giouamenti. Sono al gusto gratissime, smorzano l'ardor, et l'acutezza del sangue, et estinguono il feruor della colera, rinfrescando 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 nuuollette, *Quossi* *Vino di* *fraghe,* asterge la pelle del viso guasta da' morbiglioni. Le fraghe nel suo veleno *predono* da 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 decoctiõ delle frõdi, et delle radici, gio-

beuuta all'inflammation del fegato,
& mondifica le reni, & la veflica, &
l'acqua stillata dalle fraghe ferma il
fluffo del fangue in tutte le parti.

*Acqua di
fraghe.*

Nocimenti. Son di poco nutrimento, & facilmente fi corrompono nello ftomaco; nuocono le fraghe fortemente à i tremoli, & paralitici, & à quei che patifcono dolori di nerui.

*Vino di
fraghe.*

Et il lor vino imbriaça. Si putrefanno facilmente, onde chi ne màgia affai, cade fpeffo in feбри maligne.

Rimedi. Bifogna nettare prima dalle frondi, & da ogni bruttezza, lauarle con buon vin bianco, & poi mangiarle asperfe di zuccaro. Sono conuenienti nei tempi caldi a' giouani, & à complessioni coletiche, & fanguigne, & à ftomachi non deboli, & fi deuono mangiare auanti à tutti gli altri cibi, & in poca quantità, come le cerafe, & i mori, & gli altri cibi fugaci.

M E L O N I

*Abstergit lapidem minuit Pepo, mitigat aestus;
Huic male concoccto, pessimus humor erit.*

Nomi. Lat. *Pepo.* Ital. *Melone,* & *Peponi.* *Meloni,*
Peponi.

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 *Albino*
Imperato
vna sera mangiò cento persiche di *re.*
Campagna, & dieci meloni di Ostia,

i quali à quel tēpo erano i più lodati.

Nocuenti. 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 grãdeméte.

Z V C C A.

*Succi aquei, cursus rapidiq, Cucurbita, bilem
Vincit, & Iliacum non bene cocta, ciet.*

*Quã bene grata tamẽ cucurbitã, 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 es-
ser leggieri, & dolci.

Giuamenti. Gioua a' colerici, smor-
zando la sete, rinfresca il fegato, &
solue piaceuolmente il corpo. Le frit-
te sono molto più sane, che le lesse,
imperochè nel friggere lasciano grã
parte del loro aquoso humore, & così
danno migliore, & più copioso nu-
trimento.

Nocimenti. 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 stematici, 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 agrella, & simili, & parimente con cose salse, & calide, come sono senape, pepe, & cipolla, & petrosello; è buona ne ritè pi 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, facilmète si transmutano in sangue, & danno grandissimo nutrimento.

trimento; circa le quali bisogna ser-
uar queste regole.

I. Sempre si auertisca, che gli ani-
mali, le carni, l'herbe, i frumenti, & i
vini si eleggano de i luoghi alti, &
odoriferi, che sian da ottimi venti ri-
storati, & da soq̄ui raggi del sol ri-
creati, doue non siano stabbi, nè sta-
gni, & che in essi le cose si conserui-
no lungo tempo incorrotte.

II. Che si fuggano tutte le carni
de gli animali, che stanno nelle palu-
di, & nelle stagni, & nelle lagune, co-
me sono l'anitre, & l'oche.

III. Le carni de gl'animali trop-
po gioueni, & troppo vecchi, sono
cattive, dure, secche, neruose, & di po-
co nutrimento, & difficili à digerire;
quelle de gl'animali troppo vecchi,
come quelle de' gioueni, sono trop-
po humide, & piene di superfluità,
quantunque per il ventre più facil-
mente discendano.

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 malenconico, perche dissecca gràdemente, 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.

VIII. 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.

IX. Le carni d'animali saluariche 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.

XIIII. La carne, che circonda l'osso, e di più laudabile nutrimento, & la carne della parte destra è più leggiera, & piu facile à digerire della sinistra, & quella della parte anteriore è meglio della posteriore, perche le carni anteriori sono più calde, & più facili à digerirsi, ma 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 fa più atta à nuotrire.

XIIII. 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'elissatione tempera la loro siccità; mà la carne di porco, di castrato, & di mōtone, si deue arrostitire.

XV. La

XV. La carne arrostita nello spe-
do, 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 nu-
trimento, et per questo è più conue-
niente, che l'arrostita. Mà è da nota-
re, che le carni molto grasse, bisogna
arrostitirle, et le magri per il più lessar-
le, perche il fuoco consuma la grassiez-
za loro, si come la magrezza riceue
humidità dall'acqua. Nel pranzo si
conuengono più le carni lesse, et nel-
la cena l'arrostita, et che essendo più
difficile à digerire, la notte meglio si
digeriscono. Le carni fritte genera-
no fastidio, nausea, grauità di testa, et
difficilmente si digeriscono, se bene
sono di gran nutrimento.

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'un 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 ne i 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 giouane 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 souerchia humidità, & tanto più quato è più giouane; non è conueniente à gl' infermi, massime à chi patisce mal caduco, ò altre passioni del ceruello, & de' nerui.

Mal caduco.

Rimed. Non si mági se nõ d' un anno, & che non habbia vsato 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, & méta;

del-

dell'incisivo, & del disseccatiuo, come è la salsa fatta di mostaccioli Napolitani infusi in aceto, pestandoli bene, & aggiungendoui succo di petrosello, 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.

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, & de i 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 cat-
tino nutrimento , patisce il mal ca-
duco, onde a gli huomini , che sono
disposti a quel male è perniciosissi-
ma; genera humor malenconico , &
ventoso .

Cottura.

Rimedi. Bisogna in tempo di ne-
cessità , mangiar questa carne , che
sia grassa, & giouene , & sia lessa con
herbe odorate, & cauoli , & si mangi
con agliata ; i becchi castrati sono
manco nociui, & i montani son man-
co fetidi, & la lor carne è più secca ,
che quella del domestico.

BUE, VITELLO, E TORO.

*Affiduos habeant vitulos tua prandia in usus ,
Cui madida & sapido iuncta tepore caro est.
Terrea bilem afferi terram digesta per annos
Nunc eme sic stomacho fit leuis esca tuo .*

Nomi. Lat. Bos, Vitulus, & Taurus.

Bue?

Ital. Bue Vitello , & Toro.

Qualità. E la carne di vacca 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, facilissima-mente 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.

Giouamenti. Si mangi in poca quantità, pche nō è da stomachi delicati.

Nocumēti. 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. È 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

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 allesto, 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 vda
Tingit humnum roseo sanguine Capreolus.*

Hic

Hic optata feret nobis fomenta calore.

Vda leui modicis moxq, fouenda focus.

Damula adusta magis, si matris ab ubere raptata est.

Huius prior in nostro forte erit orbe locus.

Nomi. Latin. *Capreolus, & Dama.* *Caprio.
Damma.*

Ital. *Caprio Capriolo, & Damma.*

Qualità. E caldo, & secco nel secondo grado.

Scielta. Si eleggan. de i caprij, & delle damme, quelli che siano giouani grassi, & assai esercitati, che così si dissoluoano loro i tristi humori, diuen- gono più facili a digerire, & il sangue che generano hà pochissime superfluità, 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 paralisia, dolori colici, & smagra i troppo grassi.

Nocimenti. Nuoce à i magri, et estenuati, perche generando sangue asciutto, ne vengono à patire i nervi, 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'inverno per i flemmatici, mà non conferisce a' gioueni, et à i colerici. Si querelano questi animali così,

*Dente timetur aper defendunt cornua Ceruū
Imbelles Dame 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. Venuex. 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.

Noamenti. 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 suauità, & gratia.

Rimedi. Non si mangi la carne de' vecchi, & mangiando quella de' gioueni cotta a lessio, si accompagni con herbe aperitiue, & cordiali, & cotta arrosto, si accompagni con salvia, 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.

CERVO.

*Terreus est, volitat sed Cervus: retia tendas
 Ne fugiat. nervis cum tumuere fauet.
 Si vereare nigrabilem, sit captus anhelo.
 Esca cani, cordis, sed prius ossa legas.
 Illa venenatum poterunt depellere virus.
 Sic nihil est penisus, quod sine laude voces.*

Nomi. Lat. *Cervus*. Ital. *Cervuo*.

Cervuo

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

Scelta. Si elegga giouene, ò latante, ouero che sia stato castrato.

Giuamenti. La carne de i cerui piccolini castrati è lodata per carne di buono nutrimento, che così pde ogni malitia; il corno del cervuo abbruscato, 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
cuori di cer-
uuo.

Nocimenti. Questa carne genera grosso, & malenconico humore, difficilmente si digerisce, & è di poco nutrimento, genera paralisa, & fa tremuli, & quartanarij.

