

Bibliothèque numérique

medic@

**Galien. Le Livre de C. Galen traictant
des viandes qvi engendrent bon &
mauvais suc, mis en françois pour
Monsieur le Baron de Sainct Plancard**

*A Paris, pour Vincent Sertenas libraire, 1553.
Cote : Bibliothèque Mazarine 29247 (4)*



Bibliothèque Mazarine
Adresse permanente : <http://www.bium.univ-paris5.fr/histmed/medica/cote?extmaza29247x04>

LE
LIVRE DE C.
GALEN TRAICTANT
DES VIANDES QVI ENGEN-
drent bon & mauuais suc, mis en
François pour Monsieur le
Baron de saint Plancard,
Capitaine de Galeres.



A PARIS,

Pour Vincent Sertenas libraire, tenant sa bouti-
que au Palais, en la gallerie par ou l'on va à
la Chancellerie, & au mont saint Hi-
laire en l'hostel d'Albret.

1553.

AVEC PRIVILEGE.

114

Sonnet. Par F. D. F. G.

Doulce sante', sans qui Vie n'est vie:
Sans qui l'Esbat est plustost passion:
Sans qui Plaisir est vraye illusion:
Sans qui la vie onques n'est assouuie:
Sans qui l'Auoir n'est que faim allouuie:
Sans qui Bonheur n'est qu'vne vision.
Sans qui l'Honneur ressemble affliction:
Bref, sans qui n'est nostre vie qu'Enuye.
Plus ne pourroit le Ciel nous fortuner,
Qu'en te liurat aux hommes langoureux.
Et toy Starach, & ton Galen heureux,
Auroys-tu peu mieulx nous opportunier,
Qu'en nous laissant moyen & regle feure
Pour cōseruer la sante brusque & pure?

Extrait des registres de Parlement.

IL est permis à Vincent Sertenas Libraire en l'vniversité de Paris, de faire imprimer & exposer en vente vn liure de C. Galen traictant des viandes de bon & mauvais suc, nouvellement traduit en Frāçoy. Et est defendu à tous autres Libraires & Imprimeurs d'imprimer ou faire imprimer ledict liure, sans le vouloir & consentement dudit Sertenas, iusques à quatre ans, sur peine de confiscation des liures, & d'amende arbitraire. Faict en Parlement le xxxij. iour du Decembre, 1552.

Signé du Tillet.

A MONSEIGNEVR
LE BARON DESAINCT
Plancard, Capitaine des Galeres du
Roy, Iehā de Starach son humble
seruiteur, perpetuelle felicité.

MONSEIGNEUR, nous lisons que le temps
passé. Apelles vn des excellenz
peintres qui onques ont esté, ny se-
ront, selon Pline, oyant vn iour en
son ouuoir Alexandre le grand Roy de Mace-
done, disputer assez indoctement de la peinture,
luy dit doulement, taisez vous pour Dieu, Sire:
Car mes seruiteurs se mocquer de vous: Voulāt par
ce inferer quvn chascu se doit mestre de ce qu'il
scait faire, ou dire, laissant le reste qu'il ignore
pour ceulx qui trop mieulx l'entendent. Car à dire
la verité, vn homme ne se monstre iamais plus
ridicule que quand il fait ce qu'il ne scait, ny est
accoustumé de faire. Ce que quand ie viens à con-
siderer, Monseigneur, il me fait quasi de tout
point perdre l'affection de mener à chefl'inten-
tion que i auoye de mettre en Fransoy, suyuant la
promesse que par cy devant vous en ay faict, vn
petit Traicté de Claude Galen, nommé Du bon
& mauvais suc, ou en brefil parle de toutes viā-
des qui engendrent bon & mauvais sang: Car si
à ij

EPISTRE.

vn Peintre le temps iadis a imposé silence à vn
des plus grandz & magnanimes Roys qui ayent
point esté par le passé, tenant propos des peintures
non si doctement qu'il appartenloit: Ne dois ie
pas craindre qui ne suis ny Roy ny Rien, qui peu,
ou point ay versé en la langue Françoise, en es-
gard à ceulx qui au temps présent sont en icelle
plus exquis & excellenz qu'onques n'a esté
Appelles en peinture, que par telz doctes es-
pritz ne me soit dit? laissez vous, laissez cela
pour nous, si ne voulez estre moqué de noz serui-
teurs, ce n'est pas vostre estat, vous estez trop mal
emparlé pour entreprendre telle besoigne. Ce que
en partie ie confesse, mais la pierre estant desia iet
tée ie ne pourroye qu'à mon grand deshonneur re-
uoquer, ny retracter ma promesse. Parquoy, ay
plus aymé estre veu du monde, mal paré & vestu
de language, que de foy enuers celsuy, à qui ie dois
tout ce que ie puis, voire & ce que ne puis faire.
Et neantmoins ie responderay à ces Cicerons Fran-
cois, trouuantz quelque chose dure en la pre-
sente version, que la matiere icy traitée est philoso-
phique. Or en la Philosophie, selon Ciceron, il
fault premieremēt, & principalement considerer
le subiect & matiere qu'on traicté, & non peser
ny farder les parolles: Car en genre doctrinal les
choses ne veulent pas estre ornées: mais (comme
dit

EPISTRE:

dit le Poëte) seulement se contente d'estre enseignées: Non que l'eloquence & beau langage, s'il est en vn Philosophe soit à moins priser, mais aussi s'il ny est point, n'est gueres à souhaiter. Aumoyen de quoy ie me suis esuyertue de tout mon pouoir à rendre, & exprimer le sens de l'autheur, ores de mot à mot, ores par Periphrase, sans toutes fois avoir mis en desdaing l'ornement de la dictiōn, ou i'ay peu, sans fouruoyer de la sentence, en suivant plusloſt le texte Grec que le Latin, lequel en plusieurs lieux ay trouué corrompu & mal tourné: Et l'eusse mieux restitué s'il m'eust esté poſſible trouuer l'Exemplaire Grec, ſur lequel la vieille translation a été faictē: ſuivant laquelle en quelques endroictz ay emendé noſtre texte Grec, en autres y ay adionſté, sans toutes fois forcer la ſentencē, ny rompre le fil du propos, ainsi qu'un chascun pourra voir, s'il luy plaift le conſerer. Ie vouldroye prier ces bons espritz & diſertes langues de noſtre temps ſ'addonner, comme tresbien font les Italiens, à traſlater de Grec en noſtre langue Frāgoyſe les disciplines, & Artz liberaulx pour gentz de bon esprit, & meilleur iugement, qui toutesfois n'ont eu l'heur d'apprendre lesdiētes langues, aux quelles les ſciences ſont eſcrites: Il eſt vrayſemblable que tout ainsi qu'ilz ſurmontent & deuancent tous les autres de leur ſorte en elo-

à ij

EPISTRE!

quence, ou plustost en abondance & superfluité de propos d'amours & matieres laſtives: ainsi ferroient ilz ce m'est avis, en propos & argument philosophique, s'ilz s'y adonnoient: A quoy faire ie les prie de ce pas s'acheminer, & trouueront que Apollo avec ses Muses ne ſe laisse pas ſi aifeſtē traicter & manier que ce petit enfant Cupido. Lors ilz meriteront qu'on les eſtime diſertz & eloquentz, (ce qu'ilz appetent fort ambitieusement tant en vers qu'en profe) autrement points Car à bien parler l'eloquence ne peult eſtre ſeparée d'avec philosophie: Lors dy ie peult eſtre qu'ilz ne feront pas ſi rudes & ſeucreſ enuers moy. Mais ie fay ſmal de craindre le iugement de plusieurs en cete tant petite traduction, qui n'a été entreprinſe que ſeulement & principalement pour vous Moſeigneur, & mes Dames de Saint Plancard: Puis pour meſſieurs Monſeigneur de Mottagut, & le Capitaine Pierre de Saint Martin mon Conſin, Peres & nourriſſiers avec vous de mez eſtudes. Car ie ne doute point que vous n'estimez cecy tant petit ſoit il, plustot du bon cuer & affection que ie le vous offre, que à raiſon de ſon beau ſtyle, & langage. Or ce fais-ie plus hardiment eſtant prouoqué & ſemond de la liberalité, de laquelle vous à pleu uſer enuers moy ces années paſſées, pour poursuivre mes eſtudes de mede-

EPISTRE!

medecine: Parquoy serois ingrat si ne vous donne le premier fruit, que l'arbre qu'il vous a pleu cultiuer, a porté. Non que par cecy ie tasche à autre chose qu'à monstrer le bon vouloir, & incredibile deuotion qu'ay de faire quelque chose à vostre gré, en recognoissance de tantz de biens & hōneurs que i ay receu de vous, pour le peu de service qu'avez eu de moy: ayant peult estre esgard plustost à la lignée de laquelle ie suis extraict, que à mes merites. Car ces biens la, & faueurs en mon endroit sont si grandz, que si tout ce que ie scaurois faire pour vous obeir estoit balacé, avec la moindre partie d'icelles, il se mōstreroit beaucoup plus leger, & de moindre valeur. Pour cela neāmoins ie ne desisteray onques de ma vie de faire quelque chose en vostre nom, se monstrat elle vn rien, ou tant petite qu'on voudra à l'esgard de voz benefices. Car il me semble tresraisonnable qu'un chascun fasse en son endroict son pouoir, quand il ne peult son vouloir. Parquoy donc, Mōseigneur, sachant tresbien que prenez grand plaisir à lire toutz bons liures, en sorte que ne laissez passer nul iour duquel n'employez vne bonne partie à la lecture d'iceulx, principalement si sont en langues qui vous sont familières, comme la Frāçoyse, Italiene, & Castillane. I'ay mis en Françoyz par maniere de passerēps le dict Traicté de Galē pour

à iiiij

EPISTRE.

vous en faire present, cōme vous ay promis: Nō tāt
à raison qu'il vous duira beaucoup à entretenir
vostre santé (car de cecy ay delibéré vous en faire
un petit Traicté à parsoy, suiuāt vostre cōplexiō)
que pour tesmoigner que ie tiens le bien, la gra-
ce, & fauer qu'il vous a pleu me faire en tel sou-
uenir, que ie demeureray tousiours reuestu d'un
bon vouloir à vous honorer & seruir tout le temps
de ma vie. Et iacoit que ie vous face presēt d'une
chose qui n'est du tout à moy: Car à vng dire ie
n'y a rien que le langage & quelques heures du
jour qu'à ce faire y ay employées: Neantmoins
i'ay tousiours estimé qu'il y a plus d'affaire à bien
entendre & expliquer les auteurs anciens, qu'à
faire liures nouueaux, desquelz pour certain on
ne tiendroit nul compte (que de bien peu) si les
anciens dont ilz sont prins & extractz (ie n'au-
se dire des robez) estoient expliquez & entēdus.
Dequoy ce seul petit liuret vous pourra faire foy,
ou verrez enidemment estre descouertz mil lar-
cins d'un tas de Regimes de Santé qu'on vend ça
& là, au nom de ic ne scay qui. Ce que seroit à
mō aduistollerable s'ilz ne desguisoient, & mu-
tiloient le larcin, tout ainsi que font ceulx qui des-
robēt les cheuaux, à fin qu'ilz ne soient cogneuz
de leurs maistres. Ie vous supplie donc Mon-
seigneur, me faire tant de bien & de grace que
daignez

EPISTRE.

daignez receuoir ce que est à moy en ce liure que
je vous offre , qui est le premier fruit de mon la-
beur à vous promis & voué , tout ainsi que scay
estez costumier de receuoir avec bon visage , &
liberale face , ce qu'on vous presente , tant petit que
ce soit : Esperant si en ce prenez plaisir , faire d'a-
uantage cy apres en vostre nom . Carnul labeur
me scauroit laisser si vne fois entenç que mes estu-
des & peines vous sont agreeables . De Paris le
vingtiesme iour de Decembre. 1552.

Spartam quam nactus es orna.

Aduertissement au Lecteur.

Il te plaira entendre , amy Lecteur , que la ou
tu trouueras le caractere , a , il denote que c'est
vne exposition des choses precedentes : Et le ca-
ractere , c , signifie correction du texte Grec ou
Latin .

Faultes commises en l'Impression.

Saignir,fueillet 3.page secōde,ligne 18,lifez saigner. Viādes
exquises,fenil 9.page premiere.lig.1,lifez viandes que exquises.
Qu'auons dit le failloit,fe.12.pag.1.lig.19,lif.cōme auons dit qu'il
le failloit etre. Galcrigne,feul. 12. page 2.lig. 6.lif.Gafeoigne,
Que si le,fe.16.pag.2.lig.3.lif.lequel si nous. Ligues,fe.23.pag.1.
lig.3.lif.lignes. Boufiez,fe.23.pag.2.lig.15.lif.boufiz. Porceaux,
feul.24.pag.2.lig.11.lif.cochons. Substanties,feul.46.pag.2.lig.
17.lifez substantiez.

TABLE DES CHOSES

PRINCIPALES CONTENVES EN CE
present traicté: En laquelle fault noter que A,
denote la premiere page du fueillet, B, la se-
conde.

A	Ccidétz & maladies causées p famine. fueillet premier.a.	Bestes faines. 26.a Beurre. 16.a Blé bastard. 38.b Blé bon. 33.a Blette. 42.a Boulâgerie fâs leuain. 18.b
	Accidétz apres la mor sure d'vne besté ve- nimeuse. 6.b	Boletz. 21.a
	Aigneaux. 24.b.37.a	Bolie. 31.a
	Ailes de poulailler.23.b	C
	Alimentz desquelz on est contrainct vser en teps de famine.1 b.4.b	Ancrez. 43.b Carrottes. 42.b
	Amydon. 21.b	Casserons. 19.b
	Anguilles. 43.b. 44.a	Cerises & guines. 57.a
	Aron. 20.b	Cerfueil. 42.a
	Arroches. 42.a	Ceruelle. 24.a
	Aulx. 42.b	Chair. 22.a.26.a
	Austruches. 36.a	Chair de porceau.10.b
	B	Champignôs.4.b.21.a
	Arbeau. 44.b	Chastaignes. 27.a.28.a
	Belotes. 28.a	Cheureaux. 24.b
	Bestes. 24.b	Choux. 20.b
	Bestes de laict. 24.b	Cicorée. 2.b.42.a
		Cochons. 24.b

TABLE:

C ol des volailles.	35.b	E	
Comm�t on �t nour-		Au pour les chaul-	
ry.	34.b	des c�plexi�s,	53.b
C omplexions diuerfes		Endiuie.	42.a
en mesme corps.		Erasistrate reprins.	5.a
	46.b	Erueille.	38.b
C oncombres.	41.a	Escargotz.	19.a
Condville.	42.a	Eschalotes.	20.b
C �f�deration des cho-		l'Escorpi� meurt par	
ses mang�es.	46.b	la saliue humaine.	6.b
C ontrepoison.	40.b	Esprouuer les bons	
C ornetz.	19.b	frui�tz.	31.b
C orps bien temper�.		Etnos.	31.a
	12.a	Exercice preserue de	
C ourge,	41.b, 59.a	maladies.	14.a
C resme de lait.	57.b	Exercice moder�.	14.b
C rudit� cause la plus		Exercice apres le re-	
part des maladies.		pas.	14.b
	14.b, 60.b	Extremitez des bestes.	
C œur.	22.a		
C uire les viandes.	34.b	F	
		Aisantz.	13.b
D Actes,	28.b	Faseolz.	38.b
D ifference de Da-		Ferule.	4.b
c�tes.	29.b	Febues.	38.a
D igestions.	34.b	Figues.	39.b, 40.a
D ouleur de teste,	53.a	Figues avec noix.	40.b
D ouleur de teste pour		Foye.	21.b
boire de l'eau, & pour		Francolins.	13.b
jeuner.	53.a	Friable & t�dre,	46.a

TABLE.

