譚家菜數款

——銀耳素燴與口蘑蒸鷄

名噪京城的譚家菜，最近由到過港的北京飯店名廚表演，深受老饕讚賞。

譚家菜可以說是在南北合流，名師薈萃的基礎上，逐漸形成的，它博採各地方菜系之長，獨樹一幟。譚家菜共有逾百種菜餚，以做海味菜最爲有名。對於素菜、甜菜、冷菜以及各類點心，也很拿手。據悉，譚家菜受歡迎的原因，是其菜式有四大特點：一爲甜鹹適口，南北均宜；二爲選料精、加工細；三爲火候足，下料狠；四爲講究原汁本味，很少使用味精。下面介紹其中兩種菜式的製法，供大家參考。

銀耳素燴

原料：銀耳、髮菜、鮮蘑、青笋、紅蘿蔔、鷄湯、精鹽、白糖、澱粉、鷄油。

製法：一、乾銀耳二錢用冷水發開，擇去根蒂，洗淨，放在一個小碗中，澆入開水，用碗蓋上，燜好。乾髮菜一錢用冷開水泡發，擇盡雜草，洗淨，擠乾水份後，結成十數個如鮮蘑一樣大小的菜結。

二、將銀耳和髮菜一同上屜，蒸約五分鐘取出。

三、取罐頭鮮蘑二兩，去根後用開水浸一下；青笋、紅蘿蔔各一斤，分別去皮洗淨，削成同鮮蘑一樣大小的圓球，也入開水汆一下。然後將鮮蘑、青笋、紅蘿蔔放入調好味的鷄湯中同燴，使這三種配料入味即可盛出。

四、將銀耳翻扣在盤中央，周圍以髮菜、鮮蘑、青笋、紅蘿蔔等配料。最後，用鷄湯半斤加入精鹽、白糖、鷄油、澱粉勾成湯汁，澆在菜上即成。

特點：湯寬汁厚，鮮濃香醇。

口蘑蒸鷄

原料：雛母鷄肉、口蘑、紹興酒、精鹽、醬油、濕澱粉、白糖、葱、薑、鷄油。

製法：一、將雛母鷄肉一斤二兩先剁成長方塊，葱切成段，薑切成片。

二、將鷄肉塊放盆內，加進罐頭口蘑三兩及少許原汁，再放入葱段、薑片各少許，精鹽一錢，白糖一兩五錢，鷄油二兩，一起調勻，上屜用大火蒸廿分鐘，去葱、薑，盛入盤內即可上桌。

特點：鷄肉鮮嫩，口蘑爽脆，美味可口。

黃燜魚翅

原料：魚翅、母鷄、鴨子、乾貝、金華火腿、紹酒、白糖、精鹽。

製法：一、取水發黃翅（又名「呂宋黃」）三斤五兩，用冷水和熱水反覆泡、煮、刮、蒸熟，也切成和鴨肉一樣大小的片。

二、取一白瓷桶，底部先放四根筷子，擺成「井」字形，把魚翅連同竹笋子放入桶內，魚翅上再放一個竹笋子，將開膛洗淨的整鷄、整鴨及乾貝五錢、火腿五兩，放在其上，加入淨水，以沒過鷄、鴨爲度，先在旺火上燒開，再拿到微火上燉三、四個小時。取出鴨子另作他用。

