達斡爾族喜吃「手把肉」

寶之

「手把肉」是達斡爾族人最喜愛吃的菜餚之一，更是年節和待客必備的食物。其製法簡便，吃法獨特。

手把肉一般用牛肉、羊肉、豬肉、狗肉等來製作。將肉帶骨切成大塊，加作料置開水鍋內煮熟。吃時，一手拿肉塊，一手持小刀，隨意割取，蘸以韭菜花末，白菜末或鹹肉湯，佐酒下飯，慢慢品嚐。

除夕之夜，達斡爾人吃手把肉別有一番情趣。吃之前要舉行一個莊重的儀式，由家中最年長的男人用刀切一條手把肉，手舉斟滿酒的杯子，用食指沾上酒，向左、中、右的上方彈三下，口唸祝詞，然後吃下肉條，喝乾杯中酒。這個儀式之後，全家才有說有笑地一齊動手吃喝。如家中有貴賓，吃手把肉時，還要在肉上放些血腸，由賓客先開刀切一塊吃，再喝三杯酒，這是對客人最尊敬的禮節。

食用油小議

生利

由植物中提煉出來的供人食用的脂肪質物，是人們日常飲食不可缺少的調味品。食用油分動物油（葷油）和植物油（素油）兩大類，常用的有豬油、牛油、羊油、花生油、豆油、芝麻油、菜油、粟米油、葵花籽油等。

動物油與植物油，哪個營養好？一般來說，植物油比動物油的營養價值高。這是因爲植物油是人體必需脂肪酸的主要來源，且熔點低，容易消化吸收。如花生油、芝麻油、豆油等，含有豐富的必需脂肪酸，具有降低血液中膽固醇的作用。而動物油以飽和脂肪爲主，含較高的膽固醇，必需脂肪酸含量低。

選擇食用油應視不同的情況而定。老年人、孕婦、心血管病和肝膽病患者應多食植物油，盡量少食動物油，以得到足夠的脂肪酸。而少年兒童應適當吃些動物油，因爲動物油含有多種維生素，對其生長發育有益。選擇食用油還應隨季節變化挑選，如冬季天寒宜食用熱性的豆油，也可食少量動物油。

法國百貨業巨子陳克威昆仲

四海之內

唐文詩

由法國華裔商界名流陳克威、克光昆仲所經營的百貨公司，連續兩年被選入法國最大經銷商的行列，八六年名列第一百五十二，八七年升至第一百四十七位。

陳克威兄弟主持的「陳氏兄弟百貨商場」，最近被法國權威的財經雜誌『新經濟年鑑』，列爲全法國第一百四十七家進口和經銷大商號，陳氏兄弟公司在八七年的營業額達三億四千五百七十萬法郎，比前一年增長百分之廿六。該年鑑的排名以法國財政部的統計數字爲根據。陳氏兄弟公司連續兩年成爲榜上唯一的華人企業。較早時，法國政府已經將陳氏兄弟公司列入全國五千家工商大企業之內。

陳氏昆仲祖籍廣東潮陽。兄克威現年五十五歲，在印支半島的寮國長大，一九七五年移居巴黎，不久便與在法國的四弟克光合力創辦了「陳氏兄弟百貨商場」，專門出售來自中國大陸、香港及東南亞各地的食品和雜貨。由於陳氏的貨物品種齊全，價格公道，而且鋪址位於巴黎十三區的唐人街中心地帶，並備有四百多個免費停車場，因此每天客似雲來，成爲巴黎有名的百貨市場之一。

陳氏兄弟各有所長，克威青年時期便在寮國的永珍、百細等地經商，富於經驗，乃弟克光原是學電學的，有電器工程學位，經商雖然是「半途出家」，不過他頭腦靈活，而且熟悉當地情況，兄弟兩人並肩奮鬥了十多年，終於出人頭地。

寫字樓租
由二百尺至二千五百尺或更大，大小隨意，位唐人街中心，查詢電話：683·4922

旺鋪出租
近唐人街，626緬街地方大適合各行業生意晚八時後電5845700或3278136

旺鋪招租
京士威梅龍鎮對面千七尺或八百尺鋪後有寬大停車場租廉請電988·8135余小姐洽。

寫字樓租
三九五五喜士定東街千五呎二樓有車位一千二百五十租電2944558978或4344550507

清理樹木服務
爲閣下清除修剪樹木，斬除大棵樹，保證安全。收價公道。請電463·9980

徵品優男
女四十二歲未婚高167端壯窈窕大專針灸氣功教師微商人企業家寄楊華收北京新街口外大街30號 BEIJING CHINA 100088

汽車出讓
七3年棍波TOYOTA，CELICA保養好取價壹千壹佰元五時後電324·6445

閣大樓下
全層間一廳一房地方寬大有地氈設備獨立門戶清靜雅潔近乃磨夾喜士定電2543101

BMW 出讓
八八年白色M3寶馬廉讓，內部黑色皮，僅走八千九百公里。"3SERIES"車身原廠設計，賽車機件，着色玻璃窗及其他寶馬豪華裝置新車市價五萬八千元，現開價$45,900有意請電PAUL MAYER 687·1144(公司)或926·8215(住家)