Froumage.	15.b	Hôme phlegmatique.
Froumage de brebis	16.b	45.b
Froumage viel.	18.a	Hôme sanguin. 45.b
Froumage frais.	18.a	Huitres. 19.b.20.a
Froumétée.	10.b.59.b	Humeurs crues. 11.a
Fruictz de reserue, ou non.	33.a	14.b
Fruictz d'arbres.	39.a	Humeurs grosses. 61.a
G		Humeur melacolique
Alen.	10.a	61.a
Garon.	58.a.b	Humeurs subtile. 61.a
Gasteau.	18.a	I
Gens occupez.	9.b	Ntestins. 35.b
Gingidion.	42.a	Inuenteurs de sectes
Gisier.	35.b	reprins. 6.a
Glandes.	24.a	Ioncée & Cresme. 57.b
Glandz.	27.a	Itria. 18.b
Gouions.	13.b.43.b	Aict. 15.b.17.b
Grenades.	41.a	Lait de Cheure.
Griues ou Tours.	13.b	16.a
Groing de bestes.	23.b	Lait de Vache. 16.a
H		Lait subtil. 16.a
Herbes.	42.a	Lait grossier. 16.a
Histoire d'vne fa mine.	1.a	Le laict a trois substan ces. 16.a
Histoire des maladies de Galen.	7.b	Lait clair. 16.a
Homme colere.	45.b	Lait de Chamelles.
Hôme melancolique.	45.b	16.b
		Lait d'Anesse. 16.b
		Le laict selon la diuer-

TABLE.

sit� de l'aage des bestes, du pastrurage & parties de l'an.	16.b	les bien aisez.	9.b
Laict caill� en l'estomach.	17.a	Maniere de viure pour toutes c�oplexi�s.	45.b
Laict comment ne se caille en l'estomach.	17.b	Maniere de viure pour gens occupez.	56.a
Laict succ� de la beste	17.b	Marque des bonnes viandes.	30.b
Laict trop cuit.	17.b	Matrice.	35.b
Laict clair fai� vuider	18.a	Maulue.	42.59.a
Laict de femme.	25.a	Les Medecines pour quoy elles ont est�e inuent�es.	11.b
Pour le laict precepte general.	25.b	Melca.	57.a
Laictue.	42.a	Melons.	41.a
Laictue sauvage.	42.a	Merles.	13.b
Langue.	24.b	Merlus.	13.b
Lechythos.	30.b	Meures.	39.b.41.b
Lentilles.	20.b.38.b	Miel.	54.b
Ce Liure pour quelles g�s a est�e fai�t.	29.b	Mil.	38.b
Loups.	43.b	Moulles.	20.a
Lupins.	39.a	Moust.	51.b
M		Mouuem�t volontaire.	23.a
Aladies apres vne grande famine.	3.a	Mouvement naturel.	23.a
Maniere deviure pour		Moyen pour attendrir le poisson.	44.a
		Moyle du doz.	24.a
		Muletz.	43.b
		Murenes.	13.43.b

TABLE

Muscles ou chair.	22.b	Oseille.	42.a
Teste des Muscles.		Oximel.	55.a
22.b		Composition d'Oxi- mel.	55.b
Queue des Muscles.		Oye.	36.a
22.b		Oyseaux.	42.b
N		P	
Nature.	35.a	Pain bien faict.	10.b
Nature des medic- amentz.	11.b	Pain mal faict.	15.b
Nature des corps.	45.a	Panis.	38.b
Naueaux.	42.b	Parelle.	42.a
Neffles.	41.a	Pastenagues sauuages.	
Nege.	60.b	42.b	
Noix de Pin.	21.b	Patiflerie.	18.b
Nourriture bône.	30.a	Perdriz.	13.b
O		Pere de Galen.	7.a
Oeufz durs.	19.a	Pesches.	33.b
Oeufz cuitz en la poile.	19.a	La Pierre cômet s'en- gendre aux Rains.	
Oeufz molletz.	19.a	12.a	
Oignons.	42.b	Pigeons.	13.b
Olyre.	12.b, 38.b	Pignolatz.	31.a
Opinion d'Hypocra- te vraye.	5.b	Poires.	41.a
Opinion d'Erasistrate faulse.	5.a	Pois.	38.a
Opilation de foye.	11.a	Pois ciches.	39.a
Oreilles.	36.a	Poisson petrin.	43.a
Orge.	32.b, 37.b, 38.a	Poisson sans escaillle.	
		Poissions grands.	19.b

TABLE:

Poissôs de marescage.	R Acines.	42.a
42.b	Raisortz.	42.b
Poisson prins pres de grosses villes.	Raisins.	39.b
43.a	Rate.	22.a
Poisson de mer.	Reins.	21.b
43.a	Rhyemata.	18.b
Pompons.	Rouget Barbet.	44.b
41.a	S	
Popes.	Ang caillé.	17.a
19.b	Scandix.	42.a
Porreaux.	Segle.	38.b
42.b	Segue.	4.b
Poulaille.	Seiches.	19.b
13.b	Senegré.	38.a
Poulpres.	Serpentine.	20.b
19.b	Signes pour cognoi-	
Pourceau de moyen aage.	ître le bon poissô de	
36.b	mer.	43.b
Pour pied.	Soles.	13.b
42.a	Sportula.	10.a
Praxagoras.	Suc acerbe.	28.a
15.b	Suc austere.	28.a
Precepteur mauuais.	T	
6.a	Aute.	19.b
Prunes.	Tendons.	22.b
33.b	Testicules.	21.b
Q	Tetins.	25.a
Queues.	Thonine.	19.b
35.a	Tourterelles.	13.b
Qui est soigneux de sa santé , peu ou point chet en ma- ladie.		
56.b		
Qui se peult exercer, peult plus libremēt vfer de toutes vian- des, que les gens oc- cupez.		
14.a		

TABLE.

Tragus.	12.a	Vin blanc.	48.b
Truffles.	21.a	Vin vermeil.	49.a
V		Vin clairetdoulx.	49.b
V Eaux.	24.b	50.a	
Veines Mezerai-		Vin clairet & paillé.	
ques.	11.a	49.50.51.a	
Ventre des animaulx.		Vin clairet fumeux à	
	36.a	qui nuit ou proffite	
Viandes tresbônes.	13.a	50.a.b	
Viandes grosses.	26.a	Vin doulx et gros.	51.b
Viâdes apprestées a-		Vin puant.	49.b
vec du moust, ou fa-		Vin fort & vieil.	54.b
rine.	18.a	Desquelz vins se fault	
Des viandes grossieres		abstenir.	49.b.52.a
precepte general.		Vin Phalerne.	49.b
	29.b	Vins austeres, rudes,	
Des viâdes autres, pre-		verdz.	49.b
cepte.	31.34.a	Vins changent de natu-	
Viandes mauuaises de		re par l'aage.	51.b
deux sortes, & quelz		Vin viel.	52.a
maulx engendrent.		Vin nouveau.	52.a
	61.a	Vin rafreschy.	60.a
Viandes contre l'alte-		Vtilité de ce liure.	
ration.	57.58.a	26.b	
Vie oyfue.	14.a	Y	
Vin.	47.a.48.a	Y Eulx.	36.b

Fin de la Table.

LE LIVRE DE GALEN TRAICTANT

DES VI ANDES QVI ENGEN-
drent bon & mauvais suc, mis en
François pour Monsieur le Baron de
saint Plancard, Capitaine de Ga-
leres.



A disette & fami- Long dis-
scours des
maladies q
sont surve-
nues incô-
tinet apres
une longue
famine.
ne , qui par longs
ans cy deuant a sans
relasche moleste &
affligé maints pais
subiectz & tributai
res à l'Empire Romain , a euidem-
ment donné à congnoistre à ceulx
qui de tout poinct ne sont despour-
ueuz de sens & entendement, quelle
force les matuaises humeurs & nour-
riture ont pour causer maladies.
Car les bourgeoys & habitants des

A

TRAICTE

villes , comme de coustume est de faire prouision l'esté du bled qu'on a affaire pour le demeurant de l'an-née, ont enleué des champs tout le froument ensemble , l'orge , febues, lentilles , laissantz le reste des frnitz qu'o appelle legumes aux laboureurs & gétz des champs : en prenant ne-antmoins d'iceulx certaine partie. Lesquelz l'hyuer apres ayant man-ge ce qu'on leur auoit laissé & de-party, ont esté cótrainctz vsent tout le printemps de viandes qui engen-drent mauuais suc, mangeant le ten-dron des branches, le reiection des arbres & arbrisseaux , eschalottes & racines d'herbes qui font mauuais sang. Ilz se saoulloient aussi pour se refaire d'herbes sauages & chape-stres, qu'on mage volontiers, vsantz d'icelles par vn temps desmesuré-ment: Semblablement de beaucoup
d'aut-

DES VIANDES. 2

d'autres cuites, desquelles onques au paraulant seulement pour esprouuer n'auoient gousté. * l'ay esté constraint par tout ce liure cy d'appeller par periphrase, n'ayat propre terme Frācois(herbes bōnes à manger, ou herbes qu'on mange volontiers) ce que les Grecz en vn mot disent (lachana) par ce , comme ie pense, qu'elles sōt semées en fouyāt la terre: Car (lachaino) en grec signifie fouyr, les latins les ont appellées (olera) parce que nous en vsions le plussouuent en potage qui se fait communément en vn pot de terre, lequel les Latins ont nommé(olla) & le Gascon(oula) dont ce mot (olus) vient, cōme dit Varro . Or de ces herbes ainsi nōmées en y a qui sont domestiques & semées es iardins, comme Laitues, Borraches, Bleutes, Porée: d'autres qui sont champêtres & sauvages , lesquelles estant deuenues grandes & seiches seruent de medecament, à raison de leur vertu acre & ve-

A ii

TRAICTE

hemente , qui est moindre & plus debile
en elles estant encores ieunes & tendres,
à cause de leur humidité, abondante aux
choes qui ne font que venir de naistre:
Laquelle humidité amoindrit & mate
leur force & acrimonie . Au moyen de-
quoy lors on peult manger leur tendron
sans en estre endomagé: mais apres estre
deuenues grandes sont si fortes , si rudes
& espineuses, que mesme les bestes n'en au-
sent manger . De ces herbes icy en y a
de deux especes, l'une est beaucoup pene-
trante, subtile, & amoindrissante les hu-
meurs grosses & espeffes , comme le Py-
rethre, Benioin, Seneué, Ortye, Anys, Fe-
nôl & autres: l'autre espece est de moin-
dre & moyenne force , de sorte qu'elle
ne brise ne aussi engroſſit les humeurs du
corps, comme sont les laitues des champs
(qui sont espece de Cicorée) la Cicorée
sauuage, la Coudrille , & semblables,
ainsi que Galen dit au commencement du

liure

liure de la diete attenuante & amagrisante. Par ce ceulx qui estoient lá presentz ont peu veoir à l'œil la peau de plusieurs sur la fin de la Primeure, & de presque tous sur le commencement de l'esté entachée de maintes ulcères diuerses en espèce. Car il en y auoit qui ressembloit à Erysipelas (que le vulgaire appelle le feu S. Antoine) autres à inflammatiōs, autres à Herpes, autres à Dertres, autres à Gratelles, autres au mal de S. Ment (q̄ les Grecz nōment Lepre:) Dont celles là qui yfsoient tout doulement & sans douleur, nettoyérent & purgerent les mauuaises humeurs des entrailles & plus profondes parties du corps: les autres semblables à Anthracz, & Loups qui sourdoient acōpaignées de Fiebures, lōgue espace de téps apres ont acablé & occis les malades, bié peu en sont reschap-

A iii

pez. Il y eut pareillement siebures en
grād nombre sans roignes ny ulcē-
res, non sans flux de ventre puant
& corrosif, finissant en expressions,
& Disenteries : Puis les v̄rines poi-
gnantes & puantes blessoient la ves-
tie de plusieurs. Les dictes siebures
sont finy en quelques vns par sueurs
& icelles purantes, ou par apostumes
& collectio d'humours corrompues.

Ceulx qui n'ont eu l'heur d'auoir
quelqu'vne de ces choses cy, sōt tre-
stous mortz, lvn avec inflammation
evidente en quelqu'vne des en-
trailles, l'autre avec grande & felone
siebure. Or quelques vns, & biē peu
des medecins, qui s'auserent enhat-
dir de saigner les patientz au com-
mencement de la maladie (car à bon
droit ilz doutoient ce faire, par ce
que leur force estoit desia au para-
uant debilitée & amoindrie) n'ont

pas

pas trouué si bon sang qu'on tireroit bien d'un corps sain & dehant: ains estoit plus tost fauve, plus tost noir, plus tost trop cler & flumati- que, plus tost picant & poignant: aingrissant la veine par ou il ruisseloit & decouloit, si que à peine on pouuoit rafermer & consolider la playe de la lançete. D'auantaige quelques vns, mesme mēt ceulx qui y ont lais- sé la vie, ont enduré grands alteres & accidentz, qui leur ont cause refue- ries & tourmentz d'esperit, acosteuz, & accompagniez de veilles & in- quietudes, ou bien de somme pro- fond (que les Grecz nomment cata- phora.) Pas n'est de merueilles si lors les malades estoient chevaux & importunes de diuerses & du tout contraires maladies, ou accidentz, consideré qu'ilz estoient differentz & contraires entre eux, non seule-

A iiiii

TRAICTE

ment de nature, complexion, ou aage, mais aussi de reigle & precedente maniere de viure: Car les yiandes desquelles ilz ysoient durant la famine, estoient de vertu & faculte cōtraire: A raison que chacun d'eulx empoignoit indifferemment & sans eslite tout ce qu'il s'offroit & pouoit trouuer à manger, qui estoit le plus souuent contraire l'un à l'autre. Les vns prenoient viades aigres, ou acres & picantes, ou salées, ou amères: Les autres ores d'aspres & austeres, ores astringentes, ores trop refroidissantes, ores trop humectantes & remoissantes, ores de grosse substance, ores gluâtes, ores venimeuses: Bref i'en ay veu mourir plusieurs d'auoir mangé des Champignons, plusieurs d'auoir mangé de la Segue, ou de la plante qu'on appelle Ferule, desquelz bien peu s'en sont sauvez. Va
cha

DES VIANDES.

chacun donc voyant cecy & enten-
tiuement considerant, pouoit faci-
lement iuger que tout ainsi que mil-
le, & mille sortes d'ulceres, & autant
de tumeurs & enfleures diuerses se
sont emparées de la peau au dehors,
comme Inflammations, Erysipe-
las, Tumeurs endurcies & nœudz
(que les Grecz appellent Scirrhos)
Apostumes froides : Tout ainsi au
dedans, les principales parties des
entrailles pouuoient estre preue-
nues des mesmes indispositions &
encombres. Or ceulx la seuls, qui
contreuiennēt à la doctrine que Hip-
pocrate a donné des humeurs, er-
rent & faillent grādement, ausantz
amener & assigner autre raison &
cause des Tumeurs, Enfleures & ma-
ladies que les humeurs. Nonobstant
que partie d'eux m'ayt secrètement
confessé que ce qu'ilz contredisent à

Galen re-
prend icy
Erasistrate
& ses con-
freres qui dé-
souient les
maladies
ne prouve-
nir des hu-
meurs.

Hippo-

TRAICTE

Hippocrate & maintiēnent que les humeurs n'ont aucune efficace pour causer maladies, ou tenir en santé, n'estre que par emulation & desir de contention : Neantmoins qu'ilz auoient honte attaignātz desia l'an cinquante cinq de leur aage de se reduire, & condescendre à l'opiniō de Hippocrate, & icelle publiquement approuuer. Car, disoient ilz, nō seulement noz disciples, mais toutz ceulx qui iusques à maintenant nous ont frequentez, & vsé de nous, en ce sediroiet offencez & deceuz : ioinct qu'ilz estoient prisez & honnorez de plusieurs pour maintenir vraye secte & opiniō : laquelle si publique mét preschoient estre faulse & erronée, seroient estiméz plus ignares & indoctes que les autres : Et nul de ceulx qui au parauät les appelloient & emploient à leurs affaires, se soulcieroit

DES VIANDES. 6

cieroit d'eulx , ny les frequenteroit.

Certes il est aisne à pardonner ceux cy sans reprendre ny arguer leur intention , non toutesfois sans nous douloir de leur meschief & infortune : Par ce que devant qu'ilz peufsent iuger de ce qu'ilz apprenoient , sont tumbez entre les mains de tres mauuaise precepteurs . Mais ceulx la doiuent estre hays qui pour vne ambition & cupidité de gloire ont esté les premiers inuenteurs des Seutes & faulses opinions . Car ilz n'errent contre leur vouloir , ains de leur propre mouvement s'estudient à tromper & abuser leur prochain , & ceulx qui plus familierelement les frequentent : Attendu mesmement qu'il n'y a personne si despoueuë de sens qui ne scache bien quand le sang & humeurs du corps acquierent quelque mauuaise & venimeuse qualité ,

TRAICTE

lité combien de maulx , perilz , & encombres s'en entresuyuent.

Ceulx donc, cōtre lesquelz i'escry cecy, disent & tiennent estre impossible de mettre difference entre ceulx qui meurent de poison , & ceulx qui de maladie & indisposition de corps. Pour le moins n'y a homme qui ne voye clairement que l'humeur & venim qu'une beste venimeuse nous laisse & emprant en la playe de sa morsure, ne nous cause une mortification & eslourdissement, ou putrefaction, ou flegmon & inflammation , ou extreme douleur en la partie pointe & vulnerée:

Comme aussi le Scorpion expirera

La contrarie à l'instant, si quelqu'un en ieun cravat sur lui par deux ou trois fois.