Rimedi. Cuocendosi in compagnia d'altre carni d'animali grassi, ouero in pasticci, con moltolardo, 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'inuerno 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 faciant, dente vel aure pares,
Ambo timent, distant tamen, vda cuniculus
affert*

Fercula viscosum semimitata gluten.

*Hunc torre igna tamē, suffossa euertere Castra
Bethydis audebit si modo credis aquis.*

Coniglio.

Nomi Lat. *Cuniculus*, Ital. *Coniglio*,
& *picciol lepre*, per la gran similitudine,
che con quello tiene, & dal con in uo ca-
minare, che egli fa sotto terra, hanno
imparato i soldati di far le mine, onde
disse il Poeta.

Mine.

*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 caldi, che genera grosso nutrimento, et non molto buono, et non è questa carne molto grata al gusto.

Cottura. *Rimedi.* E manco nociva questa carne, facendola vn poco bollire, et poi arrostitirla con herbe odorifere, garofani, noce moscate, ò canella, et lardo, ò strutto.

GHIRI.

*Nil iuuat umbrosi latitare cubilibus antri
 Glis tibi, vita. & mors hic tibi somnus erit.
 Nec pingui nocuisse malo, ingeniosa libido.
 Interdicta gula noxia que 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,

*Tota mihi dormitur hyems, & pinguior illo
 Tempore sum quo me nil nisi somnus alit.*

Qua-

Qualità. Son caldi, & secchi.

Scielta. Si elegghino i grassi, & grossi.

Giuamenti. Nutriscono gagliardamente, & sono 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 patiscono la fame canina, per la grassezza loro.

Nocumenti. Se non son grassi, difficilmente si digeriscono, & generano humor malenconico, & freddo, & grosso nutrimento; & essendo 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 reponat,
 His mensabradi iam didicit stomachus,
 Ignea sunt, aluum durant sed rebus arctas
 Et femori norunt hæc referate vias,
 Iuppiter alme, datur lepori si sexus utorque,
 Nec fera, nec malus est, omnibus esca placet.*

Lepre.

Nomi. Lat. Lepus. Ital. Lepre, &
 Lepore dalla leggerezza de piedi così detto, & dalla velocità del corso, che gli sono state date in cambio dell'armi, per difendersi dalle bestie, & da i cacciatori.

Qualità. E la lepre secca nel secondo grado, & calda nel principio del primo.

Scielta. La migliore è la giouene presa da i cani nella caccia, con molto tranaglio, sia d'inuerno, & la carne si frolli al sereno della notte.

Giouamenti. I leporotti son molto soavi, & grati allo stomaco, cotti in acqua, vino, & saluia, ouero arrostiti

stiti con salvia, & garofani, ò fattone pasticci datoli prima vn bollore: giouano à quei, che son troppo grassi, & desiderano smagrire. Fan buon colore in viso, onde scherzando disse il Poeta,

Pasticci :

Smagrire

*Si quando leporem mitis mihi, Gellia dicis,
Formosus septem Marce diebus eris,*

*Si non derides, si veniam Gellianaruas,
Edicci nunquam Gellia in leporem?*

Il fangue della lepre mangiato fritto gioua alla dissenteria, alle posteme de gl'intestini, & à i flussi inuecchiati, rompe la pietra delle reni, & della vessica; il ceruello della lepre arrostito gioua mangiato al tremor de i membri, & co'l medesimo si facilita l'uscita de i denti à i fanciulli, & sminuisce il dolor, il quaglio beuuto con aceto gioua al mal caduco, facendo bagno co'l brodo della lepre, conferisce à i podagrici.

Renelle.

Nocimenti. Tardi si digerisce, ge-

nera grosso sangue, stringe il ventre, induce vigilia, & sogni fastidiosi, genera sangue maleuconico, onde nuoce ài 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,

M O N T O N E.

*Non Ariet facilis coctus est, alimenta ministrat
Pessima, nec gula, ventriculone placeo.*

Montone.

Nomi. Lat. *Aries.* Ital. *Montone.*

Qualità. E simile alla carne di bacco, ma più facile à digerire.

Giouamenti. Non hà in se virtù alcuna, et per questo è stata dalle menese sbandiua in molti luoghi.

Nocumenti. La carne del montone, tanto giouene quanto vecchio, è di

catti-

cattiuo nutrimento, difficile à digerire, et insuane, 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 nocivo, eccettuando in Francia, Spagna, Prouenza, et in molti altri luoghi per i pascoli di rosmarino, saluia, origano, et altre herbe odorifere.

PORCO DOMESTICO.

Sus tibi canoso sit caua domesticus ore,

Grata ferat nobis mensa hyemalis aprum.

Nomi. Latin. Cus. Ital. Porco.

Qualità. E caldo nel primo grado, humido nel fin del 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

tropo picciolo, nè troppo vecchio, tra di meza età, & sia maschio, & al-
leuato alla campagna, & nei monti.

Giuamenti. Dà copiosissimo, & lo-
deuol nutrimento, mantiene il cor-
po lubrico, & prouoca l'osina, i pre-
ficiutti, & l'altre parti falate son buo-
ne per eccitar l'appetito, & per cuo-
cer con l'altre carni, che dà lor gra-
tia, & fa saporito il bere; incide le
flemme.

Bere.

Nocumenti. Nuoce questa carne
alle persone delicate, & che viuono
in otio, fa venir le podagre, & la sciati-
ca, massime se è di porco lattante, &
perche è troppo humida, & tropo vi-
scosa, & di molti escrementi, facil-
mente si putrefà, & conuertesi nelli
humori cattiuu, che ritroua nello sto-
maco, genera flemma, & dolori co-
lici, pietre nelle reni, & opilationi
del fegato; le scrofe hanno la carne
legnosa, & piena d'humor malen-
conico,

Scrofe.

conico, generano grosso nutrimento, onde quelli che frequentano il mangiar troppo questa carne, abbondano di molti escrementi, l'aslogna, rilassa lo stomaco, leua l'appetito, prouoca la nausea, & facilmente si conuerte in colera.

Rimedi. E' meno nociuo il porco mangiato in poca quantita, di meza eta, & che la carne sia magra, ma di animal grasso, salipresa, arrostita fresca, con herbe odorate, oueramente cotta nella graticola con sale, finocchio, o' piu artima, che cosi e' piu gioconda al gusto, & e' piu sana, perche non ha tanta superflua humidita; e' buona questa carne ne' tempi molto freddi, per i gioueni che hanno lo stomaco caldo, & che molto s'affaticano; ma nuoce a vecchi, a studiosi, & ad otiosi.

Cottura.

PORCO SILVESTRE.

*Sus tibi canoso sit cuncta domesticus oro,
 Grata ferat nobis mensa hyemalis Aprum,
 Ille licet currat de vertice montis, aquosa.
 Carnis erit pluri sed tamen apta cibo est.
 Hunc feritas syluae q̄, domant, & inania saxa.
 Post melius posita ruficitate sapit.*

Cignale.

Nomi. Lat. Aper. Ital. Cignale, & porco seluaggio.

Qualità. È caldo nel primo grado, & humido temperatamente, percioche 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'inverno, & sia frollo.

Giouamenti. È nobilissimo cibo, si mangia per il più arrosto, dà copioso nutrimento, è carne, che presto si digerisce, la miglior carne è quella de i porci siluestri, che più liberamente vanno vagando, & massime ne i monti

fin-

si infalano questi come i domestici,
 & serbanti all'vso, Nell'Isola di S.
 Thome, tanto i porci domestici, *Porci otti*
 come i saluaticchi sono ottimi, che si nu *mi.*
 triscono di quelle canne, onde si ca-
 ua il zucchero.

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
 euocendosi questa carne in brodo
 lardieri, ouero in pasticcì con molte
 specie, che così si consuma 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.

SPINOSO.

*Vtere Echino Hilaris, stomachū fouet, Illia mol
Humet, & vrina firmat loca lasa fluētis. (lit.
Febribus antiquis cibus est apūssimus, & gris
Proficit, & neruis sale si conditus edatur.*

Nomi. Lat. Echinus, & Herinaceus:

Riccio.

*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 tēpi mol-
to freddi, & che all'aria sospeso, sia
diuentato frolo.*

*Giouamenti. Dà gran nutrimento,
risueglia l'apperito, 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-

Nocimenti. E la carne del riccio, & dello spinoso tarda da digerirsi, genera molta stemma, & molta viscosità, aumenta l'humor malencónico, & 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.

FRà le parti de gli animali, alcune son migliori dell'altre, percioche tutte l'estremità, come il capo, il collo, i piedi, ^{Parti de gli anima} _{li.} 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.

PAR-

PARTI DE GLI ANIMALI.

Quadrupedū effodias oculos, cerebella volucrū
 Vda nimis, calidum ni piper addit erunt,
 Sunt aquea, & pluuio si turgens vbera lacte,
 Carne minus sapiunt, nec sine lacte placent
 Colla, iecurq; calent, collum, sed fortius hūmēt,
 Gallina, Anser, Anas, mollius hepar habent.
 Pes placet anterior, sed non minus ala, tepores
 Aerios non est hęc imitata minus.
 Det volucrum acuos renus coquus, ipse liens,
 Pulmonem, ventres, siccaq; corda voves,

Capo.

