0035\_原文

2024年07月09日 15:12

瓜果蔬菜，杨梅、梅核、小杨梅、核梨子、枣子、橙子、柿子、核菱角。戴侯家食用的时鲜水果有甜瓜、枣梨梅、杨梅菊、枇杷、菱角、栗有鼻涕等。看来汉代贵族们的日常饮食不仅以稻谷为主，还外加肉类和瓜果蔬菜，可谓营养搭配均衡。