Car tout ainsi qu'il y a natures & complexions qui ont conuenience & cause de faire naître avec l'autre, est faute de sa mort, ou de sa vie.

y a

DES VIANDES. 7

y a il de contraires, l'vnne taschant la corruption & totalle ruine de l'autre. A ceste cause nous viuons des viandes & alimēts familiers & propres à nous & nostre nature: les contraires à icelle aspirent à nostre rui-
ne. Mais de cecy auons parlé plus amplement aux liures des facultés naturelles, & medicaments simples. Or pour confirmation de ceste pre-
sente dispute il suffira vous faire en-
tendre ce que i'ay veu & obserué au
tēps de la famine. Et si voulez croi-
re à moy (qui ne suis semond ny in-
duit à mentir par nulle raison, ains
suis marry de ce que plusieurs escri-
uent choses faulses) ie vous declare-
ray de point en point ce que i'ay cō-
gneu & aprins en toute ma vie par
longue experience, appellat de ce les
Dieux tesmoings.

Mon pere estoit fort fçauāt & ex- Histoire des malades

TRAICTE

que Galen pert en Geometrie, Architecture,
~~et en sa~~ Logique, Arithmetique, & Astro-
nomie: puis entre les Philosophes le
plus recommandé & admirable en
équité, bonté, & courtoisie: Luy
donc m'ordonna telle diete & rei-
gle de viure en mon enfance, que ie
passay tout ce temps la sans nul mal
ny maladie: Venant sur mon ieune
âage de dixhuit ans, mon pere, par
ce qu'il aymoit fort l'Agriculture &
labourage, se retira aux champs, me
laissant à mes estudes, ausquelles i'e-
stoye si adonné & jour & nuit, que
ie deuançoye tous mes cōpaignós
& consorts. La faison des fructz ve-
nue, ie m'oubliai par trop mangeat
tāt & tant des fructs qui tātoſt per-
dēt leur faison, que l'Autonne suiuāt
fus surpris de grieue maladie, en sor-
te que ie fus contrainct me faire fai-
gner. Lors mon pere se retirant à la
ville

DES VIANDES. 8

ville me tâsa mallement, me reduisant en memoire la reigle & manie
re de viure qu'il m'auoit ordonnée:
laquelle de ce pas me recomanda, &
commanda garder & entretenir, en
fuyant & deuant l'incontinence &
vie desfreiglée de mes compaignōs:
Et fit tant par sa diligence que l'an
suyuant ie vesquy sobrement & cō
tinément en l'ysage desdiēz fruiēz
qui tost passent: Et ainsi ie m'entre-
tins sans mal, ny maladie tout cest
an la, qui estoit de mon aage le dix-
neufiesme.L'an ensuyuant mon pe-
re estant dececé, ie commençay ren-
trer en mon grand chemin, & man-
ger en abondant desdiēz fruiēz,
avec mes consorts: de sorte que ie
recheus en ceste mesme maladie, &
eus affaire de saignée , ny plus ny
moins qu'auparauant.

Du

TRAICTE

Du depuys i'ay esté malade öres chasquē année, öres de deux ans lvn iusques à l'aage de vingthuit ans. Or estoye ie en danger ceste année là d'auoir quelque apostume au foye, en l'endroict ou il se ioinct au dia-phragme. Parquoy ie deliberay mettre ordre de ce pas à ma santé, & ne manger plus de ces fruitz, excepté des figues & raisins bien meurs, & avec mesure autrement que par le passé. I'auoye vn compaignon plus aagé que moy de deux ans, qui trouua bonne telle maniere de viure, avec lequel ay vescu par lôgs ans sans mal ny maladie: à raison que tous deux nous estudiyons à faire exercice de corps, à fin de ne tôber en cruditez & indigestions: & tous noz autres côsorts & amys, qui par mon conseil se sont adonnez à semblable exercice & maniere de viure, ont e-

sté,

DES VIANDES 9

sté , comme ie voy , de tout poinct
sains , les vns depuis vingt cinq ans ,
les autres depuis moins de temps
qu'ilz ont tāt cōmandé à soymesme
de ne manger des fruitz caduques ,
& transitoires , ny d'autres viandes
qui engendrent mauvais sang , des-
quelles parlerōs en ce traicté . Ceulx
donc qui ont puissance de faire exer-
cice auant manger , n'ont pas affai-
re de diete si estroictement reiglée
et compassée qu'ilz ne puissent user
d'autres viandes exquises . Au con-
traire ceulx la qui sont distraictz &
occupez en beaucoup d'affaires , no-
seulement fault qu'ilz vsent de cer-
taine et exquise diete , mais aussi par
foys ont mestier de medicamentz
& remedes salutaires pour entrete-
nir & continuer leur santé . Car il y
a plusieurs gents de tel estat & con-
dition de vie , qu'ilz ne pourroient

B.

TRAICTE

bonnement se recreer, ny exerciter
auant la refection, ny mager à deüe
& competente heure, ny bien cuire
& digerer la viande, pour estre par
trop occupez: ausquelz est impossi-
ble d'estre sans maladie, si de foys à
autre ne se purgent, tantost d'vne
vehement purgation, & conuenen-
te flebotomie, tantost de breuuag-
es prins en temps & lieu, lesquelz
sont dediez à entretenir la sante.

*Aduertisse-
ment de l'or-
dre & me-
thode qu'il
tiendra en
ce liure.*
L'enseigneray donc vne certaine
diete pour faire bo sang à ceulx pre-
mierement qui sont aisez menantz
vie libre & tranquille, n'estantz con-
trainctz d'aller allez ny frequen-
ter les portes et maison des riches,
auant le iour, pour les saluer, ny se
refroydir maintes foys, apres auoir
sué, trauillants en leur vacation:
ny conduyre quelqu'ung & assister
aux Bains, et Estuves, puis le reme-
ner.

DES VIANDES? 10

ner & acôduire au logis: ny eulx e-
stants baignez, ou estuuez vistemēt
s'en retourner souper.

**Le temps passé les Rommains bien aisez auoient de costume donner quel que repue franche, ou bien vne piece vaillant dix carolus & demy (qu'ilz appelloient Sportula) à tous & chacun de ceulx qui leur venoient faire la court, & dire le bon iour chasque matin: ce que Galen auoit veu estant venu à Rome, du temps de l'Empereur Antonin.*

En apres ie reuiendray aux Arti-
zants & gentz de mestier, qui vi-
uent en peine & trauail, & leur don-
neray quelques preceptes pour en-
tretenir leur santé. Et pour mieulx
entendre le propos, fauldra se souue-
rir de ce qu'auons traicté es trois co-
mentaires, qu'ay faitz de la facul-
té des aliments.

TRAICTE

Du pain, Les viandes donc qui font bon
fourmiette, sang prinses generallement du frou
chair de pourceau mēt, sont les pains faictz de pure fa-
& autres viades de rine sans son ny ordure, bien appa-
bōsuc, mais reillez & pestris, bien cuits en yn
gluant, & grossier. grand four, bien assaisonnez et mi-
xtionez de leuain, et de sel: Apres les
quelz sont les pains cuictz dans vn
petit fourneau (lesquelz point n'e-
galent aux autres en bonté.)

La fourmentée est de tresbon
suc, comme aussi la chair de pour-
ceau, moyennant qu'elle soit bien
cuite et digérée en l'estomach, &
conuertie en bon sang par le foye:
Vray est qu'elle a en soy quelque vi-
scosité, qui cause obstructiō de foye
et de reins, signāment à ceulx la qui
naturellement ont les cōduictz d'i-
ceulx estroictz et serrez. A ceste cau-
se ceulx qui trop souuent en ylent, sen-
tēt ausdictes parties, cōme eyne pesā-
teur:

DES VIANDES. II

teur: Et aucune foye quelque douleur ^{L'obstru-}
est causee d'obstruction & opilation ^{tion de}
^{foye quelq'}
de foye, qui empêche que la viande ^{foye cause}
cuite dans l'estomach ne se distri- ^{douleur,}
bue par toutes les parties du corps,
& qu'un tas d'humeurs s'arrestent
aux veines qu'on appelle Meserei-
ques (c'est à dire intestinales, par ce
que sont entre les intestins & boy-
aux) & en la partie creuse & inferi-
eure du Foye, dont y a danger qu'il
ne s'en ensuyue quelque flegmon &
inflammation aux dites parties, ou
putrefaction & corruption desdi-
es humeurs. Car il fault necessai-
rement que des humeurs du corps
crues & espessses vne de deux choses
s'en ensuiue, à scauoir, ou qu'elles
soyent cuites & conuerties en sang,
ou que deuient & degenerent
en corruption & pourriture: Tout
ainsi qu'on voit aduenir aux autres

B iii

TRAIGTE

chofes si par longs iours demeurent
mussées & accrochées en lieu chault
(& humide.) Au moyen de quoys
les medecins ont inuenté les medicamens
salutaires pour entretenir
la santé: la nature desquelz generale-
ment est de subtilier, briser & ame-
nuyser. Car leur office est d'ouvrir &
desempescher les conduitz estou-
pez & serr ez: puis de purger le plus
gluant & visqueux des humeurs ac-
crochées & attachées à quelque par-
tie. Mais si on en vse trop desmesuré-
Le danger
de trop des
règlement
à user de me-
decines.
mét, ilz font le sang ores trop subtil
& aqueux, ores colere, ores melacoli-
que: par ce que la nature de presque
touts les medicamentz est non seu-
lement de rendre subtil & menu ce
qu'est grossier, mais aussi de trop es-
chauffer & embraser le corps. Au
moyen de quoys conuertissent le bo-
sang en mauvais. Apres deseichent

iii 8

&

& gastent l'humidité naturelle des
parties charneuses, fermes & solides:
Et en deseichant engrossissent si fort
les humeurs aux Reins qu'ilz y en-
gendent la pierre. Que si le corps
est doué de tresbonne complexion,
qui est tresque temperée, il aura les
vaisseaux & coudiatz, par ou les hu-
mects passent & coulent, amples &
larges : Et pourra viure sans estre
engregé de maladies, pour estre nay
si heureusement, en faisant exercice
auant le repas , principalement
ayant largement vse de viandes
grossieres, comme celles cy dessus
mentionnées, à sçauoir fourmentee,
chair de Porceau, Pain mal cuit au
grand four, ou petit, n'estant si bien
assaisonné & apareillé qu'auons dit
le failloit. ¶ Tragus a vne mesme TRAUS.
vertu & efficace que la fourmentee,
hors mis qu'il n'est de si bonne dige-

B iii

TRAICTE

stion en l'estomach.

"Tragus signifie icy vne sorte de viande, comme nostre orge mondé qui se fai-
soit d'vne espece de grain qu'ilz appell-
loient olyre, (qu'est comme ie pense no-
stre Sarde de Gascrigne,) laquelle on
mondoit & escorçoit, puis on la cuisoit en
eau, laquelle apres on versoit, remet-
tant en son lieu du vin cuit, ou doulx,
& des pignolatz, ayant au parauant
trempé en eau, comme Galen escript au
premier liure de la vertu des aliments,
chap.de la Tyfe.

La nature aussi des œufz approche
fort de ces viandes cy, mais il la fault
distinguer & limiter tout ainsi que
le laict. Ce que nous ferons cy apres.
Or tout ainsi que par cy deuant ie
vous ay projecté, & par maniere de
dire grossierement pourtraict les ali-
ments de bon & grosier suc, en-
semblment de gluant, ainsi fairay-

DES VIANDES. 13

ie cy apres de ceux qui tiennent le mylieu : Le mylieu di-ie entre les viandes qui naturellement sont de grosse substace , & celles qui donnēt peu de nourrissement en menuisant & attenant les humeurs, desquelles i'ay parlé ailleurs au liure de la Die-te amaigrissante : Et d'icelles plu-sieurs se doibuent plustost appeller mendicamentz que alimentz : Mais celles qui sont de grossiere & gluante humeur, indubitablement nourrissent beaucoup , & font tresbon sang, moyennant qu'elles soyent biē cuites & digerées en l'estomach , & conuerties en sang au foye.

Les viades de tout poinct bōnes & ^{Des viand-}
faines sont celles qui tiennent le rēg ^{des tempe-}
du mylieu entre les attenuātes et en- ^{rées bon-}
grossissantes, comme tenāt vne me- ^{nes sur tou-}
diocrité entre peu & trop : Au reng
desquelles est nombre le fort bon
pain

TRAICTE

pain, la facon & preparatio duquel
ay enseignee plus à plain au liure pre-
mier de la faculté des alimentz: Puis
apres toute poulaille tant male que
femelle: En apres entre les oyseaux
les Faisans, Perdrix, Pigeons, Fraco-
lins, Turterelles, Griues, Tours, Mer-
les, & tous autres oyseletz: Dauan-
tage tous poissôns nageantz & habi-
tantz pres les rochers (lesquelz les
Grecz appellent petræi, par ce qu'il
viuent pres les rochers, & pierres) au
profond, ou au riuage de la mer, les
+qu'au-
cuns di-
sent estre & generalement tout poisson non
noz Lam proyes.
gluant, ny de mauuais gouist, ou o-
deur, doit estre au nombre des vian-
des bonnes & temperées. Mais pour
declarer leur nature & téperament,
il faudroit deduire beaucoup de cho-
ses, desquelles parleray au propos des
viandes qui font mauvais sang: ores
me

me fault paracheuer le fil du propos entamé, & y adiouster ce que reste.

Quiconque a pouoir de faire beau coup d'exercice, & de dormir à souhait, estat de vie libre & deliurée de faciendes & occupatiōs publiques, il

Quelles gentz peu-
uent rser
de viandes
grosses, &
gantes.

pourra manger viades grossieres & gluates; moyénat qu'apres en auoir pris qualità ne sente quelq pesateur,

ou tentio et enfleure au costé droit;

Au contraire celuy se gardera d'en prendre qui ne pourra faire exercice de corps auant le repas, à cause de l'aage ou de l'acoustumēce. Qui me-

ne yie oyssue & sans trauail(²) par quelque occasion que ce soit) se doit abstenir de telles yiandes gluates & grossieres:

Et au lieu de grād exercice se pourmenera à pied, ou à cheual & litiere. Car c'est vn grand mal & dommage pour l'entretene-

L'oyssueté est grande-
ment de santé que la yie oyssue:
geable:

Tout

TRAICTE

l'exercice modéré est grandement pour icelle santé que la vie active & profitable. Tout ainsi que c'est vn grand bien d'exercice modéré: De sorte que nul ne sera esprins de maladie tenāt vie & diete de tout poinct reiglée, deuëment s'ebatant & exercitant, se contregardant de cruditez & indigestions (faisant ses necessites, & vuident le ventre quand il fauldra.) En oultre prendra garde de faire trop grand & vehemēt exercice, ou mouvement apres la refectio. Car tout ainsi que l'exercice pris auant mangier est tressalutaire, ainsi est il domageable & pernicieux sus la refectio. Par ce que la viande se distribue & depart par tout le corps plustost que estre cuite en l'estomach: De la prouient qu'un tas d'humeurs crues & indigestes s'assemblent, s'arrestent & accrochent aux veines: & de ce s'ensuyuent mille maulx & maladies,

DES VIANDES. 15

dies, principalement si ces humeurs ne sont rompues, amollies & dissipées par grand labeur et trauail de corps : ou bien si ne sont cuites & couvertes en bon sang, par la vertu & force de la chaleur naturelle du foye & veines.

Le plus seur sera donc de peu, ou point vser de ces viandes & nourriture grossiere & gluante, si on a soing de sa santé, & non d'estre gros & gras comme les luieteurs (* pour mieux eschapper & escouler des mains de leurs aduersaires.)

Je deduiray donc cy apres le reste de l'histoire qu'encores n'auons touché des viandes groissieres, reprenant de rechef le pain pour mon commencement.

Parquoy tout pain n'estant bien leue, ny salé, ny pestry et assaisonné, ny bien cuit au four, est de fort grossier

TRAICTÉ

sier & gluant humeur: Laquelle hu-
meur grosse & gluante les Suppos de
Praxagoras & Philotime appelloient
collodes (cest à dire tenente & glu-
ante, comme la colle.)

*Du fourma-
ge, & du
lait.* Tout fourmage est de grossiere &
melancolique nourriture, fors que
les fraischiennent faictz, qui n'engen-
dreront pas mauuais sang comme font
les vieilz: Neantmoins tous fourma-
ges ne sont pas si gluants que gros-
liers, mais quelques vns seulement
ont ces deux vices ensemble: A rai-
son de la nature du lait d'o ilz sont
faictz, qui est moult different, tant à
cause des bestes desquelles est pris,
q de leur pasturage differet de lieux,
& pais. Pardeça (en Asie la Mineur)
tous vsent communément de lait
de Cheure: En autres contrées pren-
nent cestuy la de Vache, & bien sou-
uent de Brebis, qui est grossier & me-

lancolique, contaire à celuy d'Annesse, qui ne tient rien de tout cecy. Celuy de Vache est trop gras et chargé de beurre.

Le laict de chevre est entre tous le ^{te laict de} ~~chevre est~~ pere, attendu qu'il a est ny trop gras le plus r^e-ny trop grossier (ny trop subtil & peré de tous les fluides) Et par ceulie le mylieu entre autres, tous les autres, considere ses operations & bfaictz en noz corps. Car le laict qui est par trop subtil et clair lasche plus le ventre, & peu nourrit le corps. Le laict grossier & espes fait le contraire, nourrissant plus, & lachant moins le ventre.