Capo. Il capo sia d'animale tem-
 perato in complessione, & di età me-
 diocre: quei di capretto sono me-
 gliori, danno grandissimo nutrimento
 al corpo, prouocano l'orina, soluono
 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 saporì
 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.

Ceruello. Ogni ceruello nuoce allo stomaco, & induce nausea, è cibo flemmatico, di grosso nutrimento, difficile à digerire, ma condito con sapore, & cose aromatiche diuenta migliore; il ceruello degli uccelli, massime dei montani è molto buono, mangiato con origano, pepe, & simili aromati, & con aceto, per leuare la loro humidità.

Zinne. Qñ 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'aggrana, ritardando la digestione, mà impattato l'animale con fichi secchi, aranti che li amazzi, mà che ha maschio, & giouene, è delicatissimo al gusto, dà un ottimo nutrimento al corpo, & particolarmente, sana quei, à cui nel farsi notte manca la vista, & quello delle oche ingrassate

con

con latte, ouero di gallina grassa, ò di porco impastato di fichi secchi, si leua il nocumêto 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 luoco tiene 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, pur che habbi le conditioni sudette.

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. Hà il cuore vna sostanza fibrosa, & dura, onde facilmente concuocesi, & digeriscesi, mà condito bene,

Polmone.

Cuore.

bene, & ben digelto dà non poco nutrimento, & buono.

Milza.

Milza. La milza molti piace al gusto, per vna acerbità, che in se còtiene, mà è di cattiuo nutrimento, e come recetacolo dell'humor malencónico; fà quelli che l'vsano troppo ne i cibi malencónici, 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 traouagliano, & 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 yaticci, 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 de gli 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-

crefcono il coito, quei de i galli impastati, & di polastri, sono foau al gusto, & di ottimo nutrimento, & si dice, che tantum nutriunt, quantum ponderat; quelli d'animali vecchi sono di tarda digestione, & grauano alquanto lo stomaco, mà cuocendofi prima con pulegio montano, & sale; & poi friggendofi con butiro fresco, ò stufati con sughi acetosi, sono màco nociui; conuengonfi 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 que de' capretti, d'agnelli, di vitella, ò d'altri animali giouani che siano di molta fatica, giouano a' colerici, & a' chi hà il sangue sottile, fanno dormire,

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 giointure, e lasciatic a; 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-

*Butiro di
ricotte.*

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 a 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.

Lepra.

Nocumenti. Rilassa lo stomaco, et l'indebolisce à chi molto l'vsa, induce la nausea, et dispone alla rogna, et alla lepra.

Rime.

Rimedi. Gli si leua i nocumenti mangiando appresso di quelli cibi còfortatiui, 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 *Conserua.* sale, et riferba la sua virtù, di aprire, et nettare il petto.

CASCIO.

*Si calet antiquus (siccescens Caseus, humet
Et gelidus nouus est, inter utrumq, placet.
Si nouus impinguat, siccatur vetus, at tamē ambo
Et capiti, & stomacho, pectoribusq, nocent.
Mensa ferat medium, vel nullum, renibus illis
Sunt nocui, & rectori 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.

Nocuenti. Il vecchio difficilmente si digerisce, induce la sete, infiamma il sangue, fa 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 conuiene, à gioueni faticanti, &
non a' vecchi, & otiosi.

L A T T E.

Dulce sapit subito cur lac putrescit: equosum est.

Quod praestant capre possit quis inde? Buis.

Cui nocuum? Capiti. putridis, & febribus, ora

Inficit, & nervos sed bene pectus alit.

Quando bibam? primum quum fugis ab opere,

somnus

Huic in meo. & matus. mixtaq; mensa nocet.

Tot petis, unum oro: cur in contraria feror,

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.

L'asinino.

Sculta. 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 infirmiti, beuendone alla quantità di tre oncie, con vn poco di zucchero dentro, et poi non si mangi nulla; et non si beua, non si moua, et non si dorma, finche non sia digerito.

Coditura.

Nocimenti. Nuoce à chi hà la febre, à chi hà doglia di capo, a chi patisce dolori colici, a chi hà male a gli occhi, ai catarrosi, a chi ha la pietra, à gli opilati, a i denti, et alle gengiue.

Rimed. E manco nociuo se quanti che si beua vi si punga dentro vn poco di sale, ò zucchero, ò mele, accioche

che nello stomaco non si congeli, et si piglià digiuno. E buono nei tempi caldi per i gioueni, et per quei che hanno buono stomaco, et non per i vecchi.

CAPITOLI DI LATTE.

Pectoribus confert vires gerit atque buiri.

Flos lactis, capiti, ventriculoq, nocet.

Nomi. Sono i capi di latte il fiore del latte, poco dal butiro differenti, & si caua 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 fatti a fuoco lento, quando si leuano dalla masia del latte.

Gionamenti. Sono pettorali, come il butiro, et aggraderoli 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 meno nocivi, se si mangiano in poca quantità, & si mangino con zucchero, o mele dopo pasto. E pasto più da gioueni, & colerici, che da vecchi, perche ricercano lo stomaco gagliardo.

GIONCATA.

Ventriculi ardorē extinguit lac nomine iunior.

Atque sicim sedans praua alimenta parit.

Nomi. Lat. *Gioncata*, da i gionchi, ne quali si conseruati.

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.

Nocimenti. Ristringge il petto, & perche manda vapori al capo fa talhora soffocatione, & lincope, & come ogni latte quagliato, & congelato, subito mangiato si putrefa, & se dopò pasto si prende, fa discendere à 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 lienteria, & è cibo da vsarsi ne i 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, neruisq, recēs inimica Ricotta est, Conciliat somnos, sedat, & esastim.

Nomi. Lat. *Recocta.* Ital. *Ricotta.*

Qualità. E fredda, et secca nel primo

mo grado.

Scielta. La buona è quella fatta di ottimo latte, & fresca.

Giouamenti. Gioua agli huomini di calda complessione, conferisce a chi ha il flusso di humori colerici, smorza la sete, & l'ardor della collera, & prouoca.

Ricotta *Renelle.* Nuoce allo stomacho, massime freddo, & indebolisce i nerui; & la salata è peggior della fresca perche dà cattiuissimo nutrimento, fa venir sete, 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 zucchero, 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.

L Edifferenze della natura degli uccelli si discernono dal tempo, dall'età, dal vitto, dal luoco, 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 galline l'inuerno, 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 uue, fichi, pomi, bacche, et altre cose simili; altri hanno

tempo.

hanno più grato l'inuerno, 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 riceuute 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'escrementi, facili à digerire: oltre à ciò più foave, & più vtile si fa l'animal castrandolo, come appare 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 pe. Tore tantum,
Es ceruice sapit, caetera redde coquo.*

Nomi. Lat. *Anas.* Ital. *Anitra.*

Qualità. È calda, & humida nel secondo grado. *Anitra.*

Scelta. La buona è la giouene, grassa, & trola, & la saluatica.

Gionamenti. L'anitra è più calda di

di tutti gli ucelli domestici, le sue alle, & il fegato sono molto lodati, perche danno presto, & buono nutrimento; 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 lodato il petto dell'anitra, e la ceruice ancora.

Nocuenti. È di dura digestione, & di grosso nutrimento. A quei che sono di calda complessione accende la febre, & gl'infiamma, oltre che questa carne è difficile à digerire, è di cattiuo, & escrementitio nutrimento.

Rimedi. Sono manco nocue le saluatiche, & le giouani, & che morte due giorni prima si frollino al sereno, poi si mangino arrostate piene d'herbe odorifere, & specie. Le vecchie sono pessime, massime quelle che
 stanno

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 insalate, & 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, & vëtri Ficedulapinzui
Vtilis, ac febrisnoxia semper eris.*

*Si sapit, & calida, arefcit Ficedula, quæris
Cur piper? ut melius si bibis inde coquas.*

Nomi. Lat. *Ficedula*. Ital. *Beccaficho*, Beccaficho.
che mangia i fichi, del qual disse il Poeta.

*Cum me ficus alar, cum pascat dulcibus vuis,
Cur potius nomen non dedit vna mihi?*

Z

Que-

Questo nome l'hanno solamente l'au-
runno, mentre mangiano fichi, & ne gl' al-
tri tempi si chiamano Melancorifi, per-
che hanno negra la cima della testa, onde
si legge quel verso,

Suū 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 facil-
mente, & nutriscono valorosamēte.
Danno ottimo nutrimento, non gra-
uano lo stomaco, anzi lo confortano,
lo ristorano, & lo fortificano, risue-
gliano l'appetito, massime à i conua-
lescenti, sono cordiali, generano spi-
riti vitali, per questo fanno stare alle-
gri quelli che li mangiano.