素里區什貨店出賣
只售$150,000！年營大約$450,000 兩年內可翻本。請即英語電581·4601或5853290與BEN GAUER洽 BLOCK BROS 地產

一流地王平租
兩鋪位一千至二千五百呎合餐廳會計律師牙醫寫字樓等各行各業。METROTOWN EATON CENTRE對面434·7577請留言或電：437·1162 PAUL洽。

柏文出賣
光猛有景一房柏文，近巴士、交通，價六萬六電8791845。傳呼：667·3926

新屋自賣
一年新標準地舊例圖則六睡房樓下分兩邊獨立出租雙車房溫東區35萬8電4347395

屋主自賣
雲東CHESTER夾339兩個LOT街角位70×100價$290,000英語電3274609

KILLARNEY區靚屋
靚屋出售，地42×120近中小學、公園及社區中心。交通方便，離快車站不遠，上卑詩大學之巴士站亦在近處。又有山景。請英語電435·1138

1121 東十二街
孖屋33×125 新屋頂，兩睡房，未完成土庫，靚屋。開價$158,000 經紀免問，請電873·4523 JAMES CHAN 或876·1168 SIMON

屋主自賣
雲東靚區溫哥華特色屋標準地上三下二睡房枱木地廿五萬三經紀免問請電327·6189

平特色屋
自賣上三下二全市後風水無阻廿一萬九SLOCAN經紀免問416·8251605時38

屋主自賣
喜士定夾乃磨，地33×110 近公園中小學校，樓上兩睡房，樓下兩或三個睡房，車房、露台、圍欄，價165,000詳情電：255·3496李洽。

屋主自賣
樓上三房，正層兩廳廚厠齊，土庫一廳一房厠，有車房，孖屋地，開價十五萬九千元。1733 NAPIER ST, 電253·9290

BRITISH PROPERTIES
三千四百呎，六睡房，1/3畝地，全新裝修，即可入住。實價$299,900（比市價低了四萬六）。經紀免問。開放時間星期日午後二至三時，56 LAURIE CRES CENT WEST VANCOUVER

靚屋出售
環境清靜，四睡房及一書房，蒸氣浴室，壁爐，雙車位，開價$229,000請英語電733·6258 開放日：星期六及日（十二時至六時）北溫780 MORGAN RD.

業主自賣
1270 E. 18th AVE. 全新裝修，新地毡，四睡房，全土庫完成，地大33×122 開價$190,000請電872·1957

BURNABY COLLEGE LTD.
4th Floor Metrotown Mall 450-4800 Kingsway Burnaby, B.C V5H 4J2 Phone: 437-5711

本汝比學院請人
本汝比學院接受以下職位之工作申請：
—汽車服務中心助手（ESL）
—木工（ESL）
這是屬於政府的資助計劃，由五月份開始爲期六個月。申請者必須是十八至廿五歲的離校無業至少六個月或正接受福利援助的青年。就業前必須經三個星期的英語訓練，並有津貼訓練經費。
詳情請查詢 BURNABY COLLEGE 437·5771

聘請啓事
①廣告推銷員：須中學程度，懂中英語，自備車輛，喜歡外勤工作及結交朋友者爲佳。
②印刷技工：須有經驗及略懂英語能操A.B.DICK者將優先錄用。
有意申請上列職位者，請將履歷寄：THE CHINESE TIMES 1 E. PENDER ST. VANCOUVER B.C. V6A 1S9
或電：（六〇四）六八五·八五七五查詢
大漢公報啓
一九八九年四月廿六日

製衣廠請人
請經驗管工，需能完成整件衣服，及管理生產，薪金優厚，另請單針車衣及鈕骨數名。
有意請到25E.6th Ave, Suite #201, 2nd Floor, Van. V5T 1J3或電876-7878

製衣廠急聘
下列熟手工友
（一）鈕骨（計件）
（二）打噫鈕，釘鈕，打鈕門，打棗及尾部門工作（男性爲佳）
底薪高糧期準1422 William St., Van. 或電251-4151