Le laict donc est de trois diuerses substances : la premiere est subtile & claire (qui est le laict clair) la seconde espesse et grossiere (qui est le fourme :) La tierce est grasse & huelleuse (qui est le beurre.) Les quelles substances diuerses ne sont pas esgalemēt au laict de tous les animaulx:

TRAICTE DES

Ains en celuy d'Asnesses et chameles le laict-clair surpassé les autres parties: Le fromage en celuy de Brebis: Le beurre en celuy de Vaches, Mais le laict de Cheures tient vne mediocrité entre peu et trop, l'équarant et conferant à cil des autres animaux. Que si le voulions bâlacer à parsoy, et faire comparaison de lvn à l'autre (comme du laict d'une cheure au laict d'une autre) trouuerons y auoir telle difference qu'auons predit: Aussi la difference prisne de l'âge de la beste, de la pasturé, de la saison et partie de l'année, du temps que la beste a faitz ses petitz est fort grande. Dequoy ay parlé plus amplement au liure de la faculté des alimentz. Parquoy me contenteray ores d'en dire ce brief. Le laict de cheure pris sans miel est dangereux. Car à plusieurs s'est caillé dans l'e-

DES VIANDES. 17

dans l'estomach l'ayant pris tout pur. Et quand cecy aduient chose ^{Digne des} admirable tant il engrege qu'il suf-foque le patient! Mais encores est il plus admirable ce qu'aduient quand le sang s'est caillé au dedans d'vne grande & profonde playe, ou en l'estomach, ou dans quelque boyau. Car ceulx à qui telz encom-bres & accidents aduiénent demeu-rent coys, toutz esperdus, & refroi-dis, ayant le poulx bien petit & en mauuais estat. En oultre le sang cail-lé es playes entache & corrompt les parties voisines, faines & entieres! Or la cause, pourquoy la plus amou-reuse, amyable & familiere humeur de nostre corps (qui est le sang) e-stät refroidie, nous moyéne en nous si grād malaise, passion & tourmēt, n'est pas de petite inquisition, ains requiert long temps à la trouuer.

C

TRAICTE

Cecy est Par cecy neantmoins pouons facil-
dit contre
Erasistrate
et sa sèche. lement entendre quel effort &
puissance ont les qualitez des hu-
meurs corrumpues, desquelles quel-
ques medecins tiennent peu ou point
de compte, comme de chose qui ne
importe, suyuantz l'erreur de ceulx
qui premiers ont songé telles ref-
ueries.

Il reprend son propos du laict et froumage. Plusieurs donc quand il mangent
du laict y meslent du miel, de leau,
du sel, affin qu'il ne se caille dans l'e-
stomach.

Le laict pris des que sort du te-
tin des animaulx qui sont en bon
poinct, engendre bon sang en nous.
Mais cil qui est beaucoup cuit nous
faict en nous sang gros & espes: mes-
mement si on cuit ensemble de la fa-
rine de froument, ou du mil, ou a-
mydon.

Toute sorte de froumage est de
gros-

DES VIANDES. 18

grossiere substance, les vieux de mau
aise le recent & fraischemet fait
est propre pour faire vuyder le ven
tre, moyennant qu'il soit pris de
uant tout autre viande & avec le
miel: Tel(di-ie) est de moins grossie
re nature que le vieil, & non pas de
mauvaise(^a comme dit est cy dessus.)

Le laict-clair qui chet & degoutte <sup>Le laict-
clair laf-
du caillé, est notamment bon pour che le ré-
tre.</sup>
faire asseller & vuidier le ventre.

Le gasteau fait & assaisonné de <sup>Des ga-
steaux.</sup>
laict & froumage, est de grosse sub
stace & nourriture, oppilat & estou
pant les cōduictz, & veines du foye:
De mesme que celuy qui est fait de
pure farine, de froumage & de laict,
en y meslant de ce que les Grecz ap
pellent Lagana, & Rhyemata. Da
uantage toute viande qui est faicte
& appareillée avec le moust, fleur de
farine, ou autre de froument, nous

C ii

TRAICTE

est de tout poinct mauuais nourrissement: mesmes ces Lagana & Rhyemata, avec toute boulangerie & pâtisserie faite de froument, si est sans leuain, sont de grossiere & espesse

Declaratio
de Lag-
na, & Rhy-
emata. nourriture, principalement s'il y a du froumage parmy. Ce que nous disons maintenāt Lagana & Rhyemata, noz Antecesseurs en general les ont appellé à mó iugemēt *Itria.

* Itrion estoit vne sorte de gasteau fait, selon aucuns, de pure farine, ou graine qu'on appelle Sesame, avec du miel & eau: Autres disent estre ce qu'aucuns Practiciens nomment Vermicelli, parce qu'estoient faitz en forme de verms de farine fort destrempee d'eau, puis coulée & passée par vne poile de fer trouée: ou bien ilz prenoient de la paste, & la manioient si long temps qu'elle en deuenoit fort gluante & obeissante pour en faire quelque maniere de viande longuette

DES VIANDES. 19

guette en façon de verms, laquelle ilz
faisoient seicher au Soleil, plustost qu'au
feu, pour en vser apres à espeſſir le pota-
ge, ou autrement, comme Galen dit icy,
en gaſteau.

Au ſurplus les Escargotz font le ^{Des Escar-}
ſang gros & eſpes : Les œufz pa- ^{gotz &}
reillement, ſi ſont ſi fort cuitz
qu'ilz en foient deuenus durs, ſont
de groſſier ſuc & eſpes: Ceulx qu'on
frit à la poille acquierent vne mau-
uaise qualité, ſi que leur digeſtion en
eſt fumeufe & puante, corrompant
le reſte des viandes en l'eſtomach.

Au moyen dequoy ilz ſont vne des
dangereuſes viandes qui ſoit point
entre celles de mauuaise digeſtion,
à gentz mesmement qui n'ont bon
eſtomach, mais ceulx qui ſont mol-
letz ſont meilleurs & de meilleure
digeſtion & nourriture : comme
auſi ceulx qui ſont cuitz ſi à propos

C iii

TRAICTE

qu'on les peult humer : Lesquelz à
cesté cause adoucissent & applanis-
sent le gousier aspre & defrompu,
lors mesmement qu'ilz sont si plai-
samment cuitz, qu'encores n'ont e-
spefzy, ny à peine leur humidité est
prinse & amassée.

*Des poissos
qui ont
molle peau
& autres.* Quant aux animaux aquatiques,
les poissos qui ont la chair molle
& sans nulle escaille, comme la Tau-
te ou Casseron, les Popes ditz quo-
cus, les Seiches & autres de pareille
sorte sont trestous de grossiere, ter-
reste & gluant' humeur : Comme
aussi sont toutz ces gros & grandz
poissos, du nombre desquelz, est la
Thonine : Neantmoins les peti-
tes & ieunes Thonines approchent
plus de moyenne bonté que les
grandes.

*Des poissos
à escaille.* D'auantaige les huitres, Cornetz,
Pourpres (qu'en Prouence appellent
Bios

DES VIANDES. 20

Bios cornetz) & generalemēt tous
poissons à dure escaille (lesquelz A-
ristote à nomméz ostracoderma) i-
engendent sang fort gros , espes, &
melancolique. Aussi font les Cha-
mes (que aucūs dient estre noz Mou-
les) les Patelles, Petoncles, Pinnes, &
tout autre sorte d'huîtres, & coquil-
les: Entre lesquelles les Pourpres , &
Cornetz sont de chair plus dure &
massiue , & de suc melancolique:
Mais la chair des autres coquil-
les nommément des Huîtres , est
plus humide , tenante , & gluant-
te. Or il fault noter & entendre
que le suc de touts ces poissons à
escaille , a vertu de faire vuidre le
ventre , tout ainsi que le laict-clair:
Mais leur chair , & partie mas-
siue est grossiere , & dure à di-
gerer , causant en nous quantité
d'humeurs terrestres & melanco-

C iiiii

TRAICTE

liques : ce qu'aussi font les Chous, Lentilles, & plusieurs autres viandes, lesquelles neantmoins ne egalement en ce ceux cy. Ce que nous auons amplement traicté aux trois liures de la vertu des alimentz. Parquoy tout le demeurant des poisssons que disions estre de grosse substance, font de nature visceuse & gluante, fors quelques vns à escaille.

*Des chous,
& Lentil-
les.*

Les Chous, & Lentilles n'ont pas telle nature gluante, mais l'ont nitreuse & salée, propre à desuoyer le ventre.

*De la Ser-
pentine.*

La Serpentine, autrement appellée Colobrine, est de nature acre, forte, & amere.

Po Aron.

La plante nommée Aron, autremēt pied de Veau, a ces deux facultez mesmes, toutesfois plus * imbecilles.

* En ce pais les a plus fortes de beaucoup.

*Des Escha-
lotes.*

Les Eschalotes sont d'vn goust a-

spre

DES VIANDES. 21

spre, & amer: si elles sont lauees & cuites en plusieurs eaux, ce que restera du corps sera dur, gros, & melancolique.

Les Champignons sont sur toutes ces viades froitz, gluantz, grossiers, & melancoliques en toute extremite, entre lesquelz neantmoins on ne scait que les Boletz (^{que i'estime estre noz} Mouscerons, ou ces potirons qui croissent aux pres) ayent iamais fait mourir personne quelconque: Vray est que n'estant bien cuitz & digerez en l'estomach, ont donne la Colique à maintz personnages: mais d'auoir mage des autres, beaucoup en ont esté fort malades d'une suffocatio d'haleine, ou flux de ventre, ou colique.

Les Truffes sont de substance vn peu grossiere, non pas fort dangereuse.

L'A-

TRAICTE

De l'Amy-
dō & noix
de pin. L'Amydon pareillement est de plus
espesse nature & grosse, non pas
mauvaise.

De mesme faculté est la noix de
pin, laquelle plusieurs appellent stro
bilon (en Grec.) * La vieille version, &
ce que Galen dit aux xvij chapitre du se-
cond liure des alimentz, m'ont induit à
corriger ce passage icy, & au lieu de (*hi*
palei, c'est à dire, anciens) y lire (*pleisti*,
cest à dire plusieurs.)

Du foye,
Reins &
testicules. Le foye, les Reins, les Testicules
sont au reng des viandes qui font le
sang gros & espes: Mais le foye n'est
pas de mauvais sang: les reins, & te-
sticules peu ou point sont de bon
suc: Excepté les Testicules des pollets
engreffés: comme aussi ce foye-là
est bon qui est pris d'un pourceau
nourry de figues seiches, au moyen
de quoy on l'appelle en Grec *Sycotō*
(c'est à dire qui est pris d'un pour-
ceau)

ceau entretenu de figues.)

Combien que la rate des autres animaux soit d'assez mauvais suc, neantmoins celle de porc l'est moins.

Le cuer est de substance plus dure, ferme, & nerueuse, ayant plus de fibres & filamentz que les autres entrailles principales. Car la substance interieure des vaisseaux qui sont aux autres entrailles (² comme au foie & rate) est semblable à vn sang caillé: mais au cœur il y a multitude de ces filamentz lôgs & serréz, tout ainsi qu'on voit aux Muscles, entour desquelz filamentz la chair s'est caillee, ynie & amassée: Parquoy on le met au nombre des Muscles & parties charnues du corps, desquelles sa corpuléce, espesseeur & grádeur prouient & consiste, aussi fait il ce qu'on nomme proprement chair, qui est mangée aux Sainctz Sacrifices & obla-

TRAICTE

oblations des bestes.

*Des Mu-
fles les qz
dit auoir
teste, queuē
et cetera.* Le commâcement , qu'on nomme pareillemât teste des muscles, est quelque peu nerueux & dur , par ce qu'il est fait des ligamentz qui ys- sent des os : Les tendrons & cordes nerueuses prouennent de la fin & queuē des muscles: A ceste cause ilz sont de substance dure & nerueuse, tant à la queuē que à la teste: le mylieu d'eux est de tout poinct charnu, nourrissant beaucoup, & est appellé chair , ayant neantmoins en soy des ligamentz, cordes, & nerfz mes- llez, & si tresfort desliéz qu'on ne les scauroit voir. Attendu donc qu'ilz ont au parauant commancé d'appel ler & ainsi nommer ceste partie du mylieu Chair, à bon droit leur sem ble auoir appellé la queue , & teste, Muscle. Mais c'est autrement, car le Muscle est tout ce qu'on voit distin-

gué

DES VIANDES. 23

gué & séparé des autres parties par certains limites, comme par traictz de ligues. A ceste cause il fait tel mouvement qu'on veult : Car tel mouvement est ainsi appellé volontaire, pour mettre difference entre luy, & le naturel, qui pas n'est volontaire. ^{Difference de mouvement naturel, & volontaire.} ** parce qu'il se fait sans nostre vouloir, comme on peult voir en vn dormant, qui neantmoins a mouvement de cœur.* Les parties donc des muscles sont en telle difference qu'auôs dit.

Es parties extremes des animaulx ^{Des parties extremes.} a peu de chair, & assez d'os, & de nerfz : Non qu'il y ayt beaucoup de ce nerfla qui fait & cause le mouvement volontaire, ^{car il est bien petit} *& deliéen ces endroitz la:* mais plus-tost du ligament que les Grecz anciens ont nommé Tenonda, (^{* &} les Latins Tendonem, nous, n'ayant autre terme l'appellerons Tendon, ou corde

TRAICTE

corde (selon le vulgaire) & les modernes medecins le nomment Aponeurosin, (côme si on disoit extremité, ou deriuatiō de nerf.) Ces parties icy extremes, estant cuites, sont de suc assez gluant & tenāt: parquoy le nourrissement, qu'elles nous donnent, sera de mesme.

Du Groin & museau des animaux. Les parties qui sont pres du groin & museau des animaux à quatre piedz, sont de pareille et semblable nature: car elles engédrēt suc gluat, non gros ny espéz: Ce que leur cuisson monstre & descouure: car elle les rend enflez et bousiez, sont néanmoins de bonne digestion. Aussy *des ailes.* sont les ailes des volailles, par mesme raison que le corps des bestes qui font exercice: Au moyen de quoy n'engendrent pas excrementz, ny suerfluitéz et ordures, côme font celles qui vivent en oyfueté.

La

La peau de pourceau bien cuite, ^{De la peau} de porceau
ores que soit gluante & grosse, tou-
tefois n'est pas de trop grosse substâ-
ce, ne aussi de telle, ains beaucoup pi-
re que les extremités, engédrant en
nous fort grandes superflitez & or-
dures.

La ceruelle partie de l'animal, est ^{De la cer-}
aussi de grosse & espesse substance,
& la moile de l'eschine avec.

Mais les Glandes tiennent en ce ^{Des glandes}
quelque mediocrité, cōme aussi les ^{testicules} *les*.
Testicules des ieunes bestes sacrifiées
aux Dieux. Pline dit que les Cochons
n'estoient purs & netz pour estre sacrificiez
aux Dieux, iusques au cinquiesme iour de
leur naissance: Les aigneaulx au huities-
me: les Toreaux au trentiesme, qu'est vn
temps auquel ces bestes n'ont encores esté
en chaleur, & par ce leurs testicules sont
encores bons. Car il cōouient faire vn ^{Preceptes}
memoire en general, de toutes les ^{des parties}
parties & membres des animaulx. ^{de tous le}
^{membres} ^{animaulx,}

TRAICTE

Les parties des bestes desia vieilles & aagees sont dures, seiches & mal aisees à digerer: celles des ieunes sont moytes, mollettes, tendres, & par ce aisees à digerer, hormis celles qui ne font que sortir du vêtre de leur mere: car leur chair est par trop baueuse & humide, signammēt celle de ces bestes la, qui sont de nature fort humide, comme sont les aigneaulx, & porceaux: Les cheureaulx, et veaux, par ce qu'ilz sont bestes de complexio & temperature * feiche et melancolique, ont la chair de meilleure digestion & nourriture, * elles estant ieunes , car lors leur chair n'est encores feiche, ny melancolique.

De la lan- Or tout ainsi que les Testicules, & Glandes sont semblables en tem-
gue. perature , ainsi mesme est la Lague, qui est de sa nature rare & glandu-
leuse.

Les

DES VIANDES. 25

Les Glandes qui sont aux māmel-*Des tettins*
les, ayāt en soy du laict, s'appellēt (en
Grec) outhata, (c'est à dire tettins,) &
sont de gros suc & humeur, tou-
tefois ilz nourrissent beaucoup, & fe-
rōt en nous bō sang, si la beste, de la-
quelle on les prēd, est en bō poinct.
Ce que doit estre par tout entendu, *Precepte*
& tenu en memoire: Car c'est vng *apres rept*
precepte general de toutes viandes.