*Conuale-
fcenti.*

*Febricitā-
ti.*

Uocamenti. Non sono buoni à i fe-
brici-

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, & frōdi 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.

Cottura.

CAPPONE.

*Sit Puer aut falso Cibeles pro nomine panas
Exigat, & posito sit tibi teste Capus.
Sic bene pinguit eris, sic iam dormire licebit
Et pariet Raucæ fercula plura gula.*

Z 2 Nomi.

Cappone.

Nomi. Lat. *Cadus.* Ital. *Cappone,* & *Gallo castrato.*

Qualità. E il cappone temperato in tutte le qualità.

Scelta. Il migliore è il giouane, grasso, ben pasciuto, & alleuato alla campagna aperta.

Giouamenti. Dà migliore nutrimento, che tutti gl'altri cibi, nutrisce molto, accresce il coito, & si preferisce à tutte le altre carni, perche genera perfetto sangue, & agguaglia tutti li humori, fa buono ceruello, eccita l'appetito, si conuiene à tutte le complessioni, gioua alla vista, fortifica il calore naturale, mà non bisogna che sia troppo grasso.

*Vista.**Podagre.*

Nocimenti. Nuoce alle persone ociose il mangiarne molto, per la grã copia di sangue che genera, & per questo fa venire le podagre, alquale male sono i capponi medesimi sottoposti.

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 Columbæ.
 Cum fugit hæc 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 saluati-
 chi sono più caldi, & manco humidi.

Scielta. Quei che stanno in colom-
 baia, & nelle torri sono i migliori di
 tutti, massime quando escono de' ni-
 di, & cominciano à buscarli da man-
 giare, & sono ben grassi.

Piccioni *Giuamenti*. I piccioni così i casa-
Casalèghi. lenghi, come quei delle torri, danno
Piccioni buono nutrimento, generano buono
ditori. sangue, conferiscono à i vecchi, & à i
 flemmatici, corroborano le gambe,
 sanano i paralitici, accrescono il ca-
 lore à i debili, aiutano venire, purga-
 no le reni, & facilmente si digerisco-
 no. Vsfandoli al tempo della peste
 saluano dalla contagione, purchè
 non si mangi altra carne. I seluaggi
Vista. sono molto lodati nelle passioni del-
 le giunture, & conferiscono allavi-
 sta, che è debole per mancamento de
 spiriti visui, & giouano al tremore
 di tutto il corpo, & accrescono le
 forze.

Nocumenti. Offendono le còplef-
 sioni calde, acendono il sangue, on-
 de non si conuengono à febricitanti.
 Grauano la testa, & specialmente le
 teste loro, & infiammano il sangue,
 & molto maggiormente ciò fanno i
 seluag.

seluaggi, iquali son di difficile dige-
 stione, come sono anche i casalen-
 ghi, i quali generano la schirantia, & fanno venire la febre. *Piccione
casalèghi,*

Rimedi. Leuandosi loro la testa so-
 no manco nociui, & parimente cuo-
 cendosi in brodo grasso, stufati con
 agresta, prugne, guisciole, ò con ace-
 to, & coriandoli. Sono buoni l'inuer-
 no per i vecchi, & per i flemmatici.

FAGIANO.

*Phasidaiam uehat Argos auem, quassata re-
 tardat,*

Debuerat primo discubuisse thoro.

Ulla leuis stomacho est, suauis imitata tepores,

Non uolet in mensas rustica turbat uas.

Vix sicca est, Volucrum primi huic debent honores

Nec male, cum fuerit Regius ante puer.

Nomi. Lat. *Phasianus.* Ital. *Fagiano,*
 & *fasano,* perche *fasano;* chiamasi cosi da *Fagiano*
Phase fiume di Colchi, perche iui è gran
 moltitudine di questi ucelli.

Qualità. E la carne del fagiano te-

perata in tutte le qualità, & è mezza-
natra quella della perdice, & del
cappone.

Scielta. I migliori fagiani sono i
gioueni grassi, & presi in caccia.

Giouamenti. La sua carne è tem-
perata, alla natura humana conue-
nientissima, & è cibo da Principi, &
gran Signori, conforta, & corrobora
lo stomaco, è di gran nutrimento, in-
grassa, & i macilenti, & estenuati con
questo cibo, subito si rifanno, & così
gli ethici, & tilici, & conualescenti,
accresce, & vigora tutte le virtù, &
da questo cibo non si genera souer-
chia humidità; la carne del fagiano
in somma è miglior di quella de' pol-
li, perche è più secca per l'aria, per
il nutrimento, & per l'essercitio mag-
giore che fa.

Podagre. Il souerchio uso dei
fagiani, fa venire le podagre; ma per-
che i fagiani non danno solido nutri-
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 Vespertinus subito te oppresserit hospes,
Hec gallina, mallum, responderet dura palato,
Doctus eris viuam musto mersare falerno.
Hec teneram faciet.*

Nomi. Latin. Gallina. Ital. Gallina. Gallina.

Qualità. La carne della gallina è temperata in tutte le qualità.

Stelta. 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.*

Ciuamenti. 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 conuegono 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, Timuere leones.

*Quæ 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 utili più per medicina, che per cibo, percioche il lor brodo beunto dissolue le ventosità, & gioua a quei che patiscono dolori colici, muoue il corpo, prouoca venere, & il sonno.

Nocumenti. Hà carne dura, & difficile a concuocersi.

Rimedi. Bisogna stollarli 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 cãpagna, 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 invita al coito.

Nocimenti. Nuõce à chi nō si esser cita, 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 si Galeata mihi est præpinquis Aluada,
Sic breuior, ne sit cæna mo' esta mihi:
Durius alius erit sed ius dabit illa soluens,
Cit male quod nocuit sponte iuuare solet.*

Nomi. Lat. *Aluada, & Galerita.* Ital. *Calàdra.*
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,
massi.

massime quando son grasse.

Giouamenti. Le lodole, che l'autunno se ne trouano in gran copia, & parimente l'inuerno, che sono grasse, danno buon nutrimêto, eccitano arrostite l'appetito, facilmente si digeriscono, massime arrostite con saluia, & lardo, ò lesse con diuersi condimêti, 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.

Galerita.

Nocumenti. E questo vccello senza nocumento alcuno, eccetto che i vecchi difficilmente si digeriscono.

Rimedi. Questi vccelli vecchi bisogna mangiarli ben conditi, & siano freschi. Pelati si conseruano nella farina.

M E R L I.

*Si mihi pinguis erit Morulus, tua gloria cedat
 Turde, salutiferos vult mea mensa cibis.
 Igneus ardor inest maior tibi. sistitis ambo,
 Tu grauior redolens ni tibi bacca fauet.
 Sit amen 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.

Giuamenti. 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 cò petrosimolo, & altre herbe aperitiue

O C H A.

*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. **Nomi.** Lat. *Anser.* Ita. *Ocha, & Paiero.*
Paueri. **Qualità.** E calda nel primo grado, & humida nel secondo; i paueri sono più caldi, & humidi.

Scieltà. I paueri sono li migliori, mà grassi, allenati alla campagna & vicino all'acque, le migliore parti sono il fegato, & l'ale.

Giuamenti. La carne dell'ocche giouani dà buono nutrimento, & ingraffa 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 in tegame 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 vtili per molti rispetti, cioè per la piuma, per la carne, & per lo sterco, & per il grasso.

Nocumēti. E la carne dell'occha 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, & pe- *Hebrei* rò sono malenconici, & scoloriti.

Rimedi. Si leua il nocimento delle vecchie, lessandole bene, & i giuueni arrostendoli 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 andauer,
Semper nata modo, si sapit, oua bibe.
Humida sunt celerisq, cibi, flammæq, tepentis,
At durata, time, nec diuturna uores.
Mollia pectus alunt, ruffim sedantia, rancis
Vocibus apta nimis, gaudia nobis agunt.
Hæc stomachum mulcent, renes, iecur optima
ventri,
Vessicam mira sedulitate fouent. (scunt,
Imn: bona, sed facile, & subito tamē oua putre-
Sic nihil ex omni parte inuare 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.

Scelta. Quelle delle galline grasse, pasciute di grano, & che son calcate da' galli, & nate fresche sono le migliori, & dopò quelle de fagiani, mà quelle dell' oche, & dell'anatre sono cattive, perche hanno graue odore, & difficilmente si digeriscono, & per questo si eleggano di galline gioueni, & 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,

*Oua bno-
ne.*

Regula Doctorum debet pro lege teneri,

Quod bona sint ova, parvula, longa, noua.

Giouamenti. Nutriscono molto, & presto prouocano il sonno, onde

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, beuute 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.

Nocuenti. 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 mângi solamēte il rosso, & tral'oua, & altri cibi si ponga qualche intervallo

trallo di tempo, & non mangino mai
co'l pesce.

PASSERI.

Ardet, & est mollis Passer durissimus aluo,

Si vis esse salax, hic cerebella dabit.