三、再加入少許開水繼續燉兩、三個小時，以燉翅魚翅爲度。然後將鷄取出另作他用。

四、將炒鍋置旺火上燒熱，放入魚翅、火腿末和少許原湯，燒開後加入紹酒、白糖、精鹽燒一刻鐘後盛入盤中，淋入濃稠的原汁即成。

特點：軟爛味厚、柔潤嫩滑，濃鮮不膩。

清湯燕菜

原料：乾燕窩、金華火腿、清湯、紹酒、白糖、精鹽。

製法：一、將乾燕窩五錢用溫水泡發，擇盡燕毛和雜質，用清水反覆漂洗淨。

二、將發好的燕窩置一大湯碗內，加入鷄湯五兩，上籠蒸廿至卅分鐘後，將燕窩取出分裝在小湯碗內。

三、把鷄、鴨、肘子、乾貝、火腿等料熬成的上好清湯燒開，加入適量的紹酒、白糖、精鹽，調好味，分盛於小湯碗內，每碗撒上少許熟火腿絲即可。

特點：軟爛不碎，湯清味鮮。

葵花鴨子

原料：北京塡鴨、金華火腿、水發冬菇、紹酒、白糖、精鹽、醬油、鷄湯、葱、薑、豆粉、胡蘿蔔、鷄油。

製法：一、將鴨子開膛除去內臟，亦可買急凍時北京塡鴨，但須先行解凍。洗淨後放入盆內，加入葱段、薑片、紹酒、精鹽、醬油各少許，上屜蒸到七成熟時取出，淨出原湯。

二、待鴨子晾涼後，拆去骨頭，將鴨肉片成斜刀片，鴨皮向下鋪在盤中。

三、冬菇用坡刀片成和鴨肉相同的片，用開水汆透撈出晾涼。火腿蒸熟，也切成和鴨肉一樣大小的片。

四、按照一片鴨肉、一片冬菇、一片火腿的順序，把所有的鴨肉和配料，在圓盤內鋪成圓形，並使中間凸起。然後倒入鷄湯，加入精鹽、醬油、白糖、鷄油，上屜蒸透，取出翻扣在平盤中，鴨皮朝上，形如葵花。

五、用原湯和豆粉構成薄芡，澆在盤內鴨肉上。

六、將煮熟的紅蘿蔔油炸勻後，碼放在鴨肉周圍，形如葵花花瓣，即成。

怎樣打魚膠才爽

廚師製作的肉膠，大致有三類：魚肉膠、鷄肉膠、肉膠。儘管各種肉膠的選料不同，爽、嫩却是它們的共同特點。爲什麼肉膠具有爽、嫩的特點呢？最要緊的是它的含水量大大的增加。要達到含水量是怎樣增大的，就要從選料、加工、打水整個過程談起（當然，打入適量的鷄蛋白和豬油也是促成肉膠爽嫩的原因）。

選料：作魚肉膠的肉，要求選用那些肉質吸水率高的魚類作原料。如青魚、鯉魚、黃尖魚等。作鷄肉膠的肉，要求選用鷄脯和鷄芋（芽）子作原料（在鷄脯下方相接的那條肉，北方稱鷄芋子）。作肉膠的肉，要求選用豬的通脊肉（也叫做背肉、扁担肉、大脊排肉）作原料。

加工：攪製肉膠前，先要將魚肉剔除骨、刺，肉除淨筋膜。然後用排斬的刀法剁成茸，再用刀背砸成泥。

打水：砸好的肉泥置一盆中，一邊用力順向攪動，一邊將涼水分數次徐徐倒入，再一氣打成。

從上面的選料可以看出，各種肉膠所選用的都是蛋白質含量很高的瘦肉，瘦肉具備吸水的性能。爲使瘦肉能夠吸收大量的水分，就必須擴大肉與水的接觸面積，使蛋白質充分得以發揮親水的能力。加工過程中的剁肉就是爲了達到這一目的。實踐証明，肉剁得愈細，吸水的力就愈大，反之則相反。用瘦肉切成的丁爲什麼打不進水，也就不言而喻了。那麼，大量的水份是怎樣和肉結合成爲一體呢？

剁細的肉不但擴大了肉的表面積，而且使肌肉組織遭到破壞，有些細胞破裂，包裹在細胞裡面的蛋白質、長鏈的肌糖元析出（儲管肉剁得很細很細，却不能使它全部分割到分子大小的程度，大部分還以細胞羣的形式存在）。這就給水的滲入、親合創造了條件。

當一邊攪動肉泥加水時，由於肌肉細胞的膜是半透性膜，細胞內離類濃度高，大量的水分子會通過滲透作用透過細胞膜進入細胞內，從而使細胞膨脹，含水量增大。細胞內含水量的多少與肉的老嫩關係很大。

隨着不斷地順向攪動，慢慢地加水，長鏈狀的肌糖元便吸收大量的水分。同時析出的呈球形、基團狀的蛋白高分子這時因用力攪動而改變原來的形狀，肽鏈逐漸地伸展開來，成爲長鏈狀。鏈上的極性基（羥基、羧基、胺基等）便吸收大量的水分子，在其極性基的周圍排列在一起，形成水化層。這時變爲長鏈狀的高分子漸漸地相互結合在一起，并且按照一定的方向排列起來，從而形成比較緊密的結構形式，水分子也就牢固地結合在極性基的周圍，使肉泥的含水量再次增大。