Les medecins tous d'vng accord *Du lait*:
ont escrit que le laict engēdroit bon
suc: Aumoyen de quoymaintz en y
a qui estiment que luy seul peult re-
medier & guarir à ceulx qui ont vlc-
eréz les poulmōs (lesquelz on ap-
pelle Phthisiques) pourueu q l'vlcerē
ne soit pas fort grāde, ny endurcie.
On prefere le laict des fēmes, à tout *Du lait de*
autre pour ces affectiōs phthisiques: *femme*.
à raison de la conuenance & fami-
liarité qu'il a avec nōstre nature, &

D

TRAICTE

Substance: Et principalement Euryphon , & Herodote sur tous les autres medecins tiennēt ledict laict eſtre plus ſain & ſalutaire, ſi ceulx qui font engregés de telle maladie le ſucçēt de la mamelle , meſme cōme vn petit enfant : Par ce qu'il perd ſa bōte quand il decoule & ruiſſe le du tettin(ſi on le tire autrement.) Il eſt dōc tout certain q̄ le laict eſt vne viā de la meilleure, & de meilleur ſuc q̄ les medecins, principalemēt cy deſſus ditz, & autres ont ſceu choiſir.

Aduertisſement & precepte general. Or il eſt beſoing remettre en memoire ce que generalemēt auōs dit, no de ceste viāde feulemēt, mais auſ ſi de toutes autres : A ſcavoir que le laict des animaulx gras & en bon poinct eſt plaiſammēt bon, & de bō ſuc : Celuy qui eſt pris des animaulx fort maigres ne pourroit eſtre que mauuais, tout ainſi que leur ſang.

Car

DES VIANDES] 26

Car n'est possible que le laict face bo
sag s'il est prins d'animat charge de
mauvaises humeurs. Parce le laict
des animas bié dehaitz & dispositz,
est, cōme i'ay dict, de tresbon suc &
nourriture: cōme aussi sont les gla-
des des Tettins, qui ont du laict en
soy, & autres qui n'en ont si on les
prend de bestes faines, & en bon
poinct: Pareillement le foye, & testi-
cules sont de tel suc que leurs bestes.
Car s'ilz font prins de bestes en mau-
vais poinct, ne scauroient engédrer
en nous bon sang: nō plus que prins
des bestes vieilles qui oncques ne
furent de bon suc. Mais toute beste ^{de la}
de laict, tettant de mere ayant bon ^{chair de}
sang, a le foye de bon suc, & ses au-
tres parties aussi.

Cy apres nous dirons quelles hu- ^{Il rep̄te lē}
meurs les autres parties d'animaux ^{propes des}
engendrēt. Il est maintenāt raison ^{viandes grosses}

D ii

TRAICTE

nable de paracheuer le propos entamé des viandes de gros suc & espes. Les quelles, attēdu que biē peu nous en restent, briefuement discourray: Puis apres ayāt deduit & determiné quelles d'entre elles sont bōnes, quelles mauaises, passeray aux autres. Car le proffit & vſage de ce present traicté aspire à lçauoir eslire et choisir les viandes qui font bon sang, en abhorrant et fuyāt celles qui le font mauvais. Veu donc que les viandes de grosse & espesse substance, cōme nous auons proparlé au commencement de ce liure, empeschēt la trāpiration, & rafraichissement de noſtre cqrs, en estoignant les pores & conduicēz d'iceluy, du foye, des reins, ie conseille de ce pas de n'en vſer continuellement: cōbien qu'elles soiēt de bon suc. Mais du tout se faut abstenir de ces viades la qui engen-

gendrent mauuais sang, ores furent
elles subtiles, ou grosses & espessas: ja
çoit qu'il se peut faire, comme nous
auons dit, que ceulx qui sont vehe-
ment exercice, n'ayant les entrailles
mal formées & composees de natu-
re, pourront vser de ces viades gros-
ses & espessas, sans leur en aduenir
mal ny dommage, les autres point.

Les deux especes de Glan, à sca-
uoir celle de chesne, & celle de Pal-
me, (laquelle & son fruit aussi les Grecz appellent Phœnicas) sont de Grec
suc gros & espes.

Entre les frui&tz des chesnes les cha-
taignes sont les plus doulces & plai-
santes à l'homme: lesquelles tāt ceulx
qui sont aux villes qu'ailleurs en A-
sie surnomment Sardianes, & Leu-
cenes, à raison des lieux où elles pro-
uennēt: on scait assez parquoy sont
appelées Sardianes, mais les Leuce-

D iii

TRAICTE

nes ont pris leur nom de ie n'e scay quel lieu de la móaigne de Ide, qui est ainsi nommé en pluralité (comme s'il en y auoit plusieurs) tout ainsi que Thebæ . On menge communément toutes ces especes & gères de glands, tantost crus, tåtost rostis, tåtost bouillis: Voire mais ceulx qui sont longuetz, & semblables aux dàtes, pluſtoſt font paſture & viande de pourceau que d'hôme , * fors que en extreme nécessité, cōme aduient quelques fois au téps de diſette. Les glandz du chesne nommé Ilex (en Prouence Yeufe) font durs,aſtrin- gentz,aspres,& auſteres. A ceste cauſe font mal plaiſantz, voire & les fiton bouillir: par ce font mal aiséz à digerer , & font en nous gros ſuc & eſpes,au moy  de quoy s'en faut abſtenir.* En quelques endroictz d'Espai- gne,et Portugal on m ge de ceux cy,tout ainsi

ainsi que de noz Chastaignes, & les appellent, comme il m'a esté dit, Belotes.

Or il est certain que le suc austere, & le suc acerbe, (ou aspre) sont quelques especes & differences de plus & moins du suc astringant & resfarrant. Car les choses austeres & rudes sont moins astringentes : Les acerbes & aspres, pl^e. Parquoy d'autant que ces glands d'Ilex sont plus aspres & resfarrantz que les autres, d'autant les autres resserrent plus que les Chastaignes, lesquelles peu ou point sont resfarrantes, combien que soient au nombre des viandes grosses & espesses, comme les glands : neantmoins sont de meil, leure & plus aisée digestion, & pas ne sont de suc mauuais ny vitieux, n'aussi resserrent si fort le ventre. Toutesfois se fault garder d'en manger par trop, non seulement

D iiiij

parce qu'elles sont de grosse substance, comme beaucoup d'autres viandes cy dessus mentionnées, mais parce que sont mal aisées à digérer: puis resserrent le ventre & font en nous ventosités.

Des dactes. Les Dactes (autrement surnommées en Grec phœnices, de même que le palme) sont de suc doux, aimable, & resserrant. Quelques nouveaux médecins les ont appellées par nom composé Phœnicobalanos, ce que n'estoit en usage au temps de nos Grecs anciens. Car ilz appelaient ces fruitz icy Phœnicous Balanous (c'est à dire glandz & fruitz de Palme) non pas Phœnicas, ou Phœnicobalanous. Mais ce n'est pas icy que i'ay proposé determiner de la difference des noms & appellations des choses: C'est à faire à gentz qui ont plus grand loysir, & non pas

pas encores à toutz ceulx la, mais si-
gnamment à ceux qui ont estudié,
& aprins le vieil, & disert langage
des Grecz Attiques. Or, combien
que tout homme ayt affaire de san-
té, neantmoins par ce tous ne peu-
uent pas yser de diete, ou à cause de
leur incontinence & vie desreiglée,
ou à cause des occupations, ou bien
n'entendant ce qu'est mestier de fai-
re: Nous auons entreprins ce liure Pour quel-
les grecz ce
liure a été
fait.

cy tant seulemēt pour ceux qui peu-
uent connoistre la maniere & rei-
gle d'entretenir la santé, & qui par
icelle se veulent regir & gouerner.
ayoyon

TRAICTE

dient estre vne espece de noz Myro
balás) qui est dure, seiche, austere &
rude, avec celle qu'on nomme (en
grec) pateton (comme si on disoit ta
pye & foulée) qui est fort doulce, &
quelque peu referrate, luy semblerot
estre de nature diuerse & contraire.

*Adueris-
fement des
viandes
grossieres
& doulces
ensemble.* Il en y a d'autres, qui sont entre
celles cy, ores plus, ores moins a-
grossieres spres, & doulces. Leur suc est
gros & espes, causant facilement
oppilations de foye: Ce qu'est à
noter es viandes grosses, & ensem-
ble doulces, comment leur suc fait
obstruction & oppilatiō de foye, &
rate: Puis, si aux entrailles a quelque
petit commencement d'Inflammation,
elles l'augmentēt & embrasent
dauantaige: apres sont cause d'in-
flammations, vétositez, & duretez,
& Apostumes.

Mais cecy d'auenture est trop for-
uoyer

uoyer de la diete salutaire, qui est v-
ne partie du present liure . Parquoy
retournons à nostre propos, en y ad-
ioustant ces viades-la qui font gros
suc, ou gluant: Aucuns lisent icy (&
doulx) & mesme nostre Grec : mais
ne conuient si bien à ce que s'ensuit
que l'autre desquelles en y a qui tant
seulemēt sont de suc gros & espes, co-
me les lentilles: D'autres de gluat &
tenat, cōme la Maulue: Autres qui tié-
nent des deux , cōme le poisson sans
escaille, & à escaille, que Aristote nō-
me ostracodermata (* comme sont
les huictres.

Nostre plus propre nourriture
est celle qui prouient des viandes
quine sont ny grosses , ny gluantes:
desquelles s'engēdre vn bō sang de
moyenne consistence: Mais le nour-
rissement prouenat des viades sub-
tiles & extenuates est mauvais, dau-
tant

TRAICTE

tant que le corps n'estant gueres su-
stente, ny nourry d'icelles deuient
grefle, & imbecille. Parquoy les
*La marque
des bonnes
viandes.* viandes de moyenne nature en-
tre celles qu'auons dit n'estre par
trop tenantes ny gluantes, sont au
reng des meilleures & plus recom-
mandées pour la santé. Mais ausi,
celles qui se brisent trop ligiere-
ment, n'ayant que bien peu d'humidité & moytissure tenante & natu-
relle, sont dangereuses. Car il est
aduis aux gentz qui mengent du
pain de Panis, ou Mil, auoir en
leur bouche des cendres ou sablon:
A este cause quand on en fait vn
Etnos, ou bien vn Lecythos (qui
sont noms de boullie) il y convient
mesler quelque grefle, ou autre cho-
se gluante. Quand donc les gentz
des champs mengent de ces vian-
des, ilz y mettent de la grefle de pour-
ceau

DES VIANDES. 31

ceau , ou de cheure , ou de l'huyle ,
ou bien quelque lait de Brebis , ou
de Vache.

Ce que nous appellons icy Etnos , *Etnos;* &
se fait de tout legume cassé , & frois
se : desquelz moulus qu'ilz soyent , *Lecythus*
& mis en farine , se fait le Lecythus ,
en cuytant le tout avec eau & quel-
que gresle .

Il y a quelque sorte d'alimentz , les
quelz consideré à par soy auant que
les apprester , comme boullir , rostir ,
fricasser , tremper en eau , apparoi-
stront de soy terrestres & durs : La
ou si sont bouillis , ou mis en infusion
& trempez en eau , deuiendrót mol-
letz & tendres : comme par exem-
ple l'orge , & froument entre les e-
species de bled : Les pignolatz ou
pomme de Pin entre les fructs d'ar-
bres . A cause de quoynous conuiét
estre soigneusement attentifz , non
seu-

TRAICTE

seulement en marches & païs estranges, mais aux nostres mesme, de faire la prouue & experiance auāt que menger de ce que n'aurons acoustumé, le faisant tremper en eau premierement, & plustost que le bouillir ou rostir. Car entre toutes les semences, graines, & fruitz quelconques, ceulx qui s'enflēt & engrosissent delaissâtz leur vieille dureté, & secheresse, deuenantz molz & moites, sont en bôte les plus recommandez: Au contraire ceulx qui retiennent leur dureté acoustumée, & peu ou point engrossisseyt, sont les pires pour estre de difficile digestiō, de terrestre & melancolique substance, ayâts besoing de faculté & force de corps robuste & puissante, qui les cuise & digere dans l'estomach, & les puisse conuertir en bon sang au foye & veines: A quoy les corps imbecilles

les

DES VIANDES! 32

les ne peuuent fournir, qui est cause d'vn tas d'humeurs crues, & d'indigestiōs, dōt plusieurs & diuerses maladies sont causées. Or par ce qu'en chasque espece de fruitz a grand diuersité, ie vous prie y vouloir entendre, & apprendre par vne certaine experiance de quelle nature ilz sont, en les faisant tremper ou perbouillir lors qu'il vous en fauldra manger. Par ce donc mon pere estant fort studieux & curieux de ces choses cy, il experimentoit la bonté des Amendes, des Noix, & Noisettes, des Glands & Chastaignes, semblablement des Febues, Pois, Geffes, Erueilles, Lupins, Ochres, & Doliches (qui sont noz Faseoles, ou ce que en aucuns endroictz de France nōment Pois-ferrez, en quelque partie de Gascoigne les appellent mongetes) quelques

TRAICTE

ques vns disent estre les Erueilles
les faisantz ores tremper en eau,ores
perbouillir pour cognoistre leur
bonté selo qu'ilz se feront enfléz &
remplis.

De l'orge. Quand est de l'orge n'est ia besoing d'en parler:car mesme les enfantz congoissent que cil, qui soudain qu'est mis dans l'eau s'enfle, est le meilleur, cil qui bien peu , en treplant neantmoins long temps, est le pire: Car le premier se fond & attendrit deuenant comme cresme: Le secôd à peine se fond, ains retient sa dureté, rendant bien peu de cresme & suc.

Il y a quelques semences qui peu ou point engrossissent en cuysant:
A ceste cause quelques medecins Grecz du temps passé les ont appellées Ateramina (c'est à dire Estaimmes & difficiles à cuyre.) Mon pere donc

donc faisoit l'experience ainsi que La merque
du bôblede, dit est, voire & du bled, & par la foison aussi, & abondance de farine: par ce que celuy qui en rend le plus, est le meilleur: celuy qui moins le pire.

Pas ne fault estimer que ce que ie dy ores icy, soit hors de propos: Car ce sont de maximes & preceptes generaulx seruantz à tout grains, semences, fruitz qu'on met en reserue pour en vser: lesquelz par longs iours ont esté examinéz, & par longue experience approuuéz & emologuéz par mon pere & moy.

Il appart manifestement que i'entens ces fruitz-la se pouoir conserver, lesquelz auant que se moisir, ou pourrir, se deseichent aisement: Ce que touts ne peuët pas porter, comme les Meures, Pompons, Melons, Presses, Pesches, & feblables, à cause

quelz
fruitz s'ot
de reserue

E

TRAICTE

qu'ilz sont preuenus de pourriture
plustost que deuenir secz & arides.

Aulcuns li sententie (les Ponrōs) no s'entend pas. Cest à dire. Les vintres qui est tres mal uenit à la sentence.
Plusieurs neantmoins tronsent, & coupé les courges en menues pie-

stre grec (taulias) ces, & apres les font seicher : D'autre part les potirons, lesquelz monstreront

grand signal de prauité, & malice

très mal co uenit à la sentence.

s'ilz ne peuuent seicher & fletrir.

Voire mais qu'est il besoin de parler

des prunes, attendu que toutes gétz
secauent que elles se gardent, nō seu-

lement en Damast & Espaigne, mais

aussi en nostre pais? Parquoy bien

peu de fruitz trouuera-on qui ne se

puissé seicher & garder, fors que, co

me dit est, les Pópons, Melós, Abri-

cotz, pesches, & auant pesches, que

les latins ont appellé Præcocia. Les

figues semblablement deseichées font

de durée: Les concobres semblable-

ment se gardent tout ainsi que les

courges. Toutes ces choses icy qui

sont

sont reseruées pour en vser l'hyuer,
doiuent estre examinées de la mes-
me façon que cy dessus auons dit.
Car ces choses la qui dans l'eau
cuytes, ou non cuytes, bien tost s'a-
mollissent & ramoitissent, sont les
plus saines & meilleures de leur sor-
te: Celles la font les pires qui peu-
ou point s'engrossifsent, en trem-
pant neantmoins long temps. Il
faut donc entendre & noter que les
viandes qui deuiénent incontinent
grosses & enflées, sont les plus recô-
mandées en bonté , non seulement
pour la digestion , mais aussi pour
engendrer bon sang: A raison de Le present Traicté est feigne fait
quoy tout ce present Le present Traicté est feigne fait
mis en auant. Car les viandes qui re bo sang.
soudainement s'enflent & engros-
sifsent, sont naturellement fort bon-
nes: Par ce qu'elles se digerét mieux,
& engendrent meilleur sang.