Cur neget? huic subitam sunt adducētia mortē

I, Venus hinc, solas ni modo perdis aues.

Passero.

Nomi. Lat *Passer.* Ital *Passero.*

Qualità. E più caldo di tutti gl'altri uccelli, & è la sua carne secca, & però essendo calidissimo, è tanto lussurioso, et per questo non finiscono l'anno i passerì.

Scielta. Si eleggano i passerotti nati nelle torti, ò ne i monti, nel tempo dell'autunno, che si pascono di vüe, & grani, et sono più grassi, et acquistano buon succo, nè sono tanto lussuriosi; il passer solitario è migliore.

Giouamenti. I passerotti danno buon nutrimento, & aiutano il coito, il passerotto troclocoditide ha mirabil virtù cō-

Passero

troclocoditide

de.

tra le pietre delle reni, & della veflica

Nocumenti. Sono i passerì ingrati al gufto per la troppo ficcità loro, difficilmente fi digerifcono, infiammano, & generano cattiuo nutrimento, ci oè colerico, & malenconico, & eccitano la libidine.

Rimedi. Bifogna mangiarne in poca quantità, & le femine, & i pafferozzi, & l'autunno, che fono nutriti d'vua, & di grani.

PAVONE.

Cui bene feruata nocuit custodia vacce,

Ignex cui flamma est, cui caro lenta putret;

Qui licet oblectet, fitq; in regalibus ingens

Delitium, pigrae, nec leuis ille dapis.

Si tamen ante alios, Pavonem, hortenfius edit,

Sic avis emeruit, dira falaxq; Venus.

Nomi. Lat. Pauo. Ital. Pavone.

Qualità. E caldo nel fecondo grado, & fecco nel primo.

Scienza. 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 sangue malenconico, & danno 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.

Obsuit ingenium Perdici, effrena libido.

Pernicet, Aucupium ni modo fallat auis.

Grata repescens stomachum siccata liquore,

Cor tumidumq; potest prima fouere iecur.

*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.*

Nocumèti. Le vecchie sono di durissima carne, et di cattiuo sapore; nuocano à i malècòici, et restringon il corpo

Rimedi.

Rimedi. Non si mangino se nò giouinette, et le vecchie si frollino l'inuerno al sereno della notte.

STARNA

*Externa est volucris quæ vulgo Starna vocat̃
Cui 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 nutrimento, & dicono che guarisce il mal *Mal Fran* Francesce, seguitando per vn'anno *cese.* mangiar'ogni dì vna starna, et non altro, hauendone però debita licenza da chi si conuiene.

Nocimenti. Le vecchie son difficili a digerire, et generano cattiuo, e malenconico humore.

Rimedi. Si mangino le giouani, et le frolle, et ben condite.

Q V A G L I A.

*Sint autumnales croceo tibi pabula lumbo,
 Siue Coturnices, siue vocas Qualeas.
 Sēsisbus hæc mala sūt, tenebrisq; replētia fuscis
 Vntri inuisa, malis febribus exitium.
 Si tamen vlla tuos circumuolitauerit orbes,
 Cēna tibi non sit, sed leue prandiolum.*

Quaglia. **Nomi.** Lat. *Coturnix.* Ital. *Quaglia.*
Qualità. E calda nel primo, & hu-
 mida nel secondo grado.

Scielta. Si eleggano quelle, che sian
 nudrite in luoghi doue non sia l'el-
 boro, che sia presa da vccelli di rapi-
 na, 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 facil-
 mente, & preparano i corpi alle fe-
 bri, & generano tremore, & spasmo,
 & mal caduco, secondo alcuni, per-
 che

che questo uccello patisce di questo male, quantunque molti dicano, che questo non s'intende delle quaglie, mà d'un'altro uccello maggiore: in somma non bisogna usarle troppo spesso, perche generano escrementi vitiosi, & prontissimi à putrefarsi, & quelle grasse rilassano lo stomaco, & fanno perderel'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' hora son
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 cana nolimus esse tica.*

Storno.

Nomi. Lat. *Sturnus.* Ital. *Storno.*

Qualità. E caldo, & secco, mà quan-
do è grasso è humido.

Scielta. Si eleggano i gioueni, 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 certet;

Inter quadrupedes gloria prima Sues.

Nomi. Lat. *Turdus.* Ital. *Tordo.*

Tordi.

Qualità. Sono caldi, et secchi nel principio del secondo grado.

Scielta. 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 son sèza 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.

Notamenti. I vecchi, & i magri difficilmente si digeriscono, generano humori malenconici, massime quei che han la carne nera, & nuocono a coloro che patiscono emicrania, & frenesia.

Emicrania.

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.

TORTORE.

*Nos rapit in Venere Turī, licet ipsa Mineruæ
 Casta dicata, fugit vidua hæc consortia cūctæ,
 Perpetuo gemit, averti q̄, immurmurat vltimo
 Nō mandenda recens, sistit, uentremq; fluētē
 Comprimit, adstringit, dissentericisq; medetur.
 Postremus meliorq; cibus, stomachoq; salubris.*

Nomi. Lat. Turtur. Ital. Tortore.

Qualità. Sono calde, & secche nel secondo grado.

Scielta. Le migliori son le giouani, & pasciute alquanti giorni in casa, accioche acquistino vn poco di humidità.

Giouamenti. Danno ottimo nutrimento, son di buon sapore, presto si digeriscono, fortificano lo stomaco, accrescono il coito, assottigliano l'ingegno; si danno vtilmente arrostate con garofani, & succo di aranci, ne i flussi, & nella dissenteria.

Nocumenti. Le tortore vecchie nu-
 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 máco 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 vivono nell'acque difficilmente si digeriscono, 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, flématique, freddo, & pieno di superfluità, i marini sono di maggior nutrimento, che gli altri, & i fassatili sono migliori, sono difficili à digerire, & i segni della indigestion loro, sono la sete, essendo che tutti generano sete, dimorando lungamente nello stomaco, alcuna volta si corrompono. Circa i pesci adunque si seruino queste 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 deue mangiare minor quantità, che non si fa delle carni.

III. Non è da vsare molto, nè spesso i pesci, & quando si vsano si mangiano conditi con aniso, finocchio, & spetie, per disseccare in qualche modo l'humidità loro.

IIII. Non si mangino i pesci dopò grande essercitio, ò fatica, perche all'hora si corrompono facilmente, nè bisogna mangiarli dopò gli altri cibi, chi hà lo stomaco debole, ò ripieno di mali humori, nessuna sorte de pesci vsi, e per questo si deuno 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, ò latticinij, pche causano

fanno molte cattive infirmità, nè men si conuengono con l'oua.

V I. I pesci grossi, & viscosi insalati alquanto, sono migliori de i freschi, & manco nociui, mà non siano troppo salati, percioche il sale è molto molesto al ceruello. I pesci freschi generano flemma acquosa, mollificano i nerui, e non si conuengono se non à stomaco caldo. I maritimi, o vn poco salati non sono tanto humidi, & per questo sono migliori. I salati, & secchi sono di cattiuo nutrimento.

V II. E ancora d'auertire, che quanto l'acqua in cui giacciano i pesci è più morbida, e più profonda, tanto 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 salitudine dell'acqua, manco humidi. Il

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 sporcitate; 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 nucono alle fredde
com-

compleSSIONI, & à i nerui, quātunque
 multiplichino 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-
 sarli 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 asia,
 Vt fit enim aridior, sic magē grata gula.*

Nomi. Lat. *Anguilla.* Ital. *Anguilla.* *Anguilla.*

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

Scielta. S' eleggano quelle, che la primauera li 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 & chiari.

Giouamenti. E di delicatissimo sapore, dà buon nutrimento, & salata conseruasi lungamente, & diuene ottima per gli stomachi flemmatici.

Noouimenti. Mangiandone troppo offende lo stomaco, difficilmente si digerisce, che la sua carne è viscosa, vsandone 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

mangia troppo anguille si mette à pericolo della vita. *Anguille pericolose*

Rimedi. Sono manco nocive quelle che scorticate fresche, & s'entrante, gittata via la testa, & la coda s'arrotiscano con alloro, spesso aspergendoui sopra poluere di zuccaro, fior di farina, & canella. Le sottili si mangino fritte, con pepe, & succo di aranci, & s'auertisca, che siano molto ben cotte.

A G V C C H I A.

*Carne Raphis solida. & dura est. agreq, domat
Coctura succi sed tamen usque boni est.
Si fiet ergo semet stomachum virtute valentē.
Et calidum ventrem nocta potenter alet.*

Nomi. Lat. Acus. Ital. Agucchia.

Qualità. E difficile à digerire.

Agucchia

Scielta. Quei più grossi sono migliori.

Giouamenti. Sono di buono nutrimento, massime mangiati fritti questi

pesci, che potentemente nutriscono.

Nocumenti. E la lor carne dura, & difficilmente si digerisce.