如果採用倒、順并舉的手法打肉膠，那麼已經順向排列起來的長鏈狀的蛋白高分子和長鏈肌糖元就會隨着逆向的攪動而被打亂，致使水化層不能很好地形成。正和梳理一團亂麻時，順向梳整總比倒、順梳整要好的是同樣道理。

鹹肉瓜皮

拿手菜點

兒時舊事很讓我懷念之一的，是每天放學後，我跑到廚房一面幫母親弄晚飯，一面和母親閒聊的時光。常常是我對母親陳述一天中學校裏的大小事，或是聽母親談她少女時的種種，其中包括抗戰時物質多麼的缺乏，上課時往往不是去種菜，就是到山裏頭去採可食的野生植物。

有時爲了讓我實實在在地體驗，母親會弄些她以前小時候吃過的菜讓我嚐嚐。記憶中，我滿喜歡的有炒薯薯葉，炒嫩竹，至於炒青木瓜或西瓜皮都不覺得好吃。來美後，無意中在一本洋食譜中看到炒西瓜皮，眞沒想到吃的東西，不論中外，還都是相通的哩！好奇之下試了一試，味道居然還不差，但最主要的是又讓我回到兒時種種。

材料：鹹肉六片（切丁），中型洋葱一個（切丁），西瓜皮六杯（去外硬皮，刨成粗絲），鹽、胡椒酌量。

作法：㊀鍋中先炸酥鹹肉，將酥了的鹹肉丁取出盛小碗中，油留鍋中待用。

②炒香洋葱後加入瓜皮絲同炒，燜十分至皮呈軟即可加鹽及胡椒調味。

③裝盤後洒上鹹肉丁即可。

吃完的瓜皮除用來美容外（母親一向教導我多用廚房剩下的瓜果皮等施行自然美容），不妨也試試炒來吃罷！

蘿蔔當造 肥嫩鮮美 蘿蔔製醬 送粥最妙

目下正是蘿蔔肥脆而又大量上市季節，選買些新鮮的洗淨切成骨牌大小，晾爽一下，放入盛器中，加上草菇老抽浸過面，醃浸廿四小時，便成香脆爽口的鹹菜。老抽可加些白糖、幼鹽、亦可加少許五香粉，嚐辣的可加些乾辣椒粉，或辣椒油。自製的醬蘿蔔，送粥、送湯麵、稀飯、泡飯都很妙，即使是夾麵包或饅頭吃，亦非常可口。

中西美術廣告裝飾公司
中西美術 商業招牌 圖案壁畫 裝飾設計
唐字文
曾受高級中西美術教育
日夜電話：873-5609
或 879-4826
STANDARD SIGNS & DESIGN

金星裝飾工程公司
Golden Star Arts Decoration Engineering Co.
4802 Beatrice St. Van B.C. Canada V5N 4J4
裝飾設計中國式酒樓飯店，庭園花宅之宮殿建築裝璜飾品。
歡迎各地來函聯系

通用電器行
742 E. Hastings Street
Vancouver, B. C., Canada
Telephone: 255-7431
各款地爐，新舊霜櫃電爐，乾洗機等。修理，取價，工精。

專洗衣機
修乾衣機
電爐・雪櫃
政府牌照，經驗技師
特價優待僑胞
電話：294-0763

維記土木工程公司
RAMA LAW CONSTRUCTION CO. LTD.
(Residential & Commercial)
房屋改建 舖面裝修
專人繪圖 代申請市政府許可證・免費詢問估價
日夜電：253-0841

水電暖氣工程
專門按裝，修理，冰喉電火，暖氣工程，價錢相宜。
電話：298-8924張

達明電器工程
安裝，修理舊房屋，商舖一切電燈，電火工程，免費估價。
請電：三二四-一〇〇四六

馮沾 (Jim Fong)
公司：736-3831
住家：733-4736
或687-7711 PAGER410（24小時）
代理買賣一切地產物產，免費估價。
UNITED REALTY 3879 OAK ST. VAN.