E ii

TRAICTE

Car nulle viande fait meilleur sang que celle qui est bien cuite & digérée en l'estomach: à raison que telle viande est parapres mieux digérée à la seconde, & tierce digestion. Or vous scauez que la seconde digestio se fait au foye & veines: la tierce en chasque partie nourrie & alimétee, à cause de laquelle auos besoing des deux premières. Car toutes choses viuâtes sont nourries & entretenues d'vn aliment changé en qualité, & fait semblable à la nature & substance des choses nourries: Or les viandes qui sont préparées & cuites, se changent plus aisement en sang & substâce, que celles qui sont crues & non apprestées. Car les concoctions & digestions s'entrefuyuent, & l'yne succede à l'autre: Celle du foye succede à celle qui se fait en l'estomach: Et celle des parties qui se nour-

Trois digestions.

Comment on est nourry.

DES VIANDES. 35

nourrissent, succede à celle du foye.
Parquoy donc le foye cuyt & ap-
preste les viades pour toutes les par-
ties du corps : l'estomach pour le
foye : la bouche pour l'estomach:
pour la bouche tåost le boullir, tan
tost le rostir, ou frir, ou seulement
tréper: Et nature maistresse & nour-
rissiere de toutes ces choses-la , pro-
duit plantes pour nous apporter
fructz: De sorte qu'elle nous donne
mantes choses qui n'ont affaire d'e-
stre ny bouillies, ny rosties, ny trem-
pées, ny autremēt préparées. Il nous
faut donc souuenir de ces preceptes
cy en general: Car ilz sont commūs
à toutes choses bonnes à menger.

Ores nous viendrons toucher les
choses particulières qu'auōs omises
& delaissées , comme sont entre les
parties des animaulx, les intestins, le
ventre , la marris , les oreilles , les

E iii

yeulx, les queuës: Puis maintes semences, maintes herbes qu'on mange volontiers, maintz fruitz qui tantost passent.

Du Gisier, matrice et intestins. Le ventre donc & Gisier, la matrice, les intestins sont de substâce plus dure que la chair: Et tant plus qu'ilz sont de dure substance & seiche, d'autant sont ilz de difficile & mal aisée digestion: & de plus mauvais suc & moindre nourriture que la chair.

Des queuës & colz. Les queuës surpassent les autres parties en dureté: au reste quant à la digestio, & nourrissement, elles sont proportionées & mesurées à leur dureté, fors que n'ont si grand' quantité de superfluités que les autres membres, à raison de leur mouvement.

Les cols des volailles font pareilz & semblables au queuës.

Du ventre des Animaux. Le ventre des animaux à quatre pieds,

DES VIANDES: 36

pieds, & le Gisier des volailles sont fort differentz: Car le ventre des animaulx est gros, dur, & malaisé à digerer: les Gisiens moyennat qu'ilz soient bien cuitz & digerez, sont de grād nourrissement, principalement ceux de pouaille & d'oye: mais le *De l'Oye.*
demeurāt de l'oye, fors que les ailes, est dur, de mal aysee digestio, & chargé de superfluites & ordures.

Les parties & membres des Au-
De l'Au-
struches sont dures & massives, char-
gées de superfluites & mallement
difficilles à digerer.

La membrane & cartilage des O-
des Oreil-
reilles peu ou point nourrit pour et-
stre vn corps sec: leur peau exterieu-
re est maigre, extenuée, seiche, peu
nourrissante, & mal aysee à di-
gerer.

Peu de gentz y a qui mangent les *Des yeux.*
yeux, par ce qu'ilz sont de plusieurs

E iii

TRAICTE

& diuerses substâces: Car leur tunique & mèbrane est d'vne substance, leurs muscles & chair est d'vne autre, d'vne autre leurs humeurs nommées Crystalloides , & hyaloïdes (par ce que ressemblent au crystal & voirre fondu :) D'entre toutes ces parties n'en y a que les muscles & chair qui soyent de bonne digestion.

Des pourceaux. Les pourceaux de moyen aage
Aucuns en- sont estiméz plus que pas vn des ani
tendent ce maulx qui ont propre & conuenante nature pour engendrer bon sang;
Car ceulx qui desia ont attaint le pl^e haut de leur aage, sont propres pour gentz d'aage fleurissant , & faisantz exercice; Ceulx qui encores croissé, sont nourriture propre & conuenante pour gens d'aage declinant.

Pline dit que les Pourceaux viennent quinze, ou vingt ans: aulcuns cuydent que leur moyen

DES VIANDES. 27

moyen aage & meilleur pour les manger,
est lors qu'ilz ont vn an. La chair des ^{des co} cochons fort ieunès & petitz est plei
ne d'exrementz & superflitez
(celle des vieux pourceaux est mau
uaise, à cause de sa dureté & siccité.)

La chair de porc donc est recommandé en bonté, plus que celle des au- ^{Quelles} ^{chairs sont} ^{les meilleures} ^{prisées} ^{des Ani-}
tres animaulx à quatre piedz: Secon
dement celle de cheureaux : puis a-
pres celle des veaux.

La chair d'Aigneau est moite,
gluante, & baueuse : ie conseille de
ce pas à toutz & chascun qui aura
soing d'auoir bo sang, & entretenir
son corps en bo poinct, s'abstenir &
garder de la chair de tous autres a-
nimaulx à quatre piedz: La dif-
ference & diuersité desquelz se-
lon leur espeçes, a esté dicté au tiers
liure de la faculté des alimentz.

L'orgemonde

TRAICTE

De l'orge mondé. L'orgemondé deüement cuit, est vne viande pour faire bon sang des plus recommandées qui se facent point de grain quelconque , pose que l'orge soit tresbon : Car s'il n'est tel, onques ne pourra bien cuire , & trempant en eau, peu ou point s'enflera , ny fendra en crefme: Mais de l'orgemondé nous en auons plus amplement & assés de foys parlé aux liures de la vertu & faculté des alimentz, en la methode de guairir, & aux commentaires sur le liure de Hippocrates de la reigle de viure en maladies agues. Il suffira ores pour la matière presente en faire ce brief discours: à sçauoir que l'orgemon-dé bien appareillé , & assaisonné est vne viande sans nuylance , ny reproche , tant pour engendrer bon sang , que pour entretenir la santé: neantmoins il est de moindre nour

ri-

riture que le bon pain, duquel auos
parlé au premier liure des facultez
des alimentz.

Le Senegré ne fait pas bon sang ^{Du Sene-}
si on en prent largement, Mais si
fait bien l'orgemondé: & combien
qu'on s'en saoule touts les iours, par-
ce neantmoins on ne nuyt à son bó
sang, ny à l'en bon poinct. I'en di-
roye autat des febues si elles ne fai- ^{Des feb-}
soint ventz: Car pas ne sont de mau-
vais suc, & ne causent oppilations,
qui est l'enclauze & principal poinct
qu'il faille noter en matiere de vian-
des faines: Dauantage elles sont de
faculté & vertu abstensive & net-
toyante, voire & autant que l'orge.

Les pois ont cela de bon qu'ilz ^{Des pois}
n'engendrent pas ventositez, mais
peu ou poinct nettoient au regard
des febues.

Tous

TRAICTE

De la Lentille Touchant la Lentille tout chacun sait qu'elle est de mauvais suc, & melancolique: de laquelle Lentille nous vsions maintesfois en plusieurs maladies comme de medicament: mais ce n'est pas icy qu'il fault parler des medicamentz.

Les Erueilles ou Faseoles sont pires que ce qu'auons cy dessus dit, neantmoins sont meilleures que les Geffes.

De l'Orge & bled baſard. Apres l'orge il fault réger en bôte le bled bastard (qu'aulcuns disent eſtre l'Espeure, ou ce qu'en quelque partie de Gascoigne nômêt Sarde)

Du Panis & Millet. puis le Segle: Mais se fault du tout abstenir du Panis, qu'aucuns des Grecz anciens ont surnommé Meline (en quelques endroictz de Gascoigne l'appellent Mosene).

Le millet est semblable au Panis, toutesfois n'est si dangereux.

Les

Les pois ciches (en Gascoigne nô-
miez cezes becuz) sont moult nourris
santz, mais engendrét mauuais sang
& ventositéz, de mesme que les Feb-
ues: puis attisent le brasier de Venus,
en acroissant la semence.

Les Lupins sont de fort grosse sub-
stance, par ce est il manifeste qu'ilz
nourrissent abôdamment, tout ainsi
q̄ les viâdes grosses peu ou point ca-
cochymes ny de mauuais suc. N'est
ia besoing d'amener le reste des legu-
mes en ce propos des viâdes qui en-
gendrent bon sang, attendu qu'on
n'en vse si ce n'est en disette, & cas
forcé: Et ce sera assez parlé des legu-
mes. Il fault de ce pas mettre en a-
uant les fruitz.

Or donc toutz fruitz d'arbres, ou
biē peu s'en fault, engédrét mauuais
sang, fors que les Chastaignes: Les-
quelles bien digerées en l'estomach
font

TRAICTE

sont de grosse & espesse nourriture,
non pas de mauvais suc. Mais ces
frui&tz la qui ne sot de referue, entre
toutz les autres sont de mauvais &
vitieux suc: Et si d'aueture se corrô-
pent en l'estomach, degeneré pres-
que en venim mortel, comme les
Meures: Lesquelles cõbien que soiét
plus bonnes & attrempées que les
pesches, & prunes: neantmoins leur
corruption est autant dangereuse
que de celles cy.

*Des figues
& Raisins.* Les figues & raisins sont beau-
coup pl^e recómádez en bóté que les
frui&tz cy dessus mentiones: nō ob-
stant qu'ilz soient racomptez entre
les frui&tz de petite dureé, qui se cuil-
lent en ce temps la que les Grecz
Oporan. nomment proprement Oporan (en
France n'ayantz propre terme, cõ-
me les Grecz, dirons que c'est tout
le temps des iours caniculaires, &
plus,

plus, cōme depuis enuiron la Mada-
leine, iusques au commencement de
Septembre, peu s'en fault:) En oul-
tre, il y a grand' difference entre les
fruiētz entierement meurs, & non
meurs: Car les figues meures poinēt
ou peu sont nuyſantes: Puis les Rai-
fins bien meurs, lesquelz, moyen-
nant qu'ilz demeurent pendus quel-
ques iours, delaiffent toutes infla-
tions & ventositez, deuenātz bons
en perfection.

S'il y a quelqu'vn qui die les figues *des figues*
ſeiches eſtre de bon & mauuais ſuc
en ſemble, on cuidera qu'il aduiéne
choſes contraires & incompatibleſ.
Toutesfois il eſt certain qu'elles
ſont ſalubres, & iſſalubres: Car
ſi trespassent le ventre, & l'aliment
d'elles eſt digeré, & diſtribué au
ſoye. l'ay mis icy foye, au lieu
de (Reins) & corps au lieu de (Peau)
fuiuant

TRAICTE

suiuât le sens plustost que les parolles
& à tout le corps elles sont salubres,
& de bon suc: Mais si elles s'arrestent
& accrochét ausdictes parties, veri-
tablement elles font vn tresuitieux
sang & depraué, engendrâtz grand'
quantité de poulx. Les figues men-
gées avec les noix, est vne viâde d'in-
finge bonté, & prinses aussi avec les
amendes pour destouper & ouurir
les oppilatiōs: nō toutesfois qu'ainsi
soit de si bon suc & salubre qu'avec
les noix : avec lesquelles sont plus

Contrepoison & preseruatif de la peste, & tout autre venim.

profitables à tout faire. Il y a quelques vns escriuantz, de la composition des remedes contre les venims & peste, qui ont laissé par escript que les figues seiches prinses avec la Rue & Noix, est vn souuerain & singulier preseruatif & remedē contre toute poison, venim, & contagion pestilente. Pline raconte en son

xxiiij.

DES VIANDES. 41

*xxij. liure de l'histoire naturelle, chap.
vij. qu'apres que Pompeie eut vaincu le
Roy Mithridates, il trouua en son plus
principal Cabinet vne composition d'An-
tidote & Cōtrepoison escripte de sa main
propre, qui estoit de deux noix, deux fi-
gues seiches, vingt fueilles de Rue, le tout
pile ensemble avec vn grain de sel: Qui
prendra cecy en ieun, disoit il, nul venim
luy pourra nytre de tout ce iour la.*

Le reste des fruietz d'arbres est de-
suc vitié, notammēt les fruietz d'ar-
bres & fruitiers sauuages, desquelz
auons amplement parlé au second
liure de la vertu des alimentz.

Touchāt les pomes, granades, poi-
res, neffles, nous en vsons non cōme *Des Po-
mes, Grandes, poires,
& neffles.*
d'alimēt, mais cōme de medicamēt,
pour corroborer & radouber l'ori-
fice de l'estomach, & le vêtre debile.

Les Concombres, Pompons, *Des Cōcō-
bres, Pom-*
Melons, sont en la ligue des fruietz *pōs et me-
lons.*

F

TRAICTE

qui engendrēt sang vitié & corrompu : Que s'ilz n'oultrepassent bien tost, ilz se corrompent au ventre, & degenerēt en humeur approchāt de venim mortel. (¹ Vous cognoistrez les Melons entre les Pompons à ce qu'ilz sont plus ronds que les Pompons.)

De la cour ge. La seule courge entre les fruitz cy dessus nōmez est sas nul dōmage ny encōbre, néāmoins si se corrōpt en l'estomac, engēdre tresmauuais suc.

Des Meurets. Les meures pareillement peu ou point sont nuyfâtes, si on n'en prend trop, & que la digestiō d'elles deuāce leur corruption. Et voila ce que failloit scauoir, & faisoit à cōpter en commun de tous les fruitages qu'on ne peult mettre en reserue: Lesquelz les Grecz nommēt Horæi. Par ce que la saison de telz fruitz s'appelle Hora en langue Greque, qui dure enuiron quarante iours, selon Galen, au mylieu desquelz

DES VIANDES! 42

quelz les iours caniculaires comencet, que
peult estre en ces païs cy depuis le comencement
mēt de Iuillet iusques enuero la my Aust:
Car en ce temps la les fruitz ou finisent, ou
comencet, ou sont en leur meilleure saison.

Or des herbes, qu'on mange comument,
n'en y a pas vne qui soit de
bon suc. La laitue tiēt le mylieu entre
le bon & mauuais suc: Puis la Maul-
ue : Puis l'Arroche , le Poutpied,
Blete, Parelle & Oseille.

Les herbes sauvages qu'on mange
volūtiers sont outrageusement mau-
uaises, & de mauuais suc, come la lai-
tue sauvage , la Condrille (qui sont
espesses de Cicorée) Scadix (sembla-
ble à Pastenague sauvage) Gingi-
dion (qu'aucuns disent estre nostre
Cerfueil) Endiuie, Cicorée.

Les racines des herbes qu'on mege
sont de mauuais suc, signāment cel-
les qui sont acres, fortes & picantes,

F ii

TRAICTE

comme sont celles d'Oignons, Pourreaux, Aulx, Raifortz, Pastenagues sauuages. Les racines du Pied de veau, des gros naudeaux (qui sont les Rabioles de Limosin) des Carottes tiennent le reng du mylieu entre les viédes de bœuf & mauvais suc. Toutesfois le Pied de veau de ce païs, est si tresfort ardent, & picant la langue, qu'on n'en scauroit menger, voire ny gouster sans grāde nuyfance.

De oyseaux, et poisssons. Or les oyseaux, & presque tous les poisssons sont de bon suc, fors que ceulx qui viennent des Maresquages, Lacz, Estangz, Riuieres limoneuses, & troubles. Car ilz vident d'air infecté & corrompu: Puis ne nagent gueres, & se nourrissent de pasture, & viande peu salubre: Notamment quād l'eau de la Riuiere, ou ilz font, decourt ioignant quelque grand' ville, nettoyant les retraitz,

Bains,

Bains, Cuysines : Et en laquelle on laue vestemétz & autres choses ordes. Au moyen de quoy la chair de telz animaux viuátz en semblables eaux, est mallement d'agereuse. Mef-memé s'ils versé & hâté tousiours en telles eaux sans en bouger, ny châger de fois à autre. Voire mais ceulx qui ont demeuré en telles eaux, & apres s'en viennent estre en meilleures, encores sont ilz pires que ceulx la qui ont vescu en pleine & pure mer. Car peu s'en fault que tous ces poissonts qui nagent en la mer pure, non meslée d'eau doulce, ne soient entièrement bons, & pas nuyantz, comme sont ceulx qu'on nomme Marée & Petrins (parce qu'ilz viuent parmy les pierres, & pres des rochers de la mer) à raison qu'ilz engédré bō sang, & sont plaisantz & amyables au gouft sur tous les au-

E iii

tres: En sorte qu'il n'est point dange
reux d'ysier de telz poisssons . Mais
si quelqu'yn de ces animaulx han-
te plustost l'eau doulce, plustost l'eau
salée & marine , comme font les
Muletz, Loups, Gouions, Murenes,
Cancres, Anguilles, plustost & pre-
mierement il conuient sçauoir ou
ilz ont esté pris : Puis lessentir , &
gouster: Puis en iuger. Car ceulx
qui ont vescu en eau corrompue, se-
ront baueux & limoneux , & pas
de bonne senteur , ny de bon goust,
ores quilz soient plus gras que les
autres qui sont pris en bonne eau,
& qui à l'instant se corrompent , Au
contraire les poisssons qui viuent en
pure & haulte mer , sont de soufue
odeur, de bon & plaisant goust,
peu ou point gras, se cōseruantz par
longs iours sans corruption : Mes-
mement si on met de la nege tout à
l'entour

DES VIANDES: 44

l'entour d'eux. Cár en ceste maniere
ceulx qui sont de dure chair, deuié-
nement meilleurs & plus tendres, pa-
reilz aux Pettins & Merlus: A rai-
son que ceulx la de dure chair ont
acquis artificiellemēt de la nege, ce q
ceulx cy ont de nature. Parquoy les
Muletz qui vivent en pure & haulte
mer, ont la chair tout autre & diuer-
se à ceulx qui sot d'eau vitiée & cor-
rompue: De mesme se fait aux Go-
uios, & loups. Et encores sevoit il pl^e
euidement en autres qu'en ceulx cy.