Rimedi. Si mágiano fritti con agresta, ò succo d'aranci, oueramente si mangino salati, che cosi molti li mangiano crudi co'l pane.

CALAMARO.

Antiquis abiecta fuit Loligo, probatur

Sed nunc, hancq, petunt sepe probantq, 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, & cosi intorbida l'acqua, & saluasi da i pescatori.

Qualità. E freddo nel primo grado, & humido nel secondo.

Scelta. Il migliore è il picciollino, perche è più tenero, & più presto si digerisce, & che non sia preso in mari morti, & sia pregno.

Gionamenti. E delicatissimo al gusto, accresce l'appetito, & è di molto buon nutrimento.

Nocimenti. I grandi difficilmente si digeriscono, & nuocono 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 cuociono co' lor negro liquore, che senza esso son manco soauì.

C A P P O N E.

*Quantumuis multos pisces Natura creauit,
Coccyx efficta nomina vocis habet.*

Est autem dura carnis, siccaq, nihilq,

Leni in ea, aut modicum, nil quodq, felis inest.

At vero gladio partēs dissectus in ambas.

Frigitur, & multo gratior esse solet

Viq, minus cucul. desint, & in ea re, & vndis

Viunt, longe alios terra frequenter alit.

Nomi. Lat. Cuculus, & Cocyx. 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.

Carpior, Salmonē, & Truttā bonitate videtur

Ingeniti succi, & carne referre sua.

Carpione. Nomi. Lat. Carpio. Ital. Carpione.

Qualità. E caldo temperatamente, et humido nel principio del primo grado.

Scielta.

Scelta. I migliori sono i freschi.

Gionamenii. E 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 conserva con fronde di lauro, mirto, et cedro, *conditura.*

Nocuenti. Non apporta danno, ò nocumento alcuno, se non che la sua carne (come cosa gentile) presto corrompeli.

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 han bolliti garofani, pepe, canella, et zaffarano; è buono in ogni tempo, ad ogni età, et ad ogni complessione.

C E F A L O.

Tam Cephalus stupidus sensu est, ut si caput ab-
 Ex omni corpore parte latere putet. (dat.)

Cano, & a quis vivit, cani respicit, saporem
 Coctus iudicio nec valet ille mos:

O Cephalo, o Capito, sic namq; vocabimus illum,
 Cui caput, & magnum, sed sine mente caput.

Nomi. Lat. Cephalus, & Capito. Ital.

Cefalo.

Cefalo.

Bottarghe

Qualità. E freddo nel primo grado,
 et humido nel secondo; delle sue ova
 salate si fanno le bottarghe.

Scielta. Il migliore è quello, che è
 preso in mare non fangoso, mà are-
 noso, & salso, & che il lito guardi à
 Settentrione, & non sia gravido, nè
 grasso troppo, che questi sono insi-
 pidi.

Gionamenti. E delicato al gusto, dà
 buon nutrimento, & il suo brodo
 muove 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.* ò si faccino arrosto con l'origano; i piccioli si friggano, & si mangino con succo d'aranci, l'autunno, & l'inuerno.

D E N T A L E.

*Si quando Piscem mandis Συγ'δ' υτ α CIAUETO,
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.
Ital. Dentale.*

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

Scielta. Il migliore è il grasso, & preso in Schiauonia, & accociato in gelatina, come fanno 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 Erythrimus habet.*

*Carnibus auratæ accedit, laudabilem sanguem
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.

Scelta. 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.

Nocumenti. 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, massime l'inuerno.

GRANCHIO.

*Sat bene Cácer alit, q curua fluēta frequētata
 Humeclatq, etiam corpora nostra satis.
 Si partes igitur solida sunt febre prehense,
 Cuius quam magno est, hic satis auxilio.
 Vi quadam, valat occulta, canis ictibus atris
 Fert magnam quamuis sit rabiosus opem.
 Seu per se cinerem sumas seu pane suillo,
 Et thure immixtis, intrepido ore voras.
 Aethri non urebat viuos, cineremq, parabat,
 Antidotum vera cum ratione datum.
 Arida vis illis, cum praescriptiq, 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 camina; 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 quantità,

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, & deniq̄, suauis
 Præditus, hincq̄, ideo per facile excoquitur.
 In capite ipsius si quis lapis inueniatur.
 Disceit quod Renum comminuat lapidem.*

Gamari. *Nomi. Lat. Astacus. Ital. Gammaro.*

Qualità. Sono i gammari come i granchi, freddi nel secondo grado, & humidi nel primo.

Scielta. Quelli de fiumi sono migliori di quelli marini.

Gionamenti. Giouano à gli ethici, & à i còsunti, ingrassandoli, & cò la

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 cò 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 pinguis ori,
Hæc stomacho ingratum, nec nociturū epulis
Scilicet ut patrias sedes, pontumq; reliquit,
Lulciq; innat aqua, nam satis illa places.*

Nomi. Latin. *Thrisa.* Ital. *Laccia.* *Laccia.*

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

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 Tevere 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, pronoca il sonno, et hà in capo vna *Quartana* pietra che conferisce alla quartana.

Nocumenti. 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 con-
uiene a ogni età, et complessione, mā
giata in poca quantità, di primauera,
presa ne i fiumi, et piena d'oua.

L A M P R E D A .

Lēpetra carne quidē est molli, lettoris habetq̄;

Non nihil, at magni nunc tamen est precij.

Vere edito hęc si quidē æstiuis insuauior esunt.

Temporibus, nam durior efficitur.

Impulsas (mirum) puppes vento illa secundo.

Sistit, & inceptum sæpe moratur iter.

Nomi. Lat. *Lampetra*. Ital. *Lampre* *Lāpreda*
da, & chiamasi così, perche sempre stāno
lambendo le pietre.

Qualità. E calda temperatamen-
te, 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.

Giuamenti. Dà ottimo nutrimento,

accresce lo sperma, è delicatissima al gusto, & pretiosissima nelle mense.

Notamenti. Si digerisce alquanto tardi, massime se non sia ben cotta, & ben condita, offende i podagrosi, & 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 nocciole, 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

Petior eo in parvis qui fere degit aquis.

Namq; mali succi est, qui stagna, lacusq; frequentat,

At qui pura subit sæpè fluentia valet.

Lucio.

Nemi. Latin. Lucius. Ital. 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. È di dura digestione di cattiuo nutrimento, & aggraua lo stomaco, multiplicando 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 conuienel' in uerno 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 salsus 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 variegq; 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, nutrifce 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 flegma, onde nuoce à chi patisce di pietra, ò di renella. *Trificti*

Rimedi. Cuocendofi bene in compagnia di herbe odorate, come menta, calamento, petrosello, & aglio, cõ oglio, ma che sia molto ben cotto. Il meglio modo di mangiarle è lessarle prima, & poi frigerle, & mangiarle con la salsa; ouero lesse che sono, si metta dentro nel loro guscio vn poco di faturegia, ottimo, & poi si ricuocano sopra la braschia; la marina è migliore di tutte, & manco nociua, massime ne' tempi freddi, & quando è bene 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, suluo simul auro vescit vni.
Fit magna à multis propterea precij. (bra

Quip-



410 P E S C I.

Quippè huic alba caro Truttarū more videntur
da est

Firma, suo Stomachum quæq̄, 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.

Giuamenti. Dà buon nutrimento,
facilmente si digerisce, tempera
l'ardor del sangue, & dopò lo sturione
è il più nobile, et il più saporito
pesce, che si mangi.

Nocumenti. Nuoce allo stomaco
freddo, tardi si digerisce, non essendo
ben cotta, et genera opilationi.

Rimedi. E manc o nociua cuocēdosi
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

i colerici: ma nuoce alle pſone 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'inuerno in alto mare, e non in mare morto , & il principato hanno quelle, che ſon preſe ne i mari di Levante .

Gionamenti . Dà copioſo, & buon nutrimento à chi la digerifce bene, & accreſce il coito .

Nocumenti . E difficile à digerire, perche hà la carne molto dura .

Rimedi . Cuocendoli in acqua , & oglio con zaſſerano, ſpecie, vua paſſa,

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 esercitano, & hanno gagliardo lo stomaco.

O S T R I C A .

*Lubricanae nascetes implent Conchilia Lunæ.
Sed non omne mare est generose fertile teste
Muricæ Baiano melior lucria peloris
Ostrea Ciceis Misene oriuntur Echini
Pettinibus patilis iactans se molle Tarrētū.*

Ostrica.

Nomi. Latin. Ostrea. 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.

Gionamenti. Risueglia l'appetito, accresce il coito, & muoue il corpo.

Nocimenti. 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 braschia, 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 cõfert qb. & ipsis, & simul herica 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 , &
ben formate, & non generate al tempo della pioggia .

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 ai 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 foauemente il sonno; la cenere del lor fiele, beuuta con vino, al peranochie. so di vna dramma, sana la febre quartana.