專門起新屋
圖則任君選
中西建築師
手工最上乘

房屋
▲2470 E. 20 AVE. 十四年，五房及土庫完成，地大，十六萬多。
▲6325 FLEMING ST. 四房及土庫，十二萬九千。
▲本拿比，3773 SUNSET ST. 三房，土庫完成，地50×120地點好，價低三十一萬九千。
▲本拿比，HALLEY ST. 三房及土庫完成，地66×120保養一流，十三萬。
▲東區新屋兩間，一千四百尺，十七萬九千。
▲西區6730 OAK ST. 五房，大客廳，土庫完成，二十多萬。
▲西區SHAUGHNESSY三十四街西及GRANVILLE ST. 六房，二千八百尺，兩大客廳，四個浴室，建築及保養一流，地1×140，美麗花園，四十多萬。
▲西區OAKRIDGE 6929 WILLOW ST. 六房，三層華麗大屋，十七年新，地大，特價二十九萬五千。

孖屋
▲西區7790 CAMBIE ST. 雙邊孖屋，每邊四房土庫，三十多萬。
▲西區456 W. 15 AVE. 上下孖屋，每層三房及高土庫，二十一萬。
▲上下孖屋846 E. 16 AVE. 三組收入，請還價。

商業樓
▲西雲高華興旺地區，一年新磚樓，三千九百尺，地下停車場，特別爲餐館設計建造，座位一百四十個，特價急賣。
▲紐街八年新磚樓，唐餐館，酒吧，座位一百四十個，生意及物業三十多萬。
▲八年新磚樓兩爺位及兩組柏文，四十多萬。
▲一年新三層磚樓，七個餐位及樓上寫字樓，政府及非餐租客，每年賣收二十三萬，平價出賣。

栢文樓生意
▲西區十七組，好風景及近海邊，年收八萬一千，銀行供業主，首期三十萬。請還價。
▲西區十二組，年收五萬八千，售價五十五萬
▲西區二十一組，九十多萬。
▲東區十一年五十六組，年收二十五萬，價一百九十九萬。
▲東區四十六組石屎大廈，年收二十四萬，平價一百六十萬，按揭供業主。
▲本拿比十二年新，保養一流，八十三組，租高，地勢好，近商場及搭車，價錢抵賞，二百八十八萬。
▲北本拿比十二年新，四十一組，3940 E. PENDER ST. 地大，租客好，按揭十一厘至一九九九年。

熱盤抵買
▲963 E. 24 AVE. 兩房，土庫完成保養一流，已租出每月七百，平賣
▲224 E. 12 AVE. 全新石屎樓分層出賣，按揭十三厘供業主，首期一萬五千，可以買。
▲業主嫌國求急賣，十二年新，補養一流，年收三十四萬九千，八十三組柏文，地一畝多位於京士威夾十九街，二百七十萬

BLOCK BROS. REALTY LTD.
梁寶琴 CHRISTINE LEUNG
PAGER 687-7711 No 7011
住家電話：872-3036 公司電話：435-1471

RICK WONG
黃春仁
住家：255-2262

溫哥華
△五十二近域多利三房二廳八萬九
△兩房一廳八街夾西馬梳柏文地，七萬九千九。
△二十四街四房33×120
△六十二街卅四平屋二房三廳樓上，土庫完成二房三廳，地大。
△卅三街夾域多利二房三廳土庫完成三房一廳地33×103有二萬六銀按揭十一厘息。
△兩房一廳，土庫完成，近P.NE，九萬九千九。33×140
△華埠東區乃磨夾二十七街，二十五年，二房一廳，土庫完成。
△華埠東區四年新屋地區好風景美
△華埠東區近PNE樓上樓下，兩房一廳九萬五有四萬十四厘按揭
△東區近京士威。33×138兩房一廳土庫完成有四萬九千銀期十三厘¾息至一九八五年開價九萬二
△三十年，土庫完成，八百多尺近PNE十萬零九。
△西區二房一廳十一萬五。33×120
△四年新屋，街角位35×136近巴士站，京士威。
△廿八年屋二房一廳土庫完成一房，標準地，有風景，十萬零九。
△卅二年屋二房一廳土庫完成一房地闊44×110近學校，開價九萬在東廿街。
△入息屋三組近緬夾廿二街十一萬
△三房一廳，土庫部份完成，近乃夾十七街，開價九萬七。
△二房一廳，土庫部份完成，在東廿八街近巴士站，開價九萬八。
△幾年新屋近乃磨夾廿街十二萬五

商業入息樓宇
△溫哥華商業樓宇旺地，現月收租近三千元，價錢相宜。有前途。
△雲島，生意連實業，兩舖位，四組柏文及餐館共取價十五萬五千
△唐人街九組柏文出賣，月收超過二千，樓下舖位。十九萬九。