La Murene se red pareillement mau-
uaise en semblables eaux mauaises.

L'anguille laçoit que vienne de
bonne & nette eau, neantmoins ia-
mais n'engendre bon sang: Tant s'en
fault qu'elle puisse estre bonne, estat
prise en eau qui est esgoust de quel-
que ville, receuant ses ordures, voi-
ties & immo^{de}dicites (cōme dit est).

F iiiij

TRAICTE

D'auantaige les poisssons se font
meilleurs ou pires, selon la pasture &
nourrissement des lieux ou ilz vi-
uent : Ce qu'on congnoistra facile-
ment à l'odeur, & goust d'eux, con-
me des Barbeaux (autrement appel-
lez Trigues, qui sont, selon aucuns,
noz Rogetz barbetz:) Car ceulx aus
quelz les poisssons ditz en Grec Car-
cinada (qui sont noz petitz cancrels
selon aucuns) sont pasture, ont pire
chair que les autres, desquelz la chair
& substance non seulement est plus
dure que celle des poisssons Petrins,
& Merlus : Mais aussi que des Mu-
letz, Loups, & autre poisson Marin:
A cause de quoy sont malaisez à di-
gerer & de grossiere nourriture, né-
pas de mauvais sang. Mais nous ay-
ons parlé plus amplement de toute
sorte de viandes es trois commen-
taires qu'auos nommé De la faculté
des

DES VIANDES. 45

des alimentz : Et n'est pas mestier que celuy qui est studieux des vian-
des faines & salubres, moins prise &
neglige la lecture d'eux , ny du tout
aussi le Traicté qu'ay fait pour l'en-
tretienemēt de santé: Duquel ce liure
la des facultez alimentales est yne
partie: Dauantage nous auons cōpo-
sé vn liure De la diette attenuante &
amaig rissante , contraire à celle qui
engroſſit & espessit , qui est trespro-
fitable à tous amateurs de santé.

Or ie vueil sur toutes choses que
vous soyez records en tous ces Trai-
ctez la, que nul n'aura entierement
congnoissance, ny des remedes , ny
de la diete salubre ,entendant viue-
ment la vertu & efficace des matie-
res Medicinalles & Alimentales , si
pareillement ne ſçayt & entend la
nature des corps , pour lesquelz ces
choſes cy, tant alimentz que medi-
camēntz,

TRAICTE

camétz, sot amenées, & souhaitées.
Car il y a aucuns corps qui sont mas-
sifz, fermes, & solides, ne laissantz
aisement entrer & sortir l'air : D'aut-
res qui sont laches & ouuertz, aisés
à se resouldre & euacuer : Il est mani-
feste que les premiers ont affaire de
viande fort humide & moite : Les
seconds de bié seiche: d'avantage les
vns requierent viande fort gluante,
les autres bien deliée & lubtile:
Les vns en grand' quantité, les au-
tres en moindre.

*Maniere
de viure
pour tou-
tes comple-
xions.*
Pareillement quiconque a le sang
fort melancolique, il luy convient
vfer de viandes humides, & chau-
des : Qui colere, de froides, & hu-
mides: Qui Phlumatique, de chau-
des & seiches. Mais quiconque aura
beaucoup de sang bō & tempéré, il
aura assez de bien peu de viâde, qui
n'excede en aucune qualité, ains soit
saincte
attrém-

attrépée & de moyéne vertu: si que n'apparoisse euidement eschaufier ny refroidir, deseicher ny ramoittir: Séblablement que tienne le reng du mylieu entre les viandes grossieres & subtiles, gluantes & leurs contraires, qui sont friables & tendres.

Friable se dit des choses dures & grādemēt seiches: Tēdre, des molles & tenētes le mylieu des choses maites & seiches: Les deux, tant les choses friables que tendres, fault qu'ayent cela en commun, c'est que ne soyent aucunement gluantes, ny tenantes. Il est donc expedient que ce luy qui bien & deuément vouldra viser des aliments, scache en premier lieu la difference de la peau des hōmes lasche, & serrée: Puis le temperament & complexion de tout le corps: En apres si toutes les parties principales du corps retiennent leur temperature & complexion.

Car

Car la teste est quelque foys plus chaude qu'il n'apartient , quelque foys l'estomach plus froid , quelque fois au contraire,l'estomach chaud , & la teste froide: & semblablement des autres parties du corps . Mais de tout cecy auons ailleurs suffisamment parlé , & en la Methode de guarir les maladies , & d'entretenir la santé.

Aduertissement très profitable. Or le premier & principal respit & cōfideration des viandes,est que elles soient bien cuites & digerées: Le second que le suc d'icelles bien digérées,distribué & departy par tout le corps , soit propre & proffitable aux parties sustenties & nourries. Donc pour bien vser des alimentz il conuient nécessairement cōgnoistre & sçauoir ce qu'auons escript au Traicté des temperatures & complexions: Enquoy attendu que y e-

Riez assez heureusement versé, ie y adiousteray en oultre ce que appartient scauoir du bon & mauuais suc, com mençant aux vins.

ADVERTISSEMENT SVR
le Traicté des vins.

EN ce Traicté cy i ay laissé tout de gré les noms des vins, tant Grecz que Latins, desquelz Galen vse, comme le vin Thereum, Sybellités, Cilicum, Carynum, Therinum, Faustinum, Hippodamantium, Ariusium, Bithynum, Amineum, Cecubum, Gauranum, Albanum, Tibinum, Arsyium, Titacazeum, & semblables : parce qu'apresent tous ces noms propres sont du tout chagés ou perdus, ainsi qu'il m'a esté dit par gentz mesme de Grece & Italie : Et ores feussent ilz retenus, neantmoins ne nous seruirroient de rien en ce païs icy, ou les vins sont pareillement de diuers noms, selon la diuersité

TRAICTE

diuersité des Regions, Contrées, Villes,
Lieux ou ilz se leuent. Laquelle diuersité
l'eusse peu icy amener tout ainsi q' Galen:
Mais voyant que c'est vne chose plus
prolixie que proffitable, n'en ay tenu com-
pte: Parce aussi qu'vng chacun ayant leu-
ce petit Traicté, pourra aisement con-
gnoistre la vertu force & efficace du vin
qui s'offrira à boire, selon sa consisten-
ce, sauour, odeur & couleur. Car tous
ces noms-la ne sont amenez par Galen
que pour monstrez & scanoir la vertu &
effort du vin ainsi, ou ainsi nommés. Les
vins de quelques endroitz d'Espaigne,
Italie, Prouence, Gascoigne, Navarre, (à
fin que ie die cecy en passant) peuvent ap-
rocher à la bonté & nature de ceulx de
Grece, Asie la mineur, ou Galen escri-
uoit cecy. Par ce que la Grece est en sem-
blable eleuation de Pole, que quelques en-
droitz de ces Regions cy, en sorte qu'el-
les sont presque aussi bien meridionales

vnes

les vnes que les autres , en quelques endroitz. Or Ptolomée dit en sa Geographie, que les lieux & païs semblables de nature, portent & produisent choses semblables : Parquoy les vins de telz païs semblables en la dite eleuatiō de Pole, se peuuent aucunement & beaucoup ressembler en bonté, & force, posé qu'ilz soient faictz tous de mesme sorte & façon. Il est vray que la Grece est beaucoup plus Orientale que ces païs cy nommez : ce que peult beaucoup changer la bōte des vinst. Loint que chasque terre & païs à sa propre & peculiaire nature , pour produire cecy ou cela.

Or donc entre tous les vins ceulx *des vins.* qui de leur estre sont aqueux & subtilz , incitantz & prouocnatz à vriner , sont de trespetite nourriture; Les gros & espés , de fort grande: Lesquelz toutesfois sont entre eux differētz de plus & de moins , à mesure

TRAICTÉ

sure de leur espesseeur. Il n'y a nul vin gros, espés, & doulx ensemble, qu'il ne soit vermeil : Car si on cuit quelque vin blâc pendât qu'il est moust, & en fait ce que les Grecz appellent Sireû, et Epsema (c'est à dire vin sec et cuit) il deuiédra vermeil: Parce que nul vin blâc n'est doulx, néatmoins il en y a qui sont rudes, austeres, & grossiers: D'autres aqueux, legiers, & subtilz. *Nous en auons plusieurs en ce païs, ce que nous doit faire penser que la maniere de les faire du têps de Galé n'estoit telle qu'à present, qui a esté trouuée par diligête queste & inquisition des choses friades: Car en Grece mesmes en ont maintenant de doulx, qui est blanc, ainsi qu'il m'a esté dit d'vn Grec. Ou bien dirons que Galen prent icy (doulx) pour (extremement doulx:) & ainsi sera vray que nul vin blanc, si est fort blanc, n'est extremement doulx.

Entre

DES VINS.

49

Entre les vins clairétz & paillétz des vins clairetz & paillerz ou faunes. il en y a de moyennement doulx, d'autres qui nullement en sont: Les vins vermeilz sot plus grossiers que ceulx la:de mesme qu'entre les vermeilz ceulx qui approchent plus du noir en couleur, lesquelz nourris- sent à mesure de leur espeſſeur. Au moyen dequoy il conuient induire à boire du vin doulx, à ceulx qui ont mestier d'estre refaitz & nourris: Mesmement s'ilz ont leur Foye, Rate, & Rains sains & entiers.

Les vins qui de leur estre sont subtilz & deliez , duysent à ceulx qui ont amassé es veines yn tas d'hu- meurs grosses & melancoliques : les forts, & vieilz , à ceulx qui froides: nul de ceulx cy conuient aux autres humeurs chauldes du corps.

Les meilleurs vins qui soiet point pour engendrer bon fang, sot ceulx

G

TRAICTE

qui ont odeur souave, & fumeuse,
mais ilz entestent. Les meilleurs, &
plus cōmodes pour faire vrinier sont
les subtilz et legiers, qui nullement
entestent. Il se fault abstenir des gros
fiers ensemble puantz, austeres &
rudes.

Le vin nommé Phalerne (¹ qui estoit doulx et de couleur fauve) est le meilleur entre les recommandez, sif gnamment cil qui est le plus doulx. D'yn mesme genre & semblable à cest icy, est le vin Tmolites, (² ainsi nommé de la Montaigne Tmolus, où il se cueilloit) qui est clairet, & doulx: duquel il y a encores vnc autre espece, qui est rude, & ne fait pas si bon sang que cestuy la: Comme aussi ne font nulles choses pareillement austeres, et rudes: Lesquelles neantmoins corroborent & raboutent l'estomach & ventre, eulx estantz infirmes et debiles: notam-

ment

DES VINS. 50

ment lors qu'ilz sont attainctz et es
prins de chaulde intemperance, et al-
teration. Cat à ces fins, & pour ar- *Les vins*
rester le flux de ventre nous vsions *verds et rudes*
de vins verds & rudes, autrement *des à quoij seruent.*
point: Par ce qu'ilz ne sont nulle-
ment proffitables, ny pour la distri-
bution des viades, ny pour faire bon
sang, ny pour engendrer bonnes hu-
meurs, ny pour aisement faire vri-
ner, ny pour suer, & faire vuyder le
ventre.

Mais ores ie ne pretés pas blaspon-
ner les vins, ny racompter leurs bon-
tez, ou vices, mesmemēt en ce qu'ils
sont proffitables aux maladies. Or
donc reprenant de rechef mon pre-
mier propos, ie le reduiray en brefz
chapitres. Le vin clairēt ou pail-
let doulx, de souefue odeur & fu-
meux, n'est nullement proffitable
ny conuenant à gentz qui sont eo-

G ii

TRAICTE

leres de complexion naturelle, ou autrement acquise. Car toutes ces sortes de vins sont chauldes & ardentes, nuyantes non seulement aux coleres, mais aussi à ceulx qui sont batus du soleil, & ont enduré grand trauail & fatigue, grād faim, tristesse & angoisse, ou sōt en temps, region, ou saison chaulde : Mais ilz sont duisantz & propres pour ceulx qui ont mestier d'estre rechauffez, comme pour natures froides & flumatiques, pour ceulx qui ont amas se vn tas d'humeurs crues & indigestes, pour gentz qui viuent oysiuelement & sans soucy : puis ilz sont profitables en region froide, en hyuer, en saison & constitution froide, & humide. Car tel vin fort clair, & doulx, est bon pour tous ceulx cy, & en telles saisons : le contraire de cest icy, (* qui est blanc, verd, & deli-

delicat) duira aux gentz qui viuent de facon contraire. le ne dy pas que tel vin claret, doulx et souef en oeur, engédre mauuaises humeurs: (* pour estre contraire aux gentz coleres & autres semblables) ains à raison qu'il eschauffe ceulx qu'on deuroit refroidir. Au moyen dequoy ceulx qui en boiuent (^ estatz de telle complexion chaulde) tumbent aisement en fiebure, douleur de teste, douleur de nerfz.

Les vins fort clairetz et pailletz, qui sot plaisamment et moyénemēt doulx, (car nul vin fort claret et paillet est entierement doulx, mais decliné quelque peu vers le doulx et vermeil,) ne sont pas si tresfort chauldz que les fort clairetz, (^ sas doulceur;) Et par ce ne sont si domageables à la teste et nerfz, n'aussi causent la fiebure, comme les autres fort clairs, & point doulx,

G iii

TRAICTE

Vn chascu fçait que les vins doulx & gros laschent le ventre de mesme que le mouſt, lequel engendre ventositez, est de mal aifee digestion, & grossier. Vne ſeule bonté a il en luy, c'eft que fait vuider le ventre : en quoy ſ'il eſt fruſtré, il endomage outrageuſement.

Le commun de touts les vins en general (de ceulx mesmement qui ne ſont fort grossiers ny beaucoup doulx) eſt qu'apres qu'ilz ont eſte gardez longue eſpace de temps, devienent de couleur fauve, luyſantz & resplendissantz comme le feu : voire & les vins noirs par ſucceſſion de temps changēt aussi leur qualité, & couleur, premierement en vermeille & clairette, puis en fauve & jaune. D'autant on ne cuidera pas fort facilement congoſtre de quelle qualité le vin blanc vieil &

DES VINS. T 52

à nuerteré peult estre: Car desia il tire
sur l'amer, & parce est il inepte à boi-
re. Mais les tauerniers le meslét avec
le nouueau, & vendent pour vin
vieil, deceuantz avec l'amertume
les acheteurs, qui ne sont guieres bōs
tastevins.

Il se fault donc garder de boire des
vins vieilz, tout ainsi que des fort
recentz & nouueaux: d'autant que
les vieilz eschauffent desmesuré-
ment, les nouueaux nullement, tan-
dis qu'ilz sont nouueaux. Car tant ^{Dōmages}
<sub>du vin nou-
veau.</sub>
s'en fault qu'ilz reschauffent & ay-
dent à la digestion, que eulx mes-
mes, d'eux mesmes à peine se peu-
vent digerer. D'avantage ilz n'oul-
trepassent aisement le ventre, & in-
testins, ny se distribuent ny departent
legierement par tout le corps, ny
prouoquent à vriner, ny aydent à
faire le sang, ny à la nourriture: Et

G iiiij

TRAICTE

par fois s'arrestent suspens, flottans,
& nageantz en l'estomach, comme
l'eau , de sorte que si quelqu'vn en
prét oultre mesure, à l'instant se en-
aigrissent en l'estomach.