①列治文區大屋出賣，原市價$239,900因屋主急移別埠割價賣$215,000元，地大108×66大客廳餐廳4睡房2浴室洗衣房大車房近商場學校巴士交通便
②新大屋位於Maple Ridge取價$138,000元地108×66呎屋內1800平方呎大客廳廚房3睡房2浴室近學校商場巴士方便 接洽電話 253·9290或465·0767

雅麗花舖 ELEGANT FLORIST
本店常備裝飾盆栽
專營 結婚襟花、花球 花牌、花籃 枱花、花圈
四季時花 歡迎光顧
150 E. PENDER STREET, VANCOUVER, B.C. V6A 1T3
一五〇號 片打東街（緬街夾片打街）
TEL: (604) 685-3838
周慕軾主理

溫哥華花舖 Vancouver Wholesale Florists & Trading Ltd.
610 Malkin Avenue Vancouver, B.C. 近唐人街 Tel. (604) 254-5431
專人送貨 四季時花 花牌婚禮 結花球花籃 花盆景樹木
花圈

忠誠鮮花發行 TRANS CANADA FLORISTS LTD.
1259 Frances Street Vancouver BC
電話：255·9599
E. HASTINGS, PENDER, FRANCES, CLARK DRIVE
舖後泊車道 價錢公道 福壽綫公司 喜慶花禮 精心設計 盆栽花籃 各類鮮花

榮僑花舖 Louie's Florist
371 E. Hastings Street Vancouver, B.C. V6A 1P3 喜士定東街三七一號
TEL:683-5124
總代理李氏花屋
中國名花 桂花 米仔蘭 黃花白玉蘭 含笑花
本店常備 長青樹木 結婚花球 花籃花牌 長生花圈 歡迎光顧
呂頌韶主理
GEO. LOUIE 住宅:255-9675

明氏花屋 MING'S FLOWER SHOP
喜市定東街一七五號
175 E.HASTINGS STREET VAN.B.C.V6A 1N5
BUS. [604] 683-6085
RES. [604] 255-8078
趙明主理 無任歡迎 長春花葉 四季時花 花籃花圈 結婚慶花 喜樹花盆 承接花鏡 樣樣皆足 奉神敬佛 鮮花工藝 手工藝品

月蓮花舖 LISA'S FLORIST
439 Dunlevy Ave., Vancouver, B.C. V6A 3S6
BUS: 689-5829
RES: 434-1423
青樹盆景 枱花花圈 花籃花牌 花球襟花

新奇士花店 SUN. K.S. FLORIST
389 E. Hastings St., Vancouver, B. C.
Phone: 687-4094
營業時間延長至深夜十二時
喜市定街東三八九號 電話六八七四〇九四 吳栢南啓
特別歡迎 光顧定製 僑胞社團 花牌花圈 結婚花球 技工精製 盆景花木

加拿大花舖
FLOWERS FOR ALL OCCASION
CANADA FLORIST
4726 CANADA WAY
BBY. B. C.
PHONE: 298-0522
花樣美觀 花花世界 花圈花球 花牌挿花

本報廣告 看完本報 效力宏大 請即定閱

孟碧珊殯儀館
在常情親
今日風光照後人 往時恩義感親友
Mount Pleasant Chapel
寬大禮堂 多種儀式 收費公道 各式棺木 豐儉隨意 免費車場 供客使用
地址 306 E.11th AVE.
電話 876-2161

第一殯儀館 FIRST MEMORIAL FUNERAL SERVICES
602 Kingsway, Vancouver, B.C. 876-5585
莊嚴新廈 空氣調節
禮堂寬大 儀式隨意
豐儉由人 石碑銅牌
鮮花服務 保君滿意
僑胞服務部吳祖君主理
服務歷史垂二十七年

安息堂殯儀館 ARMSTRONG FUNERAL CHAPEL
304 Dunlevy Ave., Vancouver, B. C.（近唐人街）
問我有長生 願人無短壽
東位充足方便 新設室內車場
如有垂詢，請與華人經理：李顯理 雲龍 二君接洽
＊寬大禮堂 ＊免費停車
＊棺木山地 ＊包辦一切
＊服務週到 ＊價錢公道
＊任何宗教儀式不拘
電話：254－7166（24小時）

高希雲殯儀館 GLENHAVEN MEMORIAL CHAPEL
溫哥華喜士定東街1235號
電話：255·5444
本館爲華裔人士服務已多年。對華人家庭及傳統風俗習慣。照顧十足。最近更擴充修葺。加强服務。合各種宗教儀式之用。華人顧問。免費諮詢
禮堂舒適 車位充足
空氣調節 服務週到
包辦一切 棺木山地
各種儀式 價錢公道
經理：馬信 CHARLES MATSON