Tifici.

*Fiele di
ranochie.
Quarta-
na.*

Nocumenti. Essendo nate di putredine, et dimorando nell'acque putride, danno putrido nocumento, et però causano dolori de gli intestini difficilmente si digeriscono, nutriscono 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, percio-
che

che danno gran perturbatione al ventre, et allo stomaco, et fanno orinar sangue.

Rimedi. Siano ben cotte, et bene apparecchiate, con false fatte di herbe odorifere, et calde, et con vn poco di aglio delleranocchie 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 I 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. Sardina, & Sarda. Ital. della.

Sar-

Sarda, & quando è *Sardina* si *sala*, & chiamasi *Alice*, & quando è *Sarda* si *sala* 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 sarde 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.

Nocimenti. 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 cò 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.

Nomi. Lat. Lupus. Ital. Spigola.

Spigola.

*Qualità. E fredda, & humida nel se-
condo grado.*

Scielta. La migliore è la cādidissima,

Y. 1. 2.

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, & fortile 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.

*Harum tantum capiant Acipensera mensæ,
Mille etenim nummum non mihi piscis erit.
In pretio nullus Romæ magis extitit 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 svegliar l'appetito, & per far bere con gusto, & della polpa se ne fanno li sche-nali, che sono salati, & secchi al fumo, che sono appetitosi à mangiare,

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 cannella dentro à ciò resti in parte corretto.

TELLINE.

*Et bene alunt Tellinæ, & ventrem sæpius esse,
Sed coctæ modicis ignibus exonerant.*

*Condite sale moxq̄, igni feruente cremate,
Vrentem reddunt non leuiter cinerem.*

*Hinc cedri 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, proibisce il
rinascer 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, & sbattédole 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.

Escrementisio succo, crasso atque tenaci
Tinca est propterea non placet illa mihi.

*Lucius (ut prohibent) le sum 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'inverno. 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 feбри, & l'abbreuia.

Nocimenti. Si digeriscono tardi, grauanò lo stomaco, & sono di cattivissimo nutrimento, massime quelle che nascono nelle passudi, 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,
 petrosello, & 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; licent,
 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- Tartaruc-
 mali, & i pesci, come le Lumache. ca.

Qualità. E fredda nel secondo grado, & humida temperatamente.

Scielta. Le migliori sono quelle che non sono aquatiche, ma 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' tisici, & 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, stematico, fa gli huomini pigri, & dormigliosi, e tardissimamente si digerisc.

Rimedi. Sia ben cotta, gettando via la prima, & seconda acqua, & bene apparecchiata, con herbecalde, 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 illo;
Nutrit enim liquidis saepe Tycinus aquis.*

Nomi. Lat. Tynnus. Ital. Tonno.

Qualità. E freddo nel primo grado,
& humidonel 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.

Giouament. La sua carne sana i mor-
si de' cani rabiosi; il suo ventre, che è
grassissimo, & molto desiderato 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, le qua-
li cose tutte eccitano l'appetito.

*Tarantel-
lo.*

*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 nulli est, valdeq; friabilis, ergo

Si bene conficitur sumpta poterit alet.

Est oculorum aciem assiduos si cedat in usus

Obtundit, Nervus nec satis esu iuuat.

Exinctus vino tantam vim infundit in illud.

Et vel matri obstat (magne cupido) rive.

Namq; nouos operam veneri nauare maritos.

Fecundasq; nouas 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.

Ciouamenti. 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 sorte di vino, posta la triglia sopra i morsi di velenosi animali, li sana. *Vino.*

Nocuenti. 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. Vsa 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 conferuassì, & 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.

T R O T T A.

*Si vitam Trutta spectes, si denique mores
Salmoni certè persimilem esse feress
Quin veluti fluuii 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 lassatili, & digestibili, accrescono lo sperma: et son buone ne i tempi caldi per i gioueni, & colerici, & nõ p i decrepiti, et stematici.

NOCM.

Nocumenti. Subito si corrompe,
& però subito presa si deue mangia-
re; nuoce à i vecchi, à i flemmatici, et *Emicra-*
à chi hà lo stomaco debole. *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 quod
Frigore si poterit neruis nocuisse, rependit
Damma, potest agro 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 frigidità 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.

Scelta. 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

to, per preferuarse.

Nocimenti. 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 inuechia
presto, & si smagra.

Smagrive

Rimedi. Non si pigli mai à digiuno
si vfi moderatamente, & non sia trop-
po agro, & si faccia bollir seco l'yua
passa, ouero si faccia bollire anfi, &
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, & mirigat æstum,
Lumina clara facit, conuenit atque cibis.*

VVA

 VVA IMMATVRA.

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, ingluuiem repeto, sum noxiabilis,
 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.

Sciolta. 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.

Nocimenti. 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 cò spetie calde. E inimica ai vecchi, et ai flemmatici, non si vfi co'l sale, percioche dissecca troppo, et accende le feбри.

*Agresta
salsa.*

S A P A .

*Multiū alit & pulsus reuocat Sapa Toxica vin
Obstruit, atq; inflat, ventriculoq; nocet. (cit)*

*Nomi. Lat. Defrutum, & Sapa. Ital. Sapa.
Mosto cotto, & Sapa.*

Qualità. E calda nel secondo grado, et perche, quantunque per la decoctione riceua calidità, perde nondimeno del calore naturale, è humidat 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 biaco, che quella di mosto nero.

Giouamenti. Nutrisce valorosamente, tien lubrico il vêtre, riuoca il polso, & gioua alla strettezza del petto, & a' difetti del polmone, & all'vlcere delle reni, & della veslica, & è buona contra i veleni.

Nocimenti. 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, & nuociuua allo stomaco.

Rimedi. Non si vli per cibo, mà per condimento, & secco sempre si pongano pepe, ò altre cose aromatiche, l'inuerno; oueramente si accompagni con cose acide, che così si temperano l'vn l'altro; ouero si lasci affat-

ro, ò si vfi in poca quantità, con vit
poco di mele.

C A N E L L A.

*Extenuant, virusq; adimunt, caligine, oceller
Cinnama odora leuant, commoda multa ferūt
Namq; oculos, stomachumq; acuum, tremulosq;
lacertos.*

*Sistunt: hinc sicca est, nec pituita fluit.
Artubus hæc vires iam torpescens addūt,
Et iecur, & renes, putreq; pectus alunt.
Tadia vexat, & Matricis, & Illia tollunt.
Turgida, vesicæ prouida languidula.*

Nomi. Lat. Cinnamomum. Ital. Canella, & Cinnamomo.

Qualità. E calda, & secca nel terzo grado.

Scielta. La migliore è qlla, che non è vecchia, mà che sia fresca, odorata, acutissima al sapore, & di color rosso.

Viouamenti. V sandola spesso ne i cibi, conferisce sommanete allo stomaco, & alle sue fredde indisposizioni, 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-
 tigi 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 infiam-
 ma le viscere, & il sangue; nuoce a' poda-
 grossi, perche essendo calda, & aperiti-
 uua, 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 cardi stomachoq, salubres.

Et uenerem stimulat, viscera laedis idem.

Nomi.

CONDIMENTI. 437

Nomi. Lat. *Cariophyllon*. Ital. *Carofani*. *Garofani*.

Qualità. Sono caldi, & secchi nel terzo grado.

Scelta. I migliori sono quelli, che sono freschi, & di odore perfettissimo, & di soaue sapore.

Giuamenti. Confortano tutti i membri principali, il cuore, il ceruello, il fegato, & lo stomaco, fanno i cibi molto grati, & soaui, 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.

Uocamenti. Offendono le viscere stimolano à uenere, stringon il vêtre, & 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.

M E L E.

Mel oculis cōfert, valide domat omne venerū.

Purgat idem, est inflat, bilis, & inde viget.

Ignæ 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 hic vētri, mirabile ma^o,

Quod nocet educunt, quod iuuat illa tenent.

Mele. Nomi. Latin. Mel. Ital. Mele, & Miele.

Qualità. E caldo, & secco nel secondo 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.

Giouamenti. E il mele astringiuo, aperitiuo, onde prouoca l'orina, & mondifica

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

Uocamenti. 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 frutti, ò cō

Ee 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 Noces.
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 aliis amat.
Quā male nux dicta est, matronæ nobile munus,
Glā: muscata datur cui male vulua tumet.*

Noce mo- *N. omi. Lat. Nux Miristica, & Nux*
scata. *miscata. 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, assot-
tiglia la vista, leua le lentigine, con-
forta il fegato, & lo stomaco, aiutando

do la digestione, affottiglia la milza,
 prouoca l'orina, dissolue le v̄tosità,
 mitigando i dolori dello stomaco,
 astringe il ventre, & conforta la ma-
 drice, ferma il vomito, & eccita l'ap-
 petito. L'oglio cauato dalla noce mo-
 scata è molto vtile nelle infirmità
 della madrice, & de i nerui, tanto ap-
 plicato di fuori quanto beuuto con
 brodi al peso di cinque, ò sei grani.