Entre les vins nouveaux on peult
boire sans nyfâce ny peril de ceulx
la qui sont legiers & de subtiles par-
ties : Lesquelz aisement vous co-
gnoistrez, premierement & princi-
palement s'ilz approchent à l'eau en
subtilité & clarté: puis en blâcheur;
voire & au gouft paroîtront estre
aqueux, n'ayant en eux nulle vehe-
mente restriction , ny verdeur , &
si les voulez tremper , ne pourront
endurer beaucoup d'eau. Au moy-
en de quoy les medecins anciens les
ont appellez, en Grec, Oligophora
(c'est à dire , de petite portée) : Et
tout ainsi que les vins bien clairétz
chauldz de nature, causent douleur de
teste

teste biē tost apres qu'on les a beuz,
ainsi ceulx cy avec ce qu'ilz ne nuy-
sent point à la teste, ançoyss souuëtes
foys luy appaisent & ostant ses dou-
leurs legieres, moyennées des hu-
meurs qui sont coustumieres se engé-
drer en l'estomach: Car la teste n'en-
dure pas, ny est engregée seulement
de ses propres passions & maladies,
mais aussi d'vn rensement des
maquaises humeurs du vêtre, qui luy
lacent vapeurs & fumées. Telle dou-
leur de teste est appassee, & tollue en
beuant de ces petitz vins delicatz,
ayantz peu de restriction & ver-
deur: Car les vins qui ont leur for-
ce totalement desliée, rompue &
deflorée, de ce qu'ilz sont pires que
les peu referrantz, d'autat sont meil-
leurs que l'eau.

On voit aussi parfois la teste faire Douleur
mal d'auoir beu de l'eau, notammët de teste est
quelque-
fi

TRAICTE

si elle est vitiée: D'autant qu'elle se
foys cauée de boire de l'eau et trop ieu-
vient à corrompre, puis rompt & a-
neantit la vigueur & force de l'esto-
mach: Lequel estant ainsi affoibly
reçoit les mauuaises humeurs cole-
riques, qui decoulent & deriuent de
tout le corps dans sa cauité: Ne plus
ne moins qu'à ceulx-la qui ieument
& endurent longuement la faim.
Desquelz domages & molestes les
vins ey dessus nômez preferuent &
deluret l'hôme tout à l'instat, pour
raison de leur téperature: Du depuis
l'estomach estant radoubé & corro-
boré, bien tost chasse & repousse en
bas ce que l'aigrissoit & contristoit.

Gentz Pi- crooles doi uent boire de l'eau. Voire mais gés de chaulde comple-
xion, soit naturelle, ou acquise d'a-
age, se trouuerot beaucoup mieux
de la boissô d'eau que devin: Duquel
si quelques fois leur est mestier en
boire, ilz doiuent prêdre le subtil, de
licat

licat, et moyēnement aspre et verd.

Par mesme raison nous ne deuoſ pas vſer de toutes & chacunes des vi andes, & breuuages indifferemment & ſans discretiō: mais les deuoſ or donner ſelon la diuerſeſſe & diuerſi té des natures & complexiōs de ceulx qui en doiuent vſer. Il y a donc tres grand' difference & diuerſité de vins: conſideré chascun en ſon eſpèce, comme nous les auſs distinguez: Laquelle diuerſité eſt moindre es autres choses. Car oncq̄ies ne ſe trouuera que la Lentille, ou bien le chou humecte & ramoitiffe: D'auatage vous trouuerez, encors moins qu'aucun gēre d'oignons, ou porreaux, ou aux rafraifchisſe, ains refchauffe, toutesfois les vns pl̄, les autres moins. Les laitues, auſſi les Arroches (q̄ aucūs nōment bōnes dames) les blettes (ou espinars) les pouſ pieds ne refchauffent pas. Et neantmoins elles

TRAICTE

elles ne sont pas entre elles grande-
ment différentes de pl^o & de moins:
Mais entre les vins cil qui est fort
vieil, est si different du blanc (qui
est austere & rude ensemble) du nou-
veau, du gros & espés, qu'il est gran-
demēt chauld, & ceulx cy sensibile-
ment froidz.

Du miel. Or en* miel la diuersité est gran-
de: toutesfois celuy qui est vitié &
depraué, ou represente au goust e-
stre mixtionné de quelq autre qua-
lité, nullement se doit appeller miel.

*La vieille translation dit au contraire,
scanoir est qu'en miel n'y a pas grand' di-
uersité, voulant dire que la diuersité du
miel n'est si grande que celle du vin, tout
ainsi que cy dessus a dit des Chous, Létil-
les, Porreaux, Oignons, & autres, qui ne
se trouuet si differētz en leur espece que
le vin: duquel a dit en y auoir de sensibile-
ment froid, & de grandement chauld: Ce
que

DES VIANDES.

55

que conuient merueilleusement bien à la sentence & fil du propos de Galen: Tou-
tesfois ne l'ay ausé changer, par ce que noz liures tant Grecz que Latins ont au-
trement, il a esté aisē oster vne negatiue.

Les differéces d'un bon miel sont de plus, ou moins estre doulx, & pi-
cant. Le plus bon & insigne miel est le tresdoulx, & trespicant. Or toute sorte de miel en general reschauffe & se conuertit en humeur colerique es corps chautz: Au moyen de quoy c'est un tresbon & proffitable men-
ger pour gentz fort flumatiques & chargés d'ans, pareillement pour maladies froides.

L'oximel est un breuuage tres-
proffitable pour l'entretenement de
santé à tous aages & complexions,
destouppant les opilatiōs & cōduit
ferrés & empeschés, de sorte qu'il
ne laisse aucune humeur grossiere,
ny

TRAICTE 210

ny gluante en noz corps.

*La cōposi-
tion de
L'oximel.* L'oximel se faict & proportionne en diverses sortes, selon la diuersité du goust de celuy qui en doibt vser, comme Galen tesmoigne au quatriesme liure De l'en-tretienement de santé: Toutesfois, comme il dit, on le compose communément d'une partie de vin-aigre, deux de miel, quatre d'eau: comme à huict pintes d'eau, deux de miel, une de vin-aigre, plus ou moins d'un chacun, selon ce qu'on en vouldra faire. Et fault bouillir l'eau & miel ensemble premicrement, iusques à ce q̄ le miel ne iceler a plus d'escume, puis y mettre le vin-aigre, & le laisser bouillir iusques à ce que le tout soit bien meslé & incorporé. On le peult faire en autre façon, comme Galen eſcrit audict liure.

Au moyen dequoy les medecins ont nomé salubres ces medicaments la qui sont trestous de faculté subtile, penetrante & aperitive: D'autant qu'ilz

DES VIANDES. 56

qu'ilz sont plus recommandez en bonté pour l'entretenement de santé, que ceulx qui espessissent les humeurs, hormis qu'ilz ne peuuent faire en nous vn en bonpoint, ny nous donner force & vigueur. Mais plusieurs ayment mieux santé & yn en bonpoint, incertain neantmoins, & de petite durée, qu'estre simples, frellez et debiles, avec certaine, ferme, et stable santé.

Or de ceulx qui s'estudient auoir *Galen don* santé quat & force, & en bonpoint, *ne icy la maniere de* les vns sont à soymesmes, les autres *vire qu'il a promis cy* ont choisi l'art militaire, et vie plei- *deuant aux gentz de travail.* leuer la nuit, le iour, de vaquer aux affaires necessaires: entre lesquels celiuy qui pourra, vsera d'exercice plus tost & premier qu'entrer aux bains: puis apres de frictiōs et exercice mesuré pour eviter la lasitude (ce que les

TRAICTE

Grecz appellent Apotherapeuticō.)

*Quelles
genz ne
peuuent y
tre en san-
te.* Mais les affaires ne permettent pas à plusieurs de pouuoir faire tout cecy:

Au moyen dequoy ne leur est possible, eulx estre tousiours en santé, viuent ilz neantmoins sobrement & reiglement. Au contraire, qui fait tout ce qu'est possible, s'as rien omettre pour entretenir sa santé raremēt & bien à peine cuydera tumber en maladie.

Il est donc nécessaire que ceulx cy vident de viandes beaucoup nourrissantes, qui engendrent grosses humeurs: Mais fault que ce soit avec attrempace et mesure, signamment lors qu'ilz seront cōtrainēt par nécessité urgente: En autre temps vseront des viades qui tiennent le reng du mylieu, entre celles qui peu, ou prou nourrissent.

*En quel
tempo pue*

Dauantage il se fault abstenir en tout

DES VIANDES. 57

tout temps des viades mauuaises et ^{ysir des} de mauuaise suc, fors qu'en la partie ^{viandes de} mauuaise de l'Esté plus chaulde, (laquelle les ^{suc} Grecz appellent hora) estans trauaillez : Et ce pour guarir & refreschir l'alteration, seichereffe, et chaleur de tout nostre corps. Car en telle saison les Pomes, Prunes, Cerises, Guines, Meures, prinses à l'étrée de table devant toute autre viande, sont saines & proffitables : Les Concombres, Pompons, & Melons, point ou peu. Les auant pesches pourront pareillement auoir lieu et saison en tel téps. Et ce que les Latins appellent Melce, moyennant qu'elle soit rafreschie.

Melca, selon Constantin Cesar, estoit vn breuuage pour rafreschir, qui se fairoit en ceste maniere. Ilz prenoient deux, ou trois potz de terre tout neufz, dans les quelz mettoient du vin-aigre fort: Puis le mettoient sur le feu, iusques à ce que le

H

TRAICTE

vin-aigre eust vn peu bouilly , à fin que
lesdiētz potz s'embibaſſet mieulx du vin
aigre:ce faiſt les oſtoient du feu, & y met
toiēt du laict: apres ferroient le tout dans
vng coffre ou ailleurs,ou les potz ne bou-
ge aſſet point:le lendemain on trouuoit fai-
ſte la diete Melca meilleure q; tout autre.

La crefme de laict , & tout laitā-
ge , comme ce que les Grecz nom-
ment * Argyrotrophema,ou Argy-
trophema, (c'est à dire viāde blâche
cōme l'argent.) oſtent l'alteration.

*Argyrotrophema eſtoit vne ſorte de viā-
de qui fe faifoit de froumage bien pilé &
paſſé par vne poile d'airain trouée , avec
lequel puis apres mettoiet du miel & de
my ſextier de fleur de farine, meſlantz le
tout en ſemble , ainfì qu'Athenée eſcript.

Pareillement les figues froides & re-
centes,les courges,& citrouilles,tou-
tes ces viandes cy font propres à tel
les dispositions chauldes & feiches.

Mais

DES VIANDES. 58

Mais l'homme prudent & discret pourra vser d'autre facon de faire que ceste cy, pour ramoitir, & rafreschir la secheresse, & aridité du corps engregé de peines et trauaulx, comme dit est. Car reuenant des bains ou estuues, premierement il boyra de l'eau, puis du vin moyennement aqueux : Ce qu'ayant rendu & vo ny, prendra des laitues, qui sont herbes sans nul dommage, ny nuyfance, & refreschissantes: Du depuis vsera de piedz de Porc bien cuitz et appareillez à la vinaigrette, avec la faulse dicte *Garon.

*Garon, selon Dioscoride, estoit vne liqueur esprainte & tirée de la chair, & poissons salez : Selon Pline, estoit vne liqueur fort friande & exquise, esprainte des entrailles salées, & autres parties qu'on a acoustumé de ieeter des poisssons: laquelle on a nommée Garon, parce que

H ii

TRAICTE

le temps passé se faisoit dvn poisson que les Grecz appellent Garon: Et encores de nostre temps (ainsi que quelques vns escriuent) le vulgaire Grec appelle tout petit poisson sale (Garos.) Il se fait apresent (dit Pline) dvn poisson nommé Scombrus (en Paris maquereau) à Marseille (comme i entends) l'appellent (Auriol.) Ceste liqueur Garon (dit il) a esté plus estimée le temps passé que liqueur quelcoque (excepté le musc & autres senteurs) de sorte que plusieurs familles en ont esté anoblies. Aucuns dient que c'estoit vn potage de poisson fait en ceste façon: Ilz prenoient vn sextier de petitz poissons salez , trois sextiers de bon vin, & cuisoient cela ensemble en vn vaissseau d'arain, iusques à ce que de trois parties les deux feussent consumées, apres le clarifioient en le coulant souuent , puis le mettoient en vne phiole pour en user . Je pense que l'inuention des autres sauces plus

plus friandes que le Garon, nous en ont fait oublier l'ysage, en retenant le nom seulement. Si on en a affaire en medecine ou autrement, il est aisē à le faire. I'ay icy retenu le nom Grec, n'ayant propretermē Françoys pour l'expliquer : Car ce n'est pas nostre saulmurre, comme quelques vns disent : laquelle en Grec s'appelle Halme, & en Latin Muria.

En apres d'ailes de poullaille, ou oye avec leur gisier, & aussi de quelque poisson tendre, & mollet fricaf
fe: Il pourra aussi prendre, s'il veult, de ces herbes qui ne sont pas de mau
uais suc, comme de Maulues, & Courges: Par apres du vin fort trem
pé avec eau frēche: (Toutesfois fail-
loit au parauāt auoir pris quelque faulce, ou bouillō, ou des œufz mol-
letz: Et si ainsi luy semble, de quel-
que poisson acoustré à l'huille & Ga
ron) car il vault mieulx corriger l'al

Les Maul-
ues, &
Courges, ne
sont pas de
mauvais
suc.

H iii

TRAICTE

teration & siccité du corps avec eau froide, qu'avec les viades de mauvais suc : lesquelles fault du tout poinct deuier & quiter.

*pe la frou
menté.* La froumétée froide appareillée avec vin miellé, et vin froid, guarit la mesme disposition du corps chaude et seiche: Et ce fait elle las engédrer nul mauuais sag. Toutesfois moy estat maintesfois engregé de la mesme disposition chaude, & seiche, ay experimété l'orgemonde refroidy, suffire à ce faire : Sçauoir est, en ce téps la que i'ay dit vn chascun pouuoir boire cōmodemēt de l'eau froide. Mais vn autre aura vn autre sorte de viande & breuage pour refreschir: Car ceulx qui ont accoustumée la Nege, se refreschissēt de la Nege: quil l'eau, de l'eau, n'ayant affaire de Nege.

Or le vin qu'on veult tréper, doit
estre

DES VI ANDES. 60

estre premierement reffreschy dans
eau fort froide : tel vin les Grecz ap-
pellent Proepsycrismenos (c'est à di-
re, reffreschi au parauant.)

Le donne donc ce cōseil cy à ceulx
qui ont choisi vne vie actiue pleine
de trauaux & fatigues, cōme à gentz
qui gouuernēt vn pais, & ont admi-
nistration d'vne republique: Et plus
encores à leurs ministres & serui-
teurs, non moins qu'aux souldatz &
gentz de guerre: ou bien à gentz qui
se trauaillent à faire peregrinations
en païs loingtains. Car quicōque est
exépt de ces affaires & occupations,
bien rarement aura mestier de boi-
re de l'eau froide , s'il a acoustumé
l'exercice. Mais ceulx qui ne sont dō-
nez à faire exercice, lors qu'ilz se sen-
tēt outrez de grāde chaleur au plus
profond de l'Eſté, ilz pourront boi-
re de l'eau de fontaine sans nuyfan-

H iii

TRAICTE

ce nulle: S'abstienent neantmoins de neige; Car iacioit qu'on ne s'aperçoive qu'elle nuyse & endomage le corps des ieunes gētz: si est ce toutes fois que le mal s'engregeant, petit à petit en tapinois, maladies difficiles & du tout irremediables, s'engendrent aux ioinctz des membres, aux nerfz, aux viscères & entrailles principales, & ce par successiō de temps lors que l'aage vient à decliner. Par ce que les parties du corps naturellement plus debiles, sont plustost chargées & endommagées de quelque chose que ce soit, exteriere ou interieure, que les autres plus robustes.

*Indigestio
frequente
est cause
de la plus
part de
noz mala-
dies.*

La source & principale cause de noz maladies & mauuaises humeurs, est la crudité & indigestion trop frequente, & continue, soit elle de bonnes viandes, soit de mauuaises: Vray est que l'indigestion qui prouit

DES VIANDES. 61

prouient des mauuaises , est la plus dangereuse de toutes. Mais veu qu'il y a deux sortes de telles viandes de mauuais suc , elles estant conuerties dans nœz corps en humeures agues , penetrates & subtiles , sont cause de maladies agues & chauldes, de fiebures malignes & felônes: Que si les mauaises humeurs tōbent sur quelque membre, excitēt Erysipelas(que le vulgaire appelle le feu Sainct Antoine)Herpés, ou quelque autre maladie chaulde :mais en ceulx qui cōuertissent les viandes de mauuais suc, en humeures grosses & espesses, el les causerōt gouttes nouées , mal de reins, podagres,difficulté d'haleine, duretés & endurcissement de foye,& rate: Si les humeurs vitiées sont me lancoliques, feront chancres, lepres, roignes , fiebures quartes , manies, mauaises coleurs noires, enflure de rates:

TRAICTE DE

rate: Pareillement varices (que le vulgaire appelle veines rompues) he morrhoïdes noires (de sang melan-colique:) Plusieurs & diuerses humeurs meslées causeront beaucoup de maladies meslées & composées, cōme herpes, loups, (que les Grecz appellent Phagedenica Helca, c'est à dire vlcères rongeâtes) & toutes autres vlcères malignes (que les Grecz nōment Cacoëte) & fieberes agues: lesquelles yn temps apres estre guaries, font recidives.

FIN.

