

菜上品

莧實

原文

味甘，寒。主青盲，明目，除邪，利大小便，去寒熱。
久服，益氣力、不飢、輕身。一名馬莧。

註釋

《名醫》曰：一名莫實。生淮陽及田中，葉如藍。十一月采。

案：《說文》云：莧，莧菜也。《爾雅》云：蕒，赤莧。郭璞云：今莧葉之赤莖者。李當之云：莧實，當是今白莧。《唐本注》云：赤莧，一名，今名莫實，字誤。