Ooglio di
 noce mus-
 cata beuuto

Nocumenti. Nuoce à i sanguigni, à
 i colerici, & à quei, che patisc ono mo-
 rici, & finalmente offende i malen-
 conici, & 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 a i vec-
 chi, & 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, deiciatq, 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 adolce, & di due anni almeno, mà nō troppo vecchio; sia di oliue mature, se condolo co ha l'oglio di amandole dolci.

*Ooglio di
amandole
dolci.*

Gionamen. Beuuto vna volta il giorno ammazza, & caua fuori i lumbrici, 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 vsi l'oglio di amandole dolci, mà fresco.

S A L E.

Nunc riger 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.*

Nomi. Latin. Sal. Ital. Sale.

Sale.

Qualità. E caldo, & secco nel secondo grado, alstringe, espurga, dissolue, & assottiglia, & per questo si dice.

Sal primo poni debet, primòq; 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 biaco, eguale, & denso.

Giouamenti. Mettesi nelle viuande il sale per tre rispetti; prima perche

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, resoluē, 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, rognia serpignie, impetigine, & morfea, & scortigano i meati dell'orina.

Rimedi. Bisogna usarlo in poca quantità, & non è buono il sale ne i falsamenti, per quei che hanno il petto stretto, & hanno humori falsi, & che sono leprosi.

ZAFFERANO.

Fama vetus taceat, cedant pulmenta Luculli,

Cana 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, vulvam reserantq; tu-
mentem:*

Hac ede, si risus expetis assiduus.

Nomi. Lat. *Crocus.* Ital. *Zafferano.* *Zafferano*

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

Scielta. Il migliore è il fresco, ben colorito, & che habbia nelle fila alquanto di bianco, lungo, nò fragile, pieno, che bagnato tinga le mani, & habbia grato odore.

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 mestruui, e l'vrina, & facilita il parto, mà non se ne deue dare più di due dramme.

Noctamenti. Và alla testa facendo dolore, sonnolentia, & offuscano i sensi, fa nausea, leua l'appetito, e dato in troppa quantità, cioè fino à tre dráme, 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
Ansidonum fugent cum tua membra sapet*

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 odise Venus potuit, sed maxima ventri est
Commoditas, siccat, nec minus ille cacat.*

*Nomi. Lat. Zingiber. Ital. Zengueue- Zengueue-
re, & Gengueuo, & Zenzero. re, Gen-*

*Qualità. Quando è fresco, è humi- gueno, Zē
do nel terzo grado, & humido nel pri zero.*

mo. Ma quando è seccato è secco nel
secondo grado: ha in se certa humi-
dità, per la quale facilmente corrò-
pesi, è risolutiuo, & incisiuo.

Scieb'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, risoluè le ventosità, aiuta la di-
gestione, conferisce alla memoria,
prouoca il coito, consuma le fième,
chiarifica la vista, & asterge l'humidi-
dità

uità del capo, e della gola. Il condito con mele è buono per i vecchi.

Notamenti. 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 pe Foribus, stomachoq; aptissima semper Remibus, 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.

effetto del zucaro s. prale trip ze.

Scietà. Il migliore è il biachissimo graue, sodo, & durissimo da spezzare.

CONDIMENTI. 449

Giouamenti. Nutrifce più che il mele, mantiene il corpo netto, & mondo, aſterge la flemma, lenifce il petto, humetta il ventre, mondifica lo ſtomaco, conferifce alle reni, & alla veſſica, è vtile à gli occhi.

Nocumenti. Fà venir la ſete, & per queſto, quando con la ſete ſi ſente amarezza nella bocca, non biſogna uſare 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 acetofi.

Finifcono i Condimenti.

A C Q V A.

*Sic aqua clara, ſuat 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 aquam dederit, vinosa 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 conuenientemente in ogni stagione dell'anno; ma 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 partecipano di qualche minera, come ancora son quelle della neue, & del ghiaccio dissoluti, & così quelle che l'inverno sono fredde, & la state calde, che tutte queste raffreddano 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 veicolo di cibi, & eccita l'appetito, & data opportunamente nelle febri ardenti, se ne vede salubre, & felice successo, p*ciò*

che è contrarijſſima alla natura delle feбри, rinfreſcando, & humettando il corpo, conferiſce ancora à coloro, 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, & volendoli 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 aquae.
Pocula quae caruere modo mihi crede nocebunt
Vina tamen modice sumpta iuuare solent.
Immodici at sensus perturbat copia Bacchi.
Inde quis enumeret quot mala proueniant?
Corporis exauris succos, an mihi, 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 sent olido, manda sapore bibas.*

Corda inuant, vires reparant, subitâq; repositâe.

Lætitiam modicis sed bibe sumpta cadis.

Dulcia pectus alunt, iecori mala, pessima vètri.

Turgidulo somnos hæc veneremq; ferent.

Cæcuba fumoso nimiumq; furentia viro,

Sensibus, & stomacho deteriora nimis.

Forstian & chium expectas grandesq; falernos

Sint mihi pauca malo, nec sine rura capro.

Calda minus sed sunt magis humida aquatica

vinâ,

Si ferat hæc stomachus sensibus apta placet.

R E G O L E.

Il vino si connumera frà 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 sanitâ, per la sottil sostâza sua,
meglio si mescola con cibi, che non
fà l'acqua; oltre che à gl'huomini è
molto diletteuole, restora l'humido
radicale, e letifica il cuore. E il vino
vn liquore soauissimo, ottimo restau-
ratore di tutte le facoltà, & sicurissi-

*Virtù del
vino.*

mo

mo fuffidio della vita noſtra, & per queſto gl'antichi la ſua pianta, Vite, quaſi che foſſe vita chiamato; ma biſogna uſarlo con dodeci regole infraſcritte.

I. Regola è, che quando il vino è gagliardo, & generoſo, ſempre ſi beua inacquato, con acqua ſemplice, ò con decottione di aniſi, ò 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, ò due auanti che ſi beua, mà quando il vino farà picciolo, & acquoſo, non ſi adacqui, perche il vino adacquato inhumidiſce troppo lo ſtomaco, et genera ventofità ne gli 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 guardarfi di non bere vino, che sia rinfrescato con la neuè, ò con l'acqua ghiacciata, perche grandemente nuoce al ceruello, à i nerui, al petto, al polmone, allo stomaco, à gl'intestini, alla milza, al fegato, alle reni, alla vessica, et à i denti. Onde non è merauiglia, se quelli, che vsan di beuerlo, son infestati da dolori colici, da indispositione 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.

Wino cal-
do.

III. Re-

LIII. Regola. Si fugga il beuer vino a digiuno, perche turba l'intelletto, induce spasmo, et nuoce grandemente al ceruello, à i nerui, et alle giunture, riempie la testa, onde vengono poi catarri; et per questo quei ch'hanno la testa debole, et sono esposti à i cattari, non beuino il vino, oueramente, poco, et inacquato, che si vede per esperientia; che tutti i Saracini vecchi, che son stati continenti nel vino, non son molto da catarci, nè da dolor di denti infestati, doue che noi altri che lo beuiamo, cominciamo à sentir catarri nella adolescencia: quando adunque sentiremo, che il vino ci habbia offesa la testa, 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 cattiu, 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 usare 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.

VIII. Regola. Quell'iche vſano molto vino, non deuno vſar molto cibo, perche il vino ſerue 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 ſegato caldo, et habitati in caldi paefi, deuno beuere poco vino, et acquoſo; mà quelli che ſon di fredda compleſſione, et ſtanno in paefi freddi, et più forte, et più potente vino deuno beuere.

XI. Regola. Biſogna ancora nel bere oſſeruare 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 concessè moderatamēte, et ài vecchi larghissimamente dicendo, che i fanciulli fino ài vinticinque anni, non deouo beuere vino, perche aggiungerebbe fuoco a fuoco, et la gioventù 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

timo fangue. 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, fa opilationi, & riempie la testa, ma l'acerbo, ò acere nuoce à i nerui, et allo stomaco, et genera crudità.

Vini cattivi.

Sono cattivi i vini grossi, fetidi, torbidi, corretti, & ingrati al gusto, i quali tutti bisogna fuggirli, perche fanno dolor di testa, corrompono il fangue, fan li spiriti malenconici, & nuocono 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 avaro 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 digestion, 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, apre l'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 imbrïachi, fà effetti contrarij, imperoche genera infirmità fredde, come sono apopleffia, paraffia, letargo, mal caduco, spaffmo, & tremore, offende la testa, perturba i fenfi, fnerua la memoria, & fà morti repentine, quanto all'animo poi, il vino fà gl'huomini ignorantif, loquacif, ingiuriofif, forsennatif, stupidif, homicidialif, & luffuriofif, corrompe la mente, rifolue l'animo, diftrugge le potentie animali, & naturali, & fe l'vberiac-