本拿比
△CAPITAL HILL起屋地有四塊，風景優美，可買地或起屋如建豪華新屋，價錢十六萬至十八萬
△CAPITAL HILL完成三層新屋紅瓦面，風景優美，有二間近三千尺，開價二十萬以上。
△豪華大新屋地50×120旋轉形樓梯樓上樓下近三千五百尺價相宜
△DEER CAKE新區有闊地十塊，環境優美，價錢十萬銀以上一塊
△舊屋地66×169在ROYAL OAK街開價八萬銀。
△西班牙式十一年新屋土庫完成地60×122高貴住宅區業主急賣。

列治文
△烈治文，接近新區，有孖屋地一幅80×141，交通方便，接近市區，價錢相宜。
△埠仔避暑新屋近湖只售六萬五千

急賣
△東區廿五街二房一廳土庫完成價錢十九萬
△溫哥華完成二房一廳土庫業主急賣。實土
△本拿比二萬五千尺，水暖氣，特價出賣。
△一廳土庫完成價錢八萬，現收三千屋主急賣。
△二千尺，一四八萬，二百一萬免利息，每層地面臨破產熱賣，建築師

鍾天賜 876-4575
新盤：靚柏文，「12%」
△八十三單位柏文十三年新，京士威大道附近，靜中帶旺，樓宇雄偉，內部雅靚，一流住客，從未空租，因業主離埠，取價僅二百九十萬元，平均每單位僅三萬四千九百元，平通市，可接充一百六十萬按揭，僅十二厘利息！機會難逢，先到先得！詳情請電話查詢。
雷廣庭 926-9771
△北雲埠一年新孖屋，每邊三睡房客廳餐廳，三套浴室，全部地板，月入一千八百元，開價二十三萬，歡迎以舊交換。

伍澤森 327-7842
㈠華麗新屋，一四〇〇平方尺，熱水暖氣，只開價十六萬九千元，接受合理還價，週末二至四時開放，地址：1449-RENFREW ST.
㈡一六〇第廿一街西，高尚地區，一廳三睡房，土庫另有姊親睡房，平賣十萬零九千元。
△2503 FRANKLIN 東區近乃磨街，全部翻新屋，一廳三睡房，土庫有一廳二睡房 十一萬九千。

徐松齡 263-9854
△煤氣鎖珠寶店生意佳，白人店主經營多年，現退休急賣，叫價十多萬元，生意連貨及生財工具。
△西區靚屋，環境優美，近學校商場，交通方便，四睡房，土庫完成，地60×122尺，取價卅餘萬
△西區中餐館，外賣兼食堂，裝飾幽雅，四十座位，店主離埠，開價四萬二千五。

△新屋減價急賣，正層三睡房，千三餘尺，33×150地，現只開價十四萬九，勿失良機。
△雲市東區，半年新靚屋，標準地段，正層千三尺，有三睡房，另土庫完成，可幫你供屋。
△另有廉價屋出售，請電垂詢。

Success in Autoplan
SUCCESS IN INSURANCE
BETTER RATES, BETTER SERVICE

收租嫌麻煩
租客多問題
請來本公司

ALEX T. L YUEN 阮廷華
254-7333
阮廷華君現加入本公司爲衆服務。阮君畢業於申詩大學，居本市多年，對本市地產情況熟悉，各僑胞如有房屋買賣委託。阮君自當竭誠服務。
△雲東區，三睡房屋，千餘尺，標準地，十一萬九。
△東廿一街，八年新靚屋三睡房土庫完成，十五萬餘，有賣講。
△炸魚快餐外賣店生意，二萬五。
△市內煤氣鎮服裝精品店生意，租批長，取價四萬九千元。
△3282 E. 45. AVE. 四睡房闊大屋50×109地，月入八百元。取價十一萬十。

SUCCESS REALTY LTD.
REAL ESTATE and INSURANCE
145 KEEFER STREET VANCOUVER
辦事處新電話：687-8899
實事實業燕梳有限公司
代理置業投資
汽車房產燕梳
各行生意保險
我們的商業燕梳保險最平
平過人服務好
勿遲疑快快來
保證滿意
本公司服務時間：星期一至星期五：九時至五時半　星期六：九時半